

- vanili dan SP secukupnya, mixer hingga mengembang selama  $\pm$  15 menit dengan kecepatan tinggi
- Masukkan 250 g mentega cair, 200 g Terigu, 75 g T.Kelor dan putih telur secara bergantian kemudian aduk hingga rata
- Masukkan adonan ke dalam loyang dan sisakan sedikit campur dengan coklat bubuk dan hias diatasnya menggunakan garpu/lidi
- Oven suhu 150°C selama 30-40 menit

menggunakan solet hingga kalis

- Cetak sesuai selera dan oven suhu 150°C selama 30-40 menit



#### 4. STICK KELOR

- Campur 750 g Terigu, 250 g Tapioka, 25 g T. Kelor, 14 gr garam, 1 bgks penyedap dan aduk hingga rata
- Masukkan 4 butir telur kocok, 200 ml air dan 200 g mentega cair, aduk hingga kalis
- Bentuk adonan menggunakan alat pemipih dan diulang hingga adonan lembut
- Potong lembaran hingga berbentuk stick 8-14 cm dan goreng hingga hijau kekuningan

#### 6. LUMPUR KELOR

- Mixer 250 g gula halus, 6 butir telur dan vanili
- Campur 400 g Terigu, 30 g T. Kelor, 1L santan, 100 g mentega cair dan garam, secukupnya aduk hingga rata
- Cetak menggunakan cetakan lumpur hingga matang dan hiasi dengan anggur kering/chip coklat



#### 7. LIDAH KUCING KELOR

- Mixer 1 butir telur, 200 g gula halus, 250 g mentega dan vanili
- Masukkan 225 g Terigu, 25 g T. Kelor, dan 3 butir putih telur, 100 g aduk hingga rata
- Masukkan dalam plastik contong dan cetak pada cetakan lidah kucing yang sudah diolesi mentega kemudian Oven suhu 150°C selama 30-40 menit



#### 5. COOKIES KELOR

- Campurkan 250 g gula halus, 4 btr kuning telur, 250 g metega, mixer hingga putih
- Masukkan 150 g Maizena, 150 g susu bubuk, 450 g Terigu dan 40 g T. Kelor, aduk

BPTP BALIBANGTAN JATIM

Jl. Raya Karangploso Km 4, PO Box 188

Email:lailatulisnaini26@yahoo.co.id



## TEPUNG DAUN KELOR SEBAGAI PEWARNA ALAMI DAN MENINGKATKAN SUMBER GIZI



KEMENTERIAN PERTANIAN

BALAI PENGKAJIAN TEKNOLOGI PERTANIAN  
JAWA TIMUR  
2018

## PENDAHULUAN

Pemanfaatan daun kelor selama ini sebatas tanaman pagar, pakan ternak, sayuran dan bahkan di beberapa daerah daun ini sebagai “penangkal kesaktian/memandikan jenazah” sehingga belum dimanfaatkan secara optimal. Ditambah lagi belum diketahuinya manfaat dan kandungan gizi yang terdapat pada daun kelor. Bahkan di beberapa negara daun kelor disebut sebagai ‘Pohon Ajaib’ karena mulai dari akar, batang, biji, bunga dan daun dapat dimanfaatkan. Mengingat daun kelor memiliki daya simpan pendek maka diperlukan pengolahan daun menjadi tepung agar memiliki daya simpan lama, memiliki nilai jual tinggi dan membuka lapangan pekerjaan baru. Tepung daun kelor dapat ditambahkan ke berbagai macam olahan makanan dan minuman sebagai pewarna alami, produk herbal dan produk kecantikan. Di beberapa daerah tepung daun kelor dapat meningkatkan nilai gizi karena daun kelor mengandung protein tinggi dan beberapa kandungan gizi lainnya.

## KANDUNGAN GIZI DAN KHASIAT TEPUNG KELOR

Selain berfungsi sebagai pewarna alami, tepung daun kelor mengandung nutrisi dan senyawa yang sangat dibutuhkan oleh tubuh manusia. Seluruh bagian tanaman kelor dapat dimanfaatkan untuk penyembuhan, menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan terutama asupan gizi keluarga. Berikut khasiat daun kelor :

- Membersihkan racun dalam tubuh
- Meningkatkan fungsi hati dan ginjal

- Asupan gizi paling lengkap bagi ibu hamil, menyusui dan makanan pendamping ASI
- Memelihara system imunitas tubuh
- Menormalkan gula darah, kolesterol, hipertensi, dll

	3 kali Potassium Pisang	4 kali Vitamin A Wortel	25 kali Zat Besi Bayam	7 kali Vitamin C Jeruk	4 kali Calcium Susu	2 kali Protein yogurt
<b>Kelor</b>						
	15 kali Potassium Pisang	10 kali Vitamin A Wortel	25 kali Zat Besi Bayam	1/2 kali Vitamin C Jeruk	17 kali Calcium Susu	9 kali Protein yogurt

## OLAHAN TEPUNG KELOR

### 1. TEPUNG DAUN KELOR

- Cuci bersih daun kelor beserta batangnya dan tiriskan
- Serut daunnya dan letakkan diatas loyang
- Keringkan pada suhu 30-40°C hingga daun kering
- Haluskan menggunakan alat penepung/blender kering kemudian ayak menggunakan ayakan 80-100 mesh
- Kemas tepung kelor dan siap dikonsumsi



### 2. DAWET KELOR

- Larutkan 200g T. Beras, 20g Tapioka dan 12g T.Kelor dengan 600ml air, garam

secukupnya dan 60 ml air kapur, aduk hingga rata

- 60ml air dididihkan dan masukkan adonan, aduk hingga mengental dan tidak lengket
- Cetak menggunakan cetakan dawet dan jatuhkan potongan dawet ke dalam air



dingin/air es

- Dawet siap disajikan dengan menambahkan gula merah dan santan

### 3. MIE KELOR

- Campur 500 g terigu, 25 g T. Kelor dan garam secukupnya kemudian aduk rata
- Masukkan 1 butir telur kocok dan 100 ml air kemudian aduk hingga terbentuk adonan kalis
- Bentuk adonan menggunakan alat pemipih dan diulang hingga adonan lembut



- Potong lembaran hingga berbentuk mie dan rebus mie dalam air mendidih yg sudah ditambahkan sedikit minyak goreng
- Angkat dan masak menjadi mie rebus/goreng