

DESKRIPSI PENGEMBANGAN COOKIES LABU KUNING

Oleh: Syamsidah; Slamet Widodo; Erika Wulandari

**Jurusan Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Fakultas Teknik
Universitas Negeri Makassar**

Pertama kalinya, cookies ditemukan oleh seorang pembuat kue asal Persia atau Iran. Di sekitar abad ke-7 Masehi itu, cookies ditemukan secara tidak sengaja oleh seorang pembuat kue saat sedang membuat kue. Ketika itu sebelum memanggang kuenya, ia memasukkan sedikit adonan kue ke dalam oven untuk memastikan suhu oven. Tidak disangka, ternyata adonan kuenya mengembang dengan tekstur kering dan renyah. Saat dicicipi, kue itu pun memiliki rasa yang tak kalah lezat dengan kue yang biasanya ia buat. Bahkan, kue kering yang tak sengaja ia buat itu mampu bertahan lama disimpan jika dibandingkan kue lainnya. Sejak saat itu, perkembangan cookies sebagai jenis kue baru pun semakin meluas.

Nama 'cookies' diambil dari kata serapan asal Belanda 'koekje' yang artinya kue kecil. Di Belanda, cookies terbuat dari adonan kue manis yang dibuat berukuran kecil lalu dipanggang. Untuk memakan cookies pun sangatlah praktis, cukup menggunakan tangan yang disuap langsung ke dalam mulut. Tidak perlu menggunakan pisau ataupun sendok. Kebiasaan memakan cookies itu kemudian dipopulerkan Belanda hingga ke Amerika Serikat.

Cookies pun makin berkembang dan masuk hingga ke Inggris di sekitar abad ke-19 Masehi. Di negara ini, cookies dijadikan makanan pelengkap dalam tradisi minum tehnya. Cookies pun makin berkembang dan dikenal oleh banyak negara lainnya sekaligus dijadikan teman minum teh ataupun kopi. Penamaan cookies di setiap negara pun berbeda-beda. Di Inggris dan Australia menyebut cookies sebagai 'biscuits'. Italia lebih mengenalnya sebagai 'amaretti' atau 'biscotti'. Sementara, Spanyol lebih mengenal cookies dengan nama 'galletas'. Sedangkan masyarakat Jerman menyebut cookies dengan 'keks' atau 'plätzchen'. Di Indonesia pun, cookies punya banyak sebutan mulai dari kue kering, cookies atau kukis, biskuit, dan lainnya.

Labu Kuning

Tanaman labu kuning *Cucurbita moschata Duch* bukan tanaman asli Indonesia, melainkan berasal dari Amerika Tengah dan Meksiko Selatan. Dengan adanya perkembangan teknologi pertanian yang pesat, tanaman labu kuning

dibudidayakan di dataran Eropa yang beriklim subtropis. Kemudian tanaman ini menyebar ke berbagai Negara beriklim tropis di Asia seperti Jepang, Taiwan, Thailand, Malaysia, dan Indonesia. Di Indonesia labu kuning juga dikenal dengan nama waluh dimana penyebarannya telah merata, hampir di semua kepulauan nusantara terdapat tanaman labu kuning, karena di samping cara penanaman dan pemeliharaannya mudah, labu kuning memang dapat menjadi sumber pangan yang dapat diandalkan.

Cara Membuat Cookies Labu Kuning

Upaya pemanfaatan labu kuning secara sederhana dapat dilakukan dengan mengolah labu kuning menjadi tepung. Penambahan tepung labu kuning dalam berbagai produk pangan memiliki beberapa tujuan diantaranya, mengurangi penggunaan tepung terigu dan meningkatkan pemanfaatan labu kuning, meningkatkan nilai gizi produk (Rismaya, dkk 2018).

Pemanfaatan labu menjadi produk tepung mempunyai daya simpan lama dan sekaligus berupa produk olahan yang disukai oleh konsumen dan dapat dijadikan sebagai bahan campuran seperti pembuatan cookies-cookies kering (cookies), cake, cookies-cookies basah serta mie. Proses pengolahan yang tepat akan menghasilkan produk yang bermutu tinggi baik tekstur, sifat-sifat fungsional maupun kandungan gizinya.

1. Alat

NO	Nama Alat	Gambar
1	Whisking Bowl	
2	Bowl Kecil	

3	Pisau	
4	Gunting	
5	Chopper Blender	
6	Kompor Gas	
7	Grinder	
8	Nampan	
9	Timbangan Digital	

10	Oven	
11	Sendok Makan dan Sendok Ukur	
12	Mixer	
13	Ayakan	
14	Tray Oven	
15	Kuas Kue	
16	Spatula	
17	Serbet dan Cempal	

18	Talenan	
19	Kemasan	
20	Kukusan	
21	Sarung Tangan	

2. Bahan



Formulasi Resep

	F0	100 gr/bahan	F1 (15%)	F2 (30%)	F3 (50%)
Tepung Terigu	42 gr	47 gr	36 gr	29 gr	21 gr
Tepung Labu Kuning	0 gr	0 gr	6 gr	13 gr	21gr
Margarin	20 gr	18 gr	18 gr	18 gr	18 gr

Mentega	6 gr	6 gr	6 gr	6 gr	6 gr
Gula Halus	14 gr	12 gr	12 gr	12 gr	12 gr
Kuning Telur	14 gr	13 gr	13 gr	13 gr	13 gr
Maizena	6 gr	5 gr	5 gr	5 gr	5 gr
Susu Bubuk	4 gr	4 gr	4 gr	4 gr	4 gr
TBB:	111 gr	100	100	100	100

Cara Membuat Tepung Labu Kuning:

- 1) Pilihlah buah labu kuning yang mengkal.
- 2) Kupas kulit labu kuning, kemudian potong-potong kecil dan pisahkan buah labu kuning dengan bijinya.
- 3) Cuci bersih labu kuning dan tiriskan.
- 4) Panaskan kukusan, jika telah mendidih masukkan potongan labu kuning kedalam kukusan dan blanshir selam 5-10 menit. Sisihkan
- 5) Jika labu kuning telah dingin, iris-iris tipis untuk mempermudah proses pengeringan.
- 6) Keringkan labu kuning dibawah sinar matahari selama 8 hari
- 7) Setelah kering hancurkan labu kuning menggunakan *Food Chopper* kemudian agar tekstur labu kuning lebih halus maka gunakan *Grinder*.
- 8) Setelah labu kuning halus, selanjutnya ayak labu menggunakan ayakan halus untuk mendapatkan tekstur seperti tepung.
- 9) Masukkan tepung labu kuning kedalam wadah kedap udara

Cara Membuat Cookies Labu Kuning:

- 1) Siapkan semua bahan yang telah ditimbang.



- 2) Masukkan gula halus, margarine dan mentega kedalam wadah, mixer sebentar hingga tercampur rata saja.



- 3) Masukkan tepung terigu, tepung maizena dan tepung labu kuning yang telah diayak sebelumnya agar adonan tidak bergerindil. Kemudian aduk rata menggunakan tangan hingga tercampur rata.



- 4) Timbang adonan seberat 5 gr, kemudian bentuk bulat adonan



- 5) Buat hiasan daun menggunakan adonan yang telah diberi pewarna makanan kemudian bentuk bulat dan pipihkan. Letakkan hiasan daun yang telah dibuat diatas adonan cookies yang telah dibulat-bulat, kemudian bentuk garis memanjang kebawah untuk membentuk tekstur labu kuning. Terakhir berikan cengkeh sebagai hiasan tangkai labu kuning.



- 6) Setelah cookies dibentuk, susun rapi diatas tray, dan panaskan oven. Setelah oven panas, masukkan cookies dan panggang dengan suhu 150-170⁰ C. Selama 20 menit, kemudian balik lagi tray dan panggang selama 20 menit hingga matang.



7) Cookies Labu Kuning siap dinikmati. Hasil formulasi produk cookies labu kuning



Kandungan Nilai Gizi

Dalam seporasi labu kuning atau setara sekitar 250 gram, terkandung 50 kalori dan beragam nutrisi berikut ini:

Protein	2 gr
Karbohidrat	12-15 gr
Lemak	0,1 gr
Serat	2,5 gr
Vitamin A	800-900 mikrogram
Vitamin C	20 miligram
Kalsium	50 miligram
Magnesium	25 miligram
Kalium	400-500 miligram
Zinc	0,7-1 miligram
Zat Besi	1,5-2 miligram

DAFTAR PUSTAKA

<https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20180531203132-262-302663/8-tips-membuat-kue-kering-lebaran-yang-sempurna> Online 18 Juni 2021 Pukul 13.23

<http://eprints.unm.ac.id/10514/1/ARTIKEL.pdf> Online 18 Juni 2021 Pukul 13.45

<https://www.alodokter.com/sederet-manfaat-labu-kuning-yang-bisa-anda-peroleh>
Online 18 Juni 2021 Pukul 12.10

<https://text-id.123dok.com/document/4yr8rmroz-sejarah-singkat-tanaman-labu-kuning-botani-tanaman-labu-kuning.html> Online 18 Juni 2021 Pukul 12.15

<https://www.yukmakan.com/post/sejarah-cookies-kudapan-favorit-saat-ngeteh-atau-ngopi> Online 18 Juni 2021 Pukul 12.20