



Kreasi Kue Lapis Kacang Hijau dan Jagung Manis : Paduan Rasa dan Gizi Pada Pangan Tradisional

Melisa Aprilia Soelo¹, Steci Veronika Tedengki², Laura Lawrensa Taruangi³,
Uswatun Hasanah⁴, Nesy Ester Njaya⁵

S1 Gizi, Universitas Widya Nusantara Palu, Sulawesi Tengah

Alamat: Jl. Untad I, Tondo, Kec. Mantikulore, Kota Palu, Sulawesi Tengah 94148

Korespondensi penulis: uswatun210205@gmail.com

Abstract. *Lapis cake is a traditional Indonesian snack that has a chewy texture and a sweet taste, typically made from rice flour and sago flour. However, to reduce dependence on rice flour and enhance the nutritional value of food products, this study develops an innovative lapis cake by combining mung beans and sweet corn. Mung beans, as a source of plant-based protein, and sweet corn, which is rich in carbohydrates and vitamins, were selected to provide higher nutritional benefits. This study aims to create a lapis cake that is not only delicious but also nutritious, by utilizing local food ingredients with high nutritional value. The process of making this lapis cake involves mixing rice flour, tapioca flour, coconut milk, and additional ingredients such as mung beans and sweet corn, which have been processed. The preparation is carried out step by step, with each layer steamed alternately to ensure a chewy texture and perfect cooking. The result is a lapis cake with a soft and chewy texture, a natural sweet taste from the corn and mung beans, and a higher nutritional content compared to traditional lapis cake. Mung beans and sweet corn contribute significantly to the protein, fiber, as well as vitamins and minerals beneficial to health. This innovation not only offers a healthier food alternative but also encourages the consumption of local ingredients with high nutritional value. Additionally, this product has the potential to be marketed as a traditional market snack that supports the sustainability of local farmers. The combination of mung beans and sweet corn can be a more nutritious choice to meet the nutritional needs of the community, and has the potential to be further developed in the traditional food industry.*

Keywords: *Lapis cake, mung beans, sweet corn, food innovation, nutrition*

Abstrak. Kue lapis merupakan jajanan tradisional Indonesia yang memiliki tekstur kenyal dan rasa manis, umumnya terbuat dari tepung beras dan tepung sago. Namun, untuk mengurangi ketergantungan pada tepung beras serta meningkatkan nilai gizi produk pangan, penelitian ini mengembangkan inovasi kue lapis dengan kombinasi kacang hijau dan jagung manis. Kacang hijau sebagai sumber protein nabati dan jagung manis yang kaya akan karbohidrat dan vitamin dipilih untuk memberikan manfaat gizi yang lebih tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk menciptakan kue lapis yang tidak hanya enak tetapi juga bergizi, dengan memanfaatkan bahan pangan lokal yang memiliki nilai gizi tinggi. Metode pembuatan kue lapis ini melibatkan pencampuran tepung beras, tepung tapioka, santan, serta bahan tambahan berupa kacang hijau dan jagung manis yang telah diproses. Proses pembuatan dilakukan secara bertahap, dengan pengukusan setiap lapisan secara bergantian untuk memastikan tekstur yang kenyal dan matang sempurna. Hasilnya, kue lapis ini memiliki tekstur yang lembut dan kenyal dengan rasa manis alami dari jagung dan kacang hijau, serta kandungan gizi yang lebih tinggi dibandingkan dengan kue lapis tradisional. Kacang hijau dan jagung manis memberikan kontribusi signifikan terhadap kandungan protein, serat, serta vitamin dan mineral yang bermanfaat bagi kesehatan. Inovasi ini tidak hanya menawarkan alternatif pangan yang lebih sehat, tetapi juga dapat mendorong konsumsi pangan lokal yang bernilai gizi tinggi. Selain itu, produk ini memiliki potensi untuk dipasarkan sebagai jajanan pasar yang mendukung keberlanjutan petani lokal. Kombinasi kacang hijau dan jagung manis dapat menjadi pilihan yang lebih bergizi dan memenuhi kebutuhan gizi masyarakat, serta berpotensi untuk dikembangkan lebih lanjut dalam industri pangan tradisional.

Kata kunci: Kue Lapis, Kacang Hijau, Jagung Manis, Inovasi Pangan, Gizi.

LATAR BELAKANG

Kue Lapis merupakan jajanan khas Indonesia yang dibuat dengan dua atau lebih warna yang berbeda dan di susun secara berlapis-lapis. Biasanya kue lapis terbuat dari

tepung beras, tepung sagu, atau tepung kanji. Teksturnya yang kenyal, rasanya legit dan manis membuat kue ini disukai oleh semua kalangan”. Kue lapis biasanya menggunakan pewarna alami seperti daun pandan atau daun suji sehingga aman dikonsumsi, namun tidak jarang juga menggunakan pewarna makanan yang tidak aman dikonsumsi seperti pewarna sintetis atau buatan (Riesni, 2012). Bahan utama dalam pembuatan kue lapis adalah tepung beras. Tepung beras merupakan bulir beras yang dihaluskan, beras merupakan makanan pokok di Indonesia dan memiliki konsumsi yang sangat besar. Hal ini menyebabkan kebutuhan beras di Indonesia menjadi meningkat. Solusi untuk mengatasi penggunaan beras yang melimpah adalah dengan cara mengurangi penggunaan beras untuk diolah menjadi tepung beras yaitu dengan cara dicarikan bahan lain untuk mengganti sebagian tepung beras sehat, tetapi juga memberikan variasi produk pangan yang menarik dan bernilai tambah.

Kacang hijau merupakan salah satu jenis tanaman pangan yang mempunyai peranan penting sebagai sumber nutrisi. Tanaman ini bersifat multiguna. Kandungan karbohidrat dalam 100 g kacang hijau sejumlah 62,9 g yang nilainya lebih tinggi dibandingkan kandungan dalam meningkatkan kesuburan tanah (Suhartono et al., 2015). Kacang hijau di Indonesia menempati urutan ketiga terpenting sebagai tanaman pangan kacang-kacangan setelah kedelai dan kacang tanah (Trustinah et al., 2015). Pusat data dan sistem informasi pertanian menjelaskan rata-rata penggunaan kacang hijau selama tahun 2011-2015 adalah 307,69 ton, sedangkan produksi kacang hijau yang diperoleh menunjukkan nilai 268,25 ton dan impor kacang hijau mencapai 71,23 ton (Komalasari et al., 2015).

Jagung manis (*Zea mays saccharata* Sturt) adalah tanaman pangan dari Famili Graminae atau rumput-rumputan, budidaya tanaman jagung manis relatif lebih menguntungkan dikarenakan jagung manis mempunyai nilai ekonomis yang tinggi dipasaran dan masa produksinya relatif lebih cepat. Jagung manis merupakan jenis jagung yang belum lama di kenal dan sudah dikembangkan di Indonesia, karena rasanya yang enak dan manis. Jagung manis mempunyai nilai gizi tinggi sehingga membuat jagung manis mempunyai permintaan pasar yang tinggi. Di dalam 100 gram bahan basah jagung manis mengandung 96 kalori yang terdiri dari : 3,5 gram protein; 1,0 gram lemak; 22,8 gram karbohidrat; 3,0 mg K, 0,7 mg Fe; 111,0 mg P; 400 SI vitamin A; 0,15 mg vitamin B; 12 mg vitamin C dan 0,727% air (Iskandar, 2006). Selain dijadikan sebagai bahan pangan juga di perlukan untuk memenuhi industri pakan ternak, minyak goreng, tepung maizena, etanol, dan asam organik. Purwanto (2008) menyatakan, bahwa jagung manis merupakan salah satu jenis sereal yang strategis dan bernilai ekonomi serta mempunyai peluang untuk dikembangkan karena kedudukannya sebagai sumber utama karbohidrat dan protein setelah beras juga sebagai sumber pakan. Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya untuk meningkatkan produksi.

Penggunaan jagung manis saat ini kurang memberikan nilai yang lebih dalam rangka peningkatan gizi masyarakat. Jagung manis belum banyak digunakan sebagai makanan tambahan yang dapat meningkatkan jumlah asupan gizi pada masyarakat. Salah satu usaha meningkatkan kandungan protein jagung manis adalah dengan mengkombinasikan jagung manis dengan kacang hijau. Kacang hijau merupakan bahan pangan yang berasal dari kacang-kacangan yang dapat digolongkan sebagai sumber protein hampir sempurna (Moehji, S; 1982).

METODE PENELITIAN

➤ Metode Pembuatan

Persiapan bahan :

Bahan untuk Lapis Kacang hijau dan Jagung:

Bahan baku yang digunakan dalam penelitian ini adalah Tepung Beras dan Tepung Tapioka, sedangkan bahan tambahan lainnya berupa Kacang Hijau, Jagung Kuning Manis, gula pasir, garam.

a. Cara Membuat :

➤ Proses Pembuatan Lapis Kacang Hijau dan Jagung kuning Manis

- 1) Masak Santan Bersama daun pandan, lalu didinginkan
- 2) Campurkan tepung beras, tepung tapioka, garam, gula pasir dan kemudian diaduk
- 3) Masukkan santan sedikit demi sedikit sambil di aduk dan saring
- 4) Sambil memanaskan dandang, bagi adonan menjadi 2 dan masukkan bahan tambahan seperti kacang hijau dan jagung kuning manis.
- 5) Setelah air mendidih dan beruap, tuangkan adonan kedalam Loyang yang sudah di oleskan minyak tipis-tipis, 100ml per 5 menit berselang seling sampai adonan habis, dan tuang adonan yang terakhir dan tunggu 15 menit, lalu keluarkan adonan dan dinginkan
- 6) Sisir pinggiran loyang menggunakan spatula tipis atau pisau, lalu potong-potong, dan lapis kacang hijau dan jagung manis kuning siap di hidangkan.

PEMBAHASAN

Proses pembuatan Kue Lapis Kacang Hijau dan Jagung Manis dimulai dengan persiapan bahan-bahan yang terdiri dari tepung beras, tepung tapioka, gula pasir, garam, santan, serta bahan tambahan berupa kacang hijau dan jagung manis. Pemilihan bahan-bahan

tersebut didasari oleh kebutuhan untuk menghasilkan produk yang tidak hanya enak, tetapi juga bergizi. Tepung beras dan tepung tapioka merupakan bahan utama yang memberikan tekstur kenyal pada kue lapis, sementara kacang hijau dan jagung manis dipilih karena kandungan gizi yang tinggi, terutama protein, serat, serta berbagai vitamin dan mineral yang sangat bermanfaat bagi kesehatan.

Tahap pertama adalah memasak santan bersama daun pandan. Santan ini berfungsi untuk memberi rasa gurih dan kekenyalan pada kue lapis, sementara daun pandan memberikan aroma khas yang menyegarkan. Setelah santan dimasak, ia didinginkan sebelum digunakan agar tidak terlalu panas saat dicampurkan dengan bahan-bahan kering lainnya.

Langkah selanjutnya adalah mempersiapkan adonan. Tepung beras, tepung tapioka, gula pasir, dan garam dicampurkan dalam sebuah wadah. Proses ini penting untuk meratakan bahan kering agar hasil adonan nanti lebih konsisten. Setelah itu, santan yang sudah dingin dimasukkan sedikit demi sedikit ke dalam campuran tepung tersebut sambil diaduk hingga tercampur rata. Penyaringan adonan dilakukan untuk menghilangkan gumpalan tepung atau kotoran yang mungkin ada, sehingga adonan yang dihasilkan halus dan siap digunakan.

Setelah adonan siap, proses pembagian adonan menjadi dua bagian dilakukan dengan tujuan untuk menciptakan variasi rasa dan warna pada lapisan kue. Pada salah satu adonan, kacang hijau yang telah direbus dan dihancurkan kasar dicampurkan, sedangkan pada adonan lainnya, jagung manis yang telah direbus, diparut, dan disaring juga ditambahkan. Kedua bahan ini bukan hanya memberikan tekstur yang berbeda, tetapi juga menambah kandungan gizi kue lapis, terutama dalam hal protein, serat, dan berbagai vitamin.

Pembuatan lapisan kue lapis dilakukan secara bertahap dengan cara mengukus adonan dalam loyang. Setiap lapisan dituangkan dalam loyang yang telah diolesi minyak tipis-tipis, kemudian dikukus selama 5 menit sebelum ditambahkan lapisan berikutnya. Teknik ini diulang hingga adonan habis. Proses pengukusan yang dilakukan secara bertahap bertujuan untuk memastikan setiap lapisan kue matang sempurna, serta memberikan tekstur kenyal yang khas. Penggunaan suhu api sedang sangat penting untuk menghindari

agar lapisan-lapisan kue tidak cepat matang atau terlalu kering. Selama pengukusan, bau harum dari santan dan pandan semakin memperkaya pengalaman pembuatan kue ini.

Setelah pengukusan selesai, kue lapis didiamkan hingga dingin selama kurang lebih 15 menit agar lapisan-lapisan kue dapat mengeras dan mudah dipotong. Untuk memudahkan proses pemotongan, pinggiran loyang disisir dengan spatula tipis atau pisau untuk melepaskan kue dari cetakan. Kue lapis pun siap disajikan dalam potongan-potongan kecil dengan lapisan-lapisan yang jelas terlihat.

HASIL

Hasil akhir dari pembuatan Kue Lapis Kacang Hijau dan Jagung Manis menunjukkan bahwa kue tersebut memiliki tekstur yang kenyal dan lembut, khas dari kue lapis tradisional. Namun, perbedaan utama terletak pada rasa dan penampilan kue. Warna kue lapis yang dihasilkan cenderung pucat, karena penggunaan bahan alami dari kacang hijau dan jagung manis. Meski begitu, warna tersebut memberikan kesan yang lebih alami dan segar dibandingkan dengan penggunaan pewarna sintetis.

Dalam hal tekstur, kue lapis ini menunjukkan karakteristik yang berbeda dari kue lapis biasa. Tekstur dari kacang hijau yang dihancurkan kasar memberikan sensasi kenyal yang lebih padat di setiap lapisan, sedangkan jagung manis memberikan kelembutan dan sedikit kerapuhan. Meskipun keduanya dicampurkan dalam adonan, tekstur dari kacang hijau dan jagung manis tetap dapat dirasakan dengan jelas pada setiap gigitan, memberikan pengalaman yang menarik bagi penikmat kue lapis.

Dari sisi rasa, kue lapis ini tetap mempertahankan cita rasa manis yang khas, tetapi dengan tambahan rasa gurih dari santan yang melengkapi kelembutan rasa manis kacang hijau dan jagung manis. Rasa kacang hijau yang agak gurih dan jagung manis yang sedikit lebih manis menjadi kombinasi yang harmonis, menjadikan kue lapis ini lebih kaya rasa dibandingkan dengan kue lapis tradisional yang hanya menggunakan bahan dasar tepung dan gula.

Dari segi gizi, kue lapis ini memiliki kandungan gizi yang lebih tinggi dibandingkan dengan kue lapis konvensional. Kacang hijau, sebagai sumber protein nabati yang hampir

sempurna, menambah nilai gizi dengan kandungan protein dan serat yang tinggi. Jagung manis juga menyumbang karbohidrat kompleks, serta berbagai vitamin dan mineral yang bermanfaat, seperti vitamin A, vitamin C, fosfor, dan kalium. Kombinasi keduanya tidak hanya membuat kue ini lebih bergizi, tetapi juga memberikan manfaat kesehatan, seperti meningkatkan daya tahan tubuh dan membantu pencernaan.

Secara keseluruhan, produk Kue Lapis Kacang Hijau dan Jagung Manis ini berhasil memenuhi tujuan untuk menciptakan jajanan tradisional yang tidak hanya lezat tetapi juga bergizi. Inovasi ini tidak hanya memberikan alternatif yang lebih sehat untuk masyarakat, tetapi juga membuka peluang untuk memperkenalkan kekayaan bahan pangan lokal, seperti kacang hijau dan jagung manis, yang masih jarang dimanfaatkan secara maksimal dalam produk pangan olahan tradisional.

Dengan demikian, kue lapis ini dapat menjadi pilihan yang lebih sehat bagi masyarakat, sekaligus mendorong konsumsi bahan pangan lokal yang memiliki nilai gizi tinggi. Selain itu, produk ini juga berpotensi untuk dikembangkan lebih lanjut sebagai jajanan pasar yang dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya konsumsi pangan bergizi, tanpa harus mengorbankan cita rasa yang lezat dan kenikmatan dari jajanan tradisional Indonesia.

KESIMPULAN

Dari beberapa penelitian mengatakan bahwasannya produk dari berbahan dasar pangan lokal dari jagung manis dan kacang hijau kombinasi ini menghasilkan makanan yang seimbang dengan energi dari karbohidrat (jagung) dan protein berkualitas dari kacang hijau. Kandungan seratnya mendukung kesehatan pencernaan, mengurangi risiko sembelit, dan menjaga kadar gula darah. Kombinasi ini dapat menjadi bagian dari upaya mendorong konsumsi pangan sehat berbasis lokal. Jagung manis dan kacang hijau merupakan bahan pangan yang kaya gizi, memiliki karakteristik rasa unik, dan mudah diolah. Kombinasi keduanya dalam inovasi pangan tradisional dapat memberikan berbagai manfaat, baik dari segi gizi, ekonomi, maupun daya tarik produk. Jagung manis dan kacang hijau banyak ditanam di Indonesia, sehingga ketersediaannya tinggi serta produk berbasis bahan lokal lebih ekonomis dan dapat mendukung keberlanjutan petani

lokal. Kombinasi ini memiliki potensi dipasarkan sebagai produk sehat, alami, dan berbasis tradisi, yang sesuai dengan tren konsumen saat ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis tidak dapat melakukan penelitian dan penyelesaian jurnal ini tanpa nikmat yang telah Tuhan berikan kepada kami. Berkat Tuhan jurnal ini dapat kami selesaikan. Terima kasih kepada Dosen dan teman-teman yang sudah berusaha untuk melakukan yang terbaik yang saling membantu juga menyelesaikan jurnal ini.

DOKUMENTASI



“Kue Lapis Kacang Hijau dan Jagung Manis”



DAFTAR REFERENSI

- Arofah, F. B. (2017). Pengaruh Subtitusi Mocaf (Modified Cassava Flour) dan Jumlah Puree Wortel (*Daucus carota* L) Terhadap Mutu Organoleptik Kue Lapis. *E-Journal Boga*, 5(1), 48–56.
- Kantikowati, E., Karya, & Iqfini Husnul Khotimah. (2022). PERTUMBUHAN DAN HASIL JAGUNG MANIS (*Zea mays* SACCHARATA STURT) VARIETAS PARAGON AKIBAT PERLAKUAN JARAK TANAM DAN JUMLAH BENIH. *AGRO TATANEN* | Jurnal Ilmiah Pertanian, 4(2), 1–10. <https://doi.org/10.55222/agrotatanen.v4i2.828>
- Sari, R. M., & Fevria, R. (2021). Respon Pertumbuhan Kacang Hijau (*Vigna radiata* L .) Menggunakan Hidroponik. *Prosiding SEMNAS BIO*, 415–422.
- Setyani, S., Medikasari, & Astuti, W. I. (2009). Fortifikasi Jagung Manis Dan Kacang Hijau Terhadap Sifat Fisik, Kimia dan Organoleptik Susu Jagung Manis Kacang Hijau. *Jurnal Teknologi Industri Dan Hasil Pertanian*, 14(2), 107–119.