



roti

Cara buat roti tawar
campuran tepung sorgum dan terigu
Fakultas Pertanian Universitas Padjadjaran

tawar sorgum



♥ GlutenFreeGobsmacked.com

roti sorgum

Resep dan cara membuat roti tawar dari campuran tepung terigu dan tepung sorgum bagus untuk kesehatan terutama untuk yang alergi gluten dan bagus untuk meningkatkan daya cerna roti oleh tubuh kita

waktu persi.	waktu masak	penyajian
30 menit	40 menit 1.5 jam fermentasi	1 porsi

Bahan-bahan

300g tepung

240g tepung terigu +
60g tepung sorgum

24g lemak

Mentega tawar

1/4 sdt garam

Garam dapur

1 sdm gula

Gula halus/ madu

1 sdm susu

susu bubuk

188g air

Air biasa/ dingin (188ml)

1 sdt ragi

Ragi instant

Cara membuat

♦ Langkah-Langkah Persiapan

- 1 Untuk membuat sajian kali ini terlebih dahulu sebaiknya kita simak beberapa langkah persiapan untuk membuat sajian kali ini. Hal ini penting untuk anda perhatikan untuk memudahkan anda menyiapkan hidangan kali ini. Untuk itu, mari simak beberapa langkah persiapan berikut:
- 2 Siapkan semua bahan-bahan sesuai dengan takaran yang diperlukan dalam satu meja. Tepung yang akan kita gunakan berupa campuran tepung terigu dan tepung sorgum dengan perbandingan 8:2. Tepung sorgum merupakan tepung bebas gluten dan mengandung serat lebih banyak dan baik untuk Kesehatan. Namun demikian akan mengurangi daya mengembang roti. Untuk itu gunakan tepung terigu yang kualitas baik.
- 3 Setelah itu pilih susu low fat dan bukan full cream. Jenis susu ini biasanya dijual bebas di pasaran. Hanya saja, perhatikan dengan baik formula yang terkandung dalam susu.
- 4 Perlu diperhatikan, rasa maupun kualitas roti yang akan kita hasilkan tergantung banyak pada bahan-bahan yang kita gunakan. Kalau kita menggunakan baha-bahan impor terutama tepung dan mentega (harganya lebih mahal), kita akan mendapatkan hasil roti kualitas bagus dan rasa enak.
- 5 Perlu dipersiapkan semua alat, seperti wadah plastic, mixer/ pengaduk, lap kain basah dan kering, nampan dan longyam/ wadah untuk oven.

♦ Langkah-Langkah Pembuatannya

- 1 Persiapkan wadah plastic untuk mencampur semua bahan yang telah dipersiapkan. Campurkan semua bahan-bahan (kecuali mentega) sesuai takaran dalam wadah plastik dan tambahkan air.
- 2 Pencampuran dengan mengaduk-ngaduk semua bahan hingga rata ± 1 menit.
- 3 Pengulenan atau pengadukan pertama dilakukan hingga adonan berubah menjadi lebih lengket dan menggumpal ± 10 menit.
- 4 Setelah 10 menit, adonan ditambah mentega dan dilanjutkan ke pengulenan ke ke dua selama ± 10 menit.
- 5 Adonan kemudian didiamkan (proses fermentasi ke-1) dalam suhu kamar selama ± 20 menit. Setelah itu adonan dibagi sesuai kebutuhan dan lakukan pembulatan dan diamkan Kembali (proses fermentasi ke-2) selama ± 15 menit.
- 6 Setelah itu lakukan pembentukan adonan dan letakkan dalam Loyang dan tempatkan dalam oven pada suhu sedang $\pm 35^{\circ}\text{C} - 40^{\circ}\text{C}$ selama 60 menit (proses fermentasi ke-3). Jangan lupa untuk mengolesi loyang dengan margarin dan diberikan taburan tepung terigu dengan merata sebelumnya. Setelah proses ini biasanya adonan roti akan mengembang dua kali lebih besar ukurannya.
- 7 Loyang kemudian diletakkan dalam oven untuk proses pemanggangan pada suhu 190°C selama ± 40 menit hingga mengembang dan merata.
- 8 Baru setelah matang dan berwarna keemasan angkat sajian ini dan keluarkan dari oven. Setelah agak dingin maka anda akan dapat memotong-motong roti dengan ukuran yang lebih tipis.