

# **KREASI PEMBUATAN *PATTY* BERBAHAN DASAR KACANG-KACANGAN**

**Nadya Christina**

Fakultas Pariwisata, Universitas Pelita Harapan

Lippo Karawaci

## ***PATTY PRODUCT CREATION BASE ON BASIC NUTS***

### ***Abstract***

*The current development has encouraged the awareness of the Indonesian people about a healthy lifestyle. Many people have switched to healthier lifestyles by starting to change their diet. One of the efforts to change the diet that many people are starting to implement is by no longer consuming animal protein which can trigger various diseases. Then animal protein is replaced with vegetable protein, namely protein that comes from plants, and nuts to be able to get the same benefits as the protein found in meat. Changes in a healthy lifestyle do not rule out someone completely not consuming fast food. By replacing processed fast food products with healthier ingredients, a person can still enjoy delicious and healthy fast food. To support this, research into making a patty that was originally made from spiced meat became a bean-based one.*

***Keywords: Patty, Vegetarian Patty, Nuts***

### **Abstrak**

Perkembangan zaman saat ini telah mendorong kesadaran masyarakat Indonesia akan pola hidup sehat. Banyak orang sudah beralih ke pola hidup yang lebih sehat dengan memulai mengubah pola makan mereka. Salah satu upaya mengubah pola makan yang mulai banyak diterapkan oleh orang-orang adalah dengan tidak lagi mengonsumsi protein hewani yang dapat menjadi pemicu berbagai penyakit. Kemudian protein hewani digantikan dengan protein nabati yaitu protein yang berasal dari tumbuh-tumbuhan, dan kacang-kacangan untuk dapat tetap mendapatkan manfaat yang setara dengan protein yang terdapat pada daging. Perubahan gaya hidup sehat tidak menutup kemungkinan untuk seseorang seutuhnya tidak mengonsumsi makanan cepat saji. Dengan mengganti produk olahan makanan cepat saji menjadi menggunakan bahan-bahan yang lebih sehat, seseorang tetap dapat menikmati makanan cepat saji yang enak dan sehat. Untuk mendukung hal tersebut, maka penelitian dalam membuat *patty* yang semula dibuat dari daging-dagingan yang berbumbu menjadi *patty* berbahan dasar kacang-kacangan.

**Kata kunci: *Patty, Patty Vegetarian, Kacang-kacangan.***