

Kreasi *Choco Chips Cookies* Buah Alpukat

Erie Hidayat Sukriadi¹, Vania Dwi Listiarini²

¹Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Pariwisata Yapari Bandung, rie86.hidayat@gmail.com

²Akademi Pariwisata Nasional Indonesia Bandung, vandwi.16@gmail.com

ABSTRAK

Kue kering merupakan salah satu jenis kue yang populer sepanjang masa. Citarasanya beragam mulai dari yang gurih maupun manis. Salah satu kue kering yang banyak disukai oleh masyarakat adalah *choco chip cookies*. Choco chip cookies ini selalu ada pada saat hari raya – hari raya besar seperti lebaran dan natal. Penelitian ini bertujuan ingin mengkreasikan juga mengetahui rasa, aroma, tekstur dan warna dari pembuatan choco chip cookies dengan menggunakan bahan dasar buah alpukat sebagai pengganti mentega. Hasil kreasi diujikan kepada panelis baik panelis terlatih maupun tidak terlatih dengan menggunakan teknik pengumpulan data observasi, wawancara, studi pustaka, dan dokumentasi. Hasil yang didapat rasanya unik, cukup manis, aromanya cukup menggugah selera, teksturnya agak kasar juga *chewy*, dan warnanya menarik. Penelitian berlanjut masih sangat perlu dilakukan untuk menyempurnakan kombinasi, resep juga cara pembuatan sehingga dapat menghasilkan kreasi choco chip cookies buah alpukat dengan sempurna.

Kata Kunci : Kue Kering Cokelat, Buah Alpukat

ABSTRACT

Cookies are one of the most popular types of cakes of all time. The flavors vary from savory to sweet. One of the most popular pastries is chocolate chip cookies. These choco-chip cookies are always available during major holidays such as Eid and Christmas. This study aims to create also to know the taste, aroma, texture, and color of the manufacture of choco chip cookies using avocado as a substitute for butter. The results of the creations were tested on both trained and untrained panelists by using data collection techniques of observation, interviews, literature study, and documentation. The results obtained have a unique taste, quite sweet, the aroma is quite appetizing, the texture is a bit rough and chewy, and the color is attractive. Continuing research still needs to be done to perfect the combination, the recipe as well as how to make it so that it can produce avocado choco-chip cookies perfectly.

Key Word: Choco Chip Cookies, Avocado Fruit

Naskah diterima: 1 Maret 2021 , direvisi: 20 Juni 2021 , diterbitkan: 30 September 2021

PENDAHULUAN

Kue kering merupakan salah satu jenis kue yang populer sepanjang masa. Citarasanya beragam mulai dari yang gurih maupun manis. Salah satu kue kering yang banyak disukai oleh masyarakat adalah *Choco chip cookies*. *Choco chip cookies* atau biskuit bulat dengan taburan butiran cokelat didalamnya membuat kue kering ini digemari oleh seluruh kalangan.

Sejarah singkat (food.detik.com), *Choco chip cookies* dibuat secara tidak sengaja oleh Ruth Wakefield pada tahun 1930-an. Ruth menaburkan potongan cokelat ke dalam adonan biskuit yang ia buat kala itu dengan harapan cokelat tersebut akan meleleh dan bercampur bersama adonan tersebut, namun ternyata tidak. Sehingga lahirlah *choco chip cookies*. Menurut Anni (2008) *Cookies* adalah kue manis berukuran kecil-kecil terbuat dari adonan solid dan *liquid* dan mempunyai sifat yang tahan lama. Umumnya kualitas kue kering diketahui melalui ukuran, rasa dan tekstur. Metode pembuatan *cookies* ada 3 (tiga) yaitu *one stage method*, *creaming method*, dan *sponge method*. Sedangkan variasi *cookies* diklasifikasikan berdasarkan teknik penanganan adonannya. Teknik persiapan dan penanganan adonan terbagi ke dalam 6 (enam) bagian : *Drop*, *Bar*, *Rolled* atau *Cut-out*, *Molded*, *Pressed* dan *Wafer*.

Meskipun ada banyak teknik persiapan dan penanganan adonan, namun menurut Sutomo dalam Koswara (2007) praktisi gizi dan kuliner, kue kering yang paling banyak dibuat adalah kue kering cetak (*molded cookies*) karena adonannya yang gampang dibuat. Sehingga jenis kue kering pun beraneka ragam, seperti nastar, kastengels, sagu keju, dan lainnya. Kue kering pun menjadi hidangan cemilan yang selalu tersedia pada saat hari raya.

Dalam setiap suasana terutama pada saat hari raya seperti Lebaran dan Natal, kue kering selalu menjadi hidangan yang pasti disajikan. Banyak toko yang berlomba-lomba dalam menjual kue kering dengan berbagai macam rasa, bentuk, dan kemasan. Harga yang ditawarkannya pun beragam. Makanan yang berukuran kecil

ini disukai oleh berbagai kalangan masyarakat.

Choco Chip Cookies ini berbahan dasar tepung, telur, dan mentega (*butter*)/margarine, kue kering memiliki tekstur yang renyah dan rasa yang lezat dengan aroma *butter*. Namun dalam mengonsumsi kudapan yang berukuran kecil ini perlu diperhatikan jumlahnya. Menurut ahli gizi dr. Tirta Prawira Sari yang dilansir dari situs tempo.co, pada msn.com menyebutkan bahwa menyantap 3 buah kue kering kalorinya setara dengan sepiring nasi. Beliau juga mengatakan bahwa pemanasan mentega yang mengandung banyak lemak seperti lemak trans dapat memengaruhi kadar kolesterol. Selain dapat memengaruhi kadar kolesterol dalam tubuh, kue kering juga hanya memiliki sedikit kandungan serat. Itu berarti konsumsi kue kering perlu diperhatikan dan dijaga.

Berdasarkan hal tersebut penulis bertujuan membuat sebuah kreasi pada *choco chip cookies* yaitu mengganti mentega dengan buah alpukat juga menambahkan bahan lain yang *healthy food* yaitu *oatmeal* pada eksperimen-eksperimen yang dilakukan sehingga diharapkan kudapan manis ini mempunyai nilai gizi yang baik bagi tubuh, selain itu juga bertujuan ingin mengetahui bagaimana rasa, aroma, tekstur dan warna dari hasil eksperimen-eksperimen tersebut. Buah alpukat yang merupakan sumber lemak nabati yang sehat ini memiliki tekstur yang mirip dengan mentega. Lemak yang terkandung dalam alpukat adalah asam lemak tak jenuh yang mengandung asam oleat dan linoleat yang dapat menurunkan kadar kolesterol jahat. Karena hal inilah penulis mendapatkan ide untuk membuat kreasi kue kering dengan menggunakan alpukat sebagai pengganti bahan utama kue kering yaitu mentega.

KAJIAN LITERATUR

Cookies

Cookies termasuk ke dalam salah satu bagian *pastry*. *Pastry* menurut Subagio (2007) adalah “bagian dari *Food Production* atau *Kitchen/dapur* yang ada di dalam lingkup *Food and Beverage*

Department yang mempunyai tugas dalam pembuatan *dessert, snack, cake* dan *bread*". Menurut Badan Standarisasi Nasional dalam Nurani dan Yuwono (2013) Cookies adalah jenis biskuit yang dibuat dari adonan lunak, berkadar lemak tinggi, relatif renyah dan bila dipatahkan penampang potongannya bertekstur kurang padat

Alpukat

Alpukat adalah buah yang memiliki kadar lemak yang baik untuk meningkatkan kadar kolesterol baik. Alpukat menurut Kali dalam Ariani (2000) mempunyai kandungan lemak bervariasi yakni berkisar antara 4 (empat) sampai 5 (lima) persen tergantung pada varietas, umur buah, teknik bertanam, dan lokasi tumbuhnya. Nilai nutrisi dan energi buah alpukat cukup tinggi serta banyak mengandung vitamin A, vitamin B, vitamin E, dan mineral.

Tanaman alpukat (*Persea americana mill*) merupakan tanaman yang berasal dari dataran tinggi Amerika Tengah dan memiliki banyak varietas yang tersebar di seluruh dunia. Kini tanaman alpukat banyak dibudidayakan di Amerika Selatan dan Amerika Tengah sebagai tanaman perkebunan monokultur dan sebagai tanaman pekarangan di daerah-daerah tropika lainnya di dunia.

Buah alpukat memiliki kulit lembut tak rata berwarna hijau tua hingga ungu kecoklatan, tergantung pada varietasnya. Daging buah alpukat berwarna hijau muda dekat kulit dan kuning muda dekat biji, dengan tekstur lembut.

Alpukat banyak dikonsumsi dalam berbagai macam makanan dan minuman, seperti jus, es campur, es buah, salad, dan lain-lain. Dalam pembuatan *cookies* di kalangan vegan dan orang yang sedang menjalani diet ataupun mengurangi penggunaan *butter*, alpukat banyak dipakai sebagai pengganti mentega dalam pembuatan *cookies*, meskipun tekstur yang dihasilkan tidak renyah seperti *cookies* pada umumnya. Menurut Small (2009), daging buah alpukat mengandung *tannins* yang jika dimasak dengan suhu tinggi akan menjadi pahit.

Bahan Dasar Choco Chips Cookies

Dalam proses pembuatan choco chip cookies secara umum terdapat beberapa

bahan-bahan yang harus disiapkan antara lain bahan-bahan yang digunakan terdiri dari:

- a. Terigu adalah tepung hasil dari bulir gandum yang telah melalui proses penggilingan. Tepung terigu merupakan bahan paling dasar pada pembuatan kue kering. Selain itu ada 3 (tiga) jenis tepung terigu yakni tepung terigu kadar protein tinggi, sedang, dan rendah. Tepung yang digunakan untuk membuat kue kering adalah tepung dengan protein rendah.
- b. Telur dalam adonan kue kering telur digunakan sebagai pengikat bahan baku yang lain, seperti tepung terigu dan gula. Telur juga akan membuat kue kering yang dipanggang lebih mengembang dan tidak bantat karena kandungan di dalam telur menangkap udara selama proses pembakaran. Pada kue kering bagian telur yang sering digunakan adalah kuning telurnya. Kuning telur dapat membuat kue kering menjadi empuk. Selain itu, kuning telur juga dapat digunakan sebagai olesan ketika kue siap dipanggang.
- c. Lemak, lemak di sini biasanya menggunakan mentega atau margarin. Mentega berasal dari lemak hewani, sedangkan margarin berasal dari lemak nabati. Sedangkan pada penelitian ini penulis ini mengganti lemak (mentega) dengan daging buah alpukat.
- d. Gula, selain sebagai pemanis, gula juga dapat menjadi bahan pengawet alami. Hal ini terjadi karena gula bersifat menyerap air sehingga mikroorganisme akan mati, dan hal ini membuat kue menjadi lebih awet.
- e. *Choco chip* adalah coklat berbentuk bulat kecil yang biasa dijadikan *topping* untuk hidangan *dessert*. *Choco chip* tidak akan meleleh ketika dimasukkan ke dalam oven. *Choco chip* sering digunakan sebagai hiasan pada *cake, cookies, ice cream*, dan jenis *dessert* lainnya.
- f. Bahan pelengkap lainnya seperti, vanili, garam, dan emplex.

Alat yang digunakan

Untuk mendapatkan hasil *choco chip cookies* yang berkualitas baik maka diperlukan alat-alat sebagai berikut:

- a. Timbangan, timbangan yang digunakan untuk mendapatkan hasil ukuran yang tepat yaitu timbangan digital.
- b. Oven, oven adalah alat yang digunakan untuk memanggang
- c. *Bowl* atau mangkuk adalah wadah yang digunakan untuk mencampur bahan menjadi satu.
- d. *Mixer* adalah alat pencampur bahan yang digunakan.
- e. Loyang adalah alat yang digunakan untuk mencetak produk sehingga adonan dapat dibentuk sesuai keinginan
- f. Spatula atau sodet digunakan untuk mencampur dan mengaduk bahan agar adonan tercampur rata
- g. Penyaring digunakan menyaring bahan-bahan kering yang akan digunakan dalam pembuatan *cookies* seperti tepung terigu yang kemungkinan terdapat kotoran.
- h. Kuas, kuas digunakan untuk mengoles loyang dengan menggunakan lemak
- i. Blender, untuk menghaluskan alpukat
- j. Sendok makan, sendok digunakan untuk mengambil dan menuangkan bahan pada saat akan ditimbang

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan oleh penulis adalah metode deskriptif kualitatif dengan pola eksperimen, dengan teknik pengumpulan data observasi, studi Pustaka, dokumentasi juga wawancara pada saat pengujian uji organoleptic. Menurut Agusman (2013) Uji Organoleptik atau uji indera atau uji sensori sendiri merupakan cara pengujian dengan menggunakan indera manusia sebagai alat utama untuk pengukuran daya penerimaan terhadap produk. Rangsangan yang dirasakan oleh penginderaan bisa bersifat mekanis seperti panas, dingin, sinar, dan warna maupun sifat kimia seperti aroma, bau, dan rasa.

Panelisnya yaitu sebanyak 3 orang panelis terlatih atau orang yang peka terhadap makanan tersebut seperti chef pastry atau pengusaha kue, dan panelis tidak terlatih sebanyak 30 orang yaitu masyarakat umum.

PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini penulis menggunakan dua kali eksperimen yaitu sebagai berikut:

- 1) Ekperimen pertama (X1)
 - a. Resep Eksperimen Pertama (X1)
 - 220 gr alpukat
 - 50 gr gula halus
 - 100 gr gula palm (palmsuiker)
 - 5 gr vanili
 - 2 pcs *egg yolk*
 - 5 gr *emplex*
 - 200 gr tepung terigu
 - 100 gr *oatmeal*
 - 3 gr garam
 - 150 gr *choco chip*
 - b. Cara membuat :
 - o Belah alpukat menjadi dua, buang bijinya. Kemudian ambil dagingnya menggunakan sendok. Setelah itu blender daging buah alpukatnya hingga halus.
 - o Setelah alpukatnya sudah dihaluskan, kocok dengan gula halus, gula palm, vanili, *emplex*, dan *egg yolk* hingga tercampur rata.
 - o Tuang sedikit garam pada tepung terigu juga *oatmeal* lalu aduk hingga rata lalu masukkan *choco chip*.
 - o Siapkan loyang, kemudian oles dengan margarin. Bulatkan adonan lalu pipihkan. Ulangi hingga adonan habis.
 - o Panaskan oven hingga 150°C, kemudian panggang *cookies* selama 15-20 menit.
 - o Jika *cookies* sudah matang keluarkan dari oven dan biarkan dingin. Lalu simpan ke dalam toples.

Berikut pada gambar 1 adalah proses pembuatannya:



Gambar 1
Proses Pembuatan Eksperimen Pertama (X1)

Sumber: Dokumentasi penulis

Berdasarkan hasil uji panelis mengenai rasa, tekstur, aroma, dan warna pada *choco chip cookies* eksperimen pertama (X₁) sebagai berikut:

a) Rasa

Rasa yang dihasilkan dari eksperimen pertama menurut panelis terlatih secara keseluruhan rasanya enak dan tidak terlalu manis dari *choco chip cookies* pada umumnya, akan tetapi masih ada rasa pahit setelah memakannya. Dan menurut panelis tidak terlatih sebanyak 18 orang menyukai rasa unik yang dihasilkan yaitu perpaduan antara rasa buah alpukat dan oatmeal, dan panelis sisanya menyatakan rasanya enak namun merasakan pahit setelah memakannya.

b) Aroma

Aroma yang dihasilkan dari eksperimen pertama menurut panelis terlatih keseluruhan menyebutkan aroma cukup menggugah selera dari aroma oatmeal, dan begitu juga panelis tidak terlatih.

c) Tekstur

Tekstur yang dihasilkan dari eksperimen pertama menurut keseluruhan panelis terlatih memiliki tekstur yang agak kasar dihasilkan dari *oatmeal* dan ketika digigit teksturnya *chewy, cake-like*, dan agak keras serta lengket saat digigit. Dan begitu juga Sebagian besar panelis tidak terlatih

menyatakan teksturnya tidak seperti cookies pada umumnya yaitu renyah tetapi tetap enak untuk dikonsumsi.

d) Warna

Warna yang dihasilkan dari eksperimen pertama keseluruhan panelis menyatakan yaitu warna cukup bagus yaitu coklat kehijauan yang dihasilkan dari warna alpukat.

2) Eksperimen Kedua (X₂)

a. Resep Eksperimen Kedua (X₂)

- 220 gr alpukat
- 50 gr gula halus
- 100 gr gula palm (palmsuiker)
- 5 gr vanili
- 2 pcs *egg yolk*
- 5 gr *emplex*
- 150 gr tepung terigu
- 75 gr *milk-based*
- 3 gr garam
- 150 gr *choco chip*

b. Cara membuat :

- o Belah alpukat menjadi dua, buang bijinya. Kemudian ambil dagingnya menggunakan sendok jangan sampai dekat kulitnya. Setelah itu blender daging buah alpukatnya hingga halus.
- o Setelah alpukatnya sudah dihaluskan, kocok dengan gula

halus, gula palm, vanili, emplex, dan egg yolk hingga tercampur rata.

- Tuang sedikit garam pada tepung terigu lalu campurkan milk-based aduk hingga rata. lalu masukkan chocochip.
- Siapkan loyang, kemudian oles dengan margarin. cetak adonan sesuai selera. Ulangi hingga adonan habis.
- Panaskan oven hingga 150°C, kemudian panggang cookies selama 15-20 menit.
- Jika cookies sudah matang keluarkan dari oven dan biarkan dingin. Lalu simpan ke dalam toples.

Berikut pada gambar 2 proses pembuatan eksperimen kedua perbedaan dengan eksperimen pertama adalah tidak menggunakan oatmeal melainkan milk-based.



Gambar 2
Proses Pembuatan Eksperimen Kedua (X2)
Sumber: Dokumentasi penulis

Berdasarkan hasil uji panelis mengenai rasa, tekstur, aroma, dan warna pada *choco chip cookies* eksperimen kedua (X2) sebagai berikut:

a) Rasa

Rasa *choco chip cookies* eksperimen kedua hampir semua panelis menyatakan bahwa rasanya lebih manis dibandingkan

eksperimen pertama dan didominasi oleh rasa coklat.

b) Aroma

Aroma *choco chip cookies* eksperimen kedua semua panelis mengatakan bahwa aromanya didominasi oleh aroma coklat sehingga aroma alpukatnya kurang tercium.

c) Tekstur

Tekstur yang dihasilkan oleh *choco chip cookies* eksperimen kedua yaitu agak liat dan kenyal pada saat digigit dan menyerupai permen sugus, hampir semua panelis yang mengatakan hal tersebut.

d) Warna

Semua panelis mengatakan warna *choco chip cookies* eksperimen kedua terlihat jelas memiliki warna coklat tua seperti *cookies* pada umumnya..

Dengan dikreasikannya *choco chip cookies* dengan penggantian lemak pada bahan dasar oleh buah alpukat diharapkan kandungan lemak yang tidak baik akan

berkurang sehingga sehat bagi tubuh.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian melalui eksperimen suatu produk dapat disimpulkan sebagai berikut:

Eksperimen pertama (X1) menghasilkan **rasa** yang unik, tidak terlalu

manis tapi pas dan sedikit ada rasa pahit setelah memakannya yang kemungkinan rasa pahit tersebut berasal dari daging buah alpukat yang dekat dengan kulitnya. **Aromanya** cukup menggugah selera, **teksturnya** kasar, *chewy* ketika digigit, dan **warnanya** menarik cokelat kehijauan-hijauan.

1. Eksperimen kedua (X2) menghasilkan **rasa** manis yang pas, **aroma** didominasi aroma cokelat dan sedikit aroma alpukat cukup menggugah selera, **tekstur** kenyal saat digigit, dan **warnanya** cokelat tua.
2. Dari kedua eksperimen tersebut dapat dikreasikan meskipun hasilnya masih ada kekurangan.

Setelah dilakukannya eksperimen *choco chip cookies* dengan mengganti bahan dasar lemak oleh daging buah alpukat terdapat beberapa saran untuk meningkatkan atau menyempurnakan penelitian yang penulis buat diantaranya:

1. Pada saat pengambilan daging buah alpukat diusahakan jangan terlalu dalam, ambil daging yang tengahnya saja.
2. Pilihlah buah alpukat yang berkualitas bagus
3. Gramasi dari setiap bahan disesuaikan kembali misalnya mengurangi gramasi oatmeal pada eksperimen pertama, karena berdasarkan panelis aroma oatmeal terlalu dominan.

REFERENSI

- Agusman, A. (2013). *Pengujian Organoleptik Modul Penanganan Mutu Fisis (Organoleptik)*. Universitas Muhammadiyah : Semarang.
- Anni. (2008). *Patiseri*. Jakarta : Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Kejuruan.
- Ariani, T. R. (2000). *Pengaruh Tebal Rajangan Daging Buah Alpukat (Persea Americana Mill) dan Cara Ekstraksi Terhadap Randemen dan Mutu Minyak Alpukat yang Dihasilkan* (Skripsi). Fakultas

Teknologi Petanian : Institut Pertanian Bogor.

- Koswara, Rani Andriani. (2007). *Panduan Lengkap Berbisnis Kue Kering*. Jakarta: TransMedia Pustaka
- Nurani, S., & Yuwono, S. S. (2013). PEMANFAATAN TEPUNG KIMPUL (*Xanthosoma sagittifolium*) SEBAGAI BAHAN BAKU COOKIES (KAJIAN PROPORSI TEPUNG DAN PENAMBAHAN MARGARIN) [IN PRESS APRIL 2014]. *Jurnal Pangan dan Agroindustri*, 2(2), 50-58.
- Small, Ernest. (2009). *Top 100 Food Plants*. Ottawa : NRC Press
- Subagio, Adjab. (2007). *Manajemen Pengolahan Kue & Roti*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Yuwono (2013), Biskuit Klasik yang Punya Sejarah Unik. <https://food.detik.com/info-kuliner/d-3064714/chocolate-chip-cookies-dan-ladyfinger-biskuit-klasik-yang-punya-sejarah-unik-1> Diakses pada tanggal 9 Juni 2020