

**FERMENTASI BAKTERI ASAM LAKTAT MENINGKATKAN KANDUNGAN FENOLIK DAN SERAT YOGURT SUSU KECAMBAH KACANG MERAH (Phaseolus vulgaris L.), MINUMAN FUNGSIONAL UNTUK OBESITAS**

<b>Title</b>	FERMENTASI BAKTERI ASAM LAKTAT MENINGKATKAN KANDUNGAN FENOLIK DAN SERAT YOGURT SUSU KECAMBAH KACANG MERAH (Phaseolus vulgaris L.), MINUMAN FUNGSIONAL UNTUK OBESITAS
<b>Author Order</b>	1 of 3
<b>Accreditation</b>	4
<b>Abstract</b>	Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh kadar BAL dan lama fermentasi terhadap kadar total fenol dan serat dalam yogurt susu kecambah kacang merah (Yosukamera). Kacang merah dikecambahkan 30 jam, diblender menjadi susu, kemudian difermentasi menjadi yogurt menggunakan BAL 1 dan 2%, serta lama fermentasi 12 dan 24 jam. Kadar serat meningkat oleh kadar BAL dan lama fermentasi ( $P < 0,05$ ), sedangkan kadar total fenol hanya dipengaruhi lama fermentasi ( $P < 0,05$ ). Yosukamera terbaik adalah yogurt yang dibuat dari susu kecambah kacang merah dengan kadar BAL 2% dan lama fermentasi 24 jam, mengandung antioksidan fenolik sebesar 993,08 ppm dan serat 6,29%. Yosukamera kaya antioksidan fenolik dan serat, dapat dimanfaatkan sebagai minuman fungsional bagi penderita obesitas. Sebagai selingan, yosukamera dapat dikonsumsi sebanyak 122-153 ml per harinya, dengan kandungan total fenol sebesar 121,22-152 mg dan serat 7,76-9,62 g.
<b>Publisher Name</b>	Program Studi Ilmu Gizi, Jurusan Kesmas Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Jenderal Soedirman
<b>Publish Date</b>	2019-06-17
<b>Publish Year</b>	2019
<b>Doi</b>	DOI: 10.20884/1.jgps.2019.3.1.1526
<b>Citation</b>	
<b>Source</b>	Jurnal Gizi dan Pangan Soedirman
<b>Source Issue</b>	Vol 3 No 1 (2019): JURNAL GIZI DAN PANGAN SOEDIRMAN
<b>Source Page</b>	64-75
<b>Url</b>	<a href="http://jos.unsoed.ac.id/index.php/jgps/article/view/1526/1045">http://jos.unsoed.ac.id/index.php/jgps/article/view/1526/1045</a>
<b>Author</b>	Dr Ir HERY WINARSI, M.S