

1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Vegetarian dikenal sebagai orang dengan pola makan yang unik karena hampir seluruh makanannya berasal dari tumbuh-tumbuhan seperti sayur, buah, padi-padian, dan kacang-kacangan. Jenis-jenis vegetarian yang kerap dijumpai adalah vegan, lacto-vegetarian dan lacto-ovo vegetarian. Vegan atau biasa disebut dengan vegetarian murni hanya mengonsumsi makanan dari tumbuhan. Vegan tidak mengonsumsi bahan makanan yang berasal dari binatang seperti daging, ayam, ikan, susu, telur dan seafood. (Harry dan Prima, 2010)

Diet seorang vegetarian murni dapat dikatakan sangat rendah kolesterol karena tidak mengonsumsi bahan hewani sama sekali. Seorang vegan perlu waspada terhadap kekurangan beberapa jenis zat gizi termasuk protein, zat besi, dan vitamin B12 karena kandungan zat besi dan vitamin B12 sangat rendah pada bahan makanan nabati. Lacto-vegetarian mengonsumsi susu dan produk olahan susu seperti keju dan yoghurt dalam sehari-hari mereka. Kelebihan seorang lacto-vegetarian adalah kandungan kolesterol dalam susu tidak terlalu tinggi sehingga tidak menimbulkan risiko terhadap penyakit dan juga protein, vitamin dan mineral dalam produk olahan susu dapat melengkapi kebutuhan yang kurang tercukupi dari bahan nabati. Lacto-ovo vegetarian adalah vegetarian yang mengonsumsi susu dan telur. Keuntungan dari menjalani diet lacto-ovo vegetarian adalah kebutuhan protein yang tercukupi. (Harry dan Prima, 2010).

Vegan adalah pilihan untuk menjadi vegetarian memang tergantung pada masing-masing individu. Salah satu alasan seseorang menjadi vegetarian adalah alasan kesehatan. Salah satu bahan makanan yang dapat dikonsumsi oleh vegetarian adalah kacang-kacangan seperti kacang kedelai.

Kacang kedelai merupakan salah satu jenis kacang-kacangan yang kaya kandungan gizi baik bagi tubuh. Olahan kacang kedelai di Indonesia sendiri sudah banyak seperti tempe, tahu dan susu kedelai. Jepang dan Cina menjadikan kedelai sebagai salah satu makanan yang hampir dikonsumsi oleh semua penduduknya. Kacang kedelai memiliki banyak kandungan zat gizi diantaranya protein, lemak tak jenuh, kalsium, serat, dan lesitin (Winarsi, 2010)

Manfaat dari kacang kedelai juga beragam, diantaranya pencegahan osteoporosis, menangkal radikal bebas, melancarkan pencernaan karena kaya akan serat, menjaga kesehatan jantung karena kacang kedelai merupakan sumber serat larut, yang dapat membantu menurunkan kadar kolesterol dan berpotensi mengurangi risiko penyakit jantung, serta meningkatkan kualitas otak karena kandungan lesitin yang mampu memberikan asupan baik bagi kinerja otak. Lesitin mampu mencegah terjadinya gejala penyakit Alzheimer dan kandungan fitosterol membantu meningkatkan kekuatan sel saraf. (Winarsi, 2010)

Kedelai merupakan komoditas pangan penghasil protein nabati yang sangat penting. Kedelai selain banyak mengandung protein, juga mengandung mineral dan vitamin yang cukup tinggi, diantaranya adalah vitamin B1, B2, B3, B12, dan vitamin E. Kedelai juga mengandung beberapa mineral berupa kalsium, zat besi, dan fosfor (Sarwono, 2010). Kandungan zat besi dalam kedelai mencapai 10 mg/100g kedelai (Winarsi, 2010). Saat ini pemanfaatan kedelai lebih banyak pada pembuatan tempe, kacang, tauco, dan tahu (Koswara, 2009).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB.

2. Dilarang meminumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB.



Kacang kedelai seringkali diolah menjadi beberapa bahan makanan olahan yang nantinya dapat diolah kembali menjadi suatu hidangan. Olahan kacang kedelai yang umum dijumpai adalah susu kedelai, tahu, tempe, dan tepung kedelai. Pada kesempatan kali ini penulis mengambil dua jenis olahan kacang kedelai yang digunakan dalam modifikasi produk, yaitu susu kedelai dan kacang kedelai. Penulis menggunakan bahan susu kedelai sebagai pengganti dari susu bubuk yang berasal dari susu sapi dan juga menggunakan tepung kedelai.

Produk ini dapat dijadikan sebagai alternatif makanan selingan bagi vegetarian karena seorang vegetarian tidak mengkonsumsi protein hewani yang memiliki nilai biologis lebih tinggi dibandingkan dengan protein nabati sehingga untuk memenuhi kebutuhan protein tubuh maka seorang vegetarian harus mengkonsumsi protein nabati lebih banyak sebagai upaya pemenuhan kebutuhan protein tubuh tersebut.

Makanan utama maupun makanan selingan bagi vegetarian harus menyumbangkan protein, oleh karena itu makanan selingan yang akan dikonsumsi vegetarian sangat dianjurkan menggunakan bahan-bahan yang tinggi kandungan protein nabati. Salah satu bahan makanan tersebut adalah kacang kedelai dan hasil olahannya. Berdasarkan uraian diatas penulis memilih judul “Produksi Pie Susu Kedelai untuk Makanan Selingan Vegetarian”.

1.2 Tujuan

Tujuan umum dari laporan akhir ini adalah melakukan pengembangan produk pie susu dengan mengganti bahan utama yaitu susu sapi menjadi susu kedelai serta menambahkan tepung kedelai untuk meningkatkan nilai gizi produk untuk dijadikan alternatif makanan selingan vegetarian. Tujuan khusus laporan akhir ini adalah:

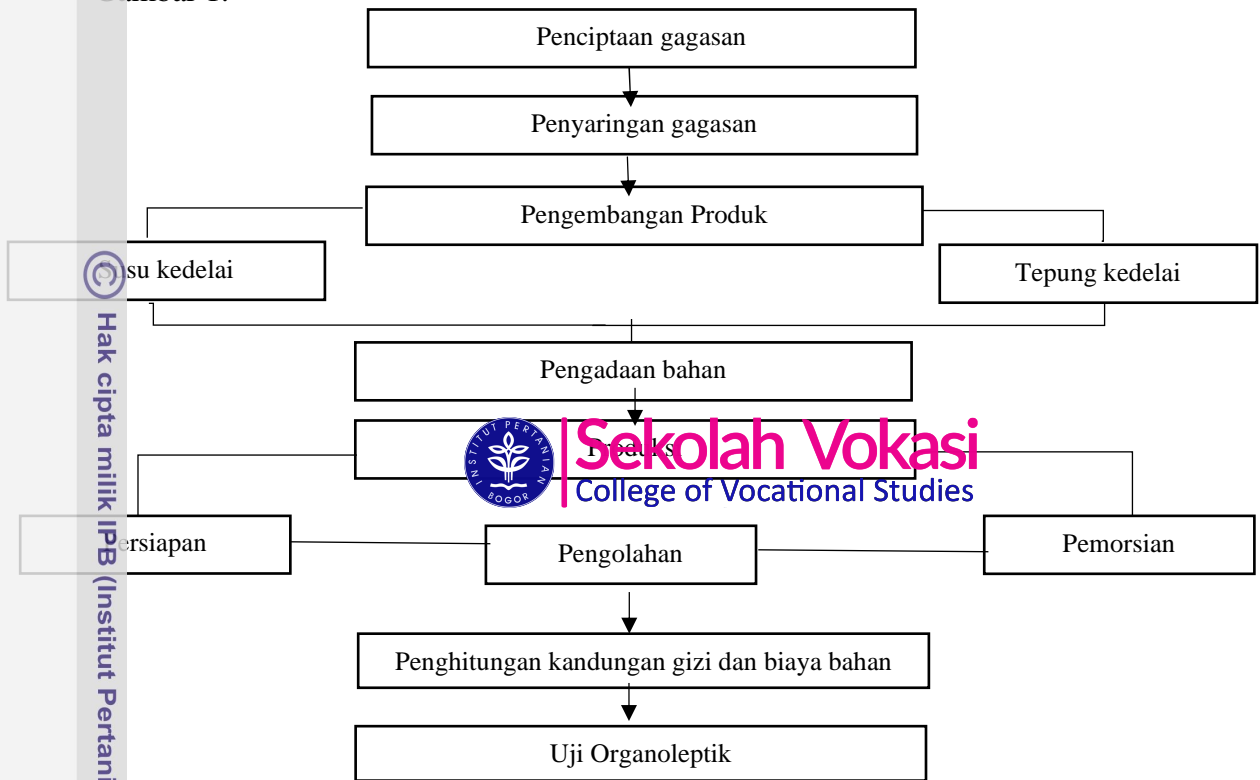
1. Menelaajari vegetarian secara umum
2. Mengidentifikasi deskripsi produk meliputi karakteristik dan bahan-bahan pengolahan pie susu kedelai
3. Mengkaji tahapan produksi produk mulai dari persiapan, pengolahan sampai dengan pemorsian pie susu kedelai
4. Menghitung kandungan gizi dari pie susu kedelai
5. Menganalisis biaya bahan dan harga jual pie susu kedelai.
6. Mengevaluasi hasil uji organoleptik pie susu kedelai dari segi penampilan, warna, rasa, tekstur dan kepuasan panelis.

1.3 Kerangka pikir

Pembuatan produk Pie susu kedelai meliputi beberapa tahapan. Tahapan paling awal yaitu penciptaan gagasan, penyaringan gagasan, lalu masuk kepada pengembangan produk, selanjutnya masuk ke tahap perencanaan bahan yang dilanjutkan dengan proses produksi. Tahap selanjutnya adalah penghitungan kandungan gizi, biaya bahan dan meninjau hasil uji organoleptik.

Penciptaan gagasan adalah proses mencetuskan produk seperti apa yang akan dikembangkan. Penyaringan gagasan adalah sebuah proses menyaring hasil dari ide awal produk yang akan dikembangkan. Langkah selanjutnya adalah pengembangan produk. Pengembangan produk itu sendiri sudah disesuaikan dengan alur produksi. Alur produksi yang dimaksudkan adalah tahap produksi. Tahap produksi terdiri atas proses persiapan, pengolahan dan pemorsian. Tahap lanjutan setelah produksi makanan adalah penyajian makanan. Kerangka pikir

produksi pie susu kedelai untuk makanan selingan vegetarian dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1 Kerangka Pikir Produksi Pie Susu Kedelai

1.4 Batasan Istilah

Essence adalah cairan berbahan dasar air yang mengandung konsentrasi bahan aktif tinggi dan ekstrak tumbuh-tumbuhan di dalamnya.

Gula pasir merupakan bahan baku masakan yang terbuat dari sari tebu dan dikristalkan membentuk serbuk-serbuk seperti pasir. Gula pasir memiliki rasa yang manis dan mudah larut.

Kedelai, atau kacang kedelai, adalah salah satu tanaman jenis polong-polongan yang menjadi bahan dasar banyak makanan dari Asia Timur seperti kecap, tahu, dan tempe.

Resioner adalah suatu teknik pengumpulan informasi yang memungkinkan analis mempelajari sikap-sikap, keyakinan, perilaku, dan karakteristik beberapa orang utama di dalam organisasi yang bisa terpengaruh oleh sistem yang diajukan atau oleh sistem yang sudah ada.

Margarine adalah bahan makanan yang berasal dari minyak nabati dapat digunakan dalam proses memasak (khususnya memanggang dan menggoreng) dan sebagai bahan makanan

Modifikasi adalah suatu bentuk merubah penampilan, bentuk, rasa, warna atau aroma yang lebih baik atau yang berbeda dari bentuk aslinya.

Oven adalah sebuah peralatan berupa ruang termal terisolasi yang digunakan untuk pemanasan, memanggang (*baking*) atau pengeringan suatu bahan, dan umumnya digunakan untuk memasak.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Hak cipta milik IPB (Institut Pertanian Bogor)

Bogor Agricultural University

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB.

