

Ellenka

**fiber
cremē**

High Fiber &
Creamy Taste
Tinggi serat pangan

E-BOOK
FIBERCREME
RECIPE #26

Kudapan
di kala
Hujan



Ellenka
**fiber
cremē**

PENGGANTI SANTAN TINGGI SERAT

Kini ada **FiberCreme**, krimer bubuk multifungsi yang akan membuat makanan dan minuman Anda lebih creamy. Ini bukan krimer biasa, karena dapat digunakan sebagai pengganti susu dan santan kelapa yang tinggi serat, rendah gula, bebas laktosa dan bebas gluten. Jadi, nikmati berbagai kuliner favorit Anda bebas khawatir dengan **FiberCreme**.

KENAPA FIBERCREME?



Tinggi Serat

Mengandung Oligosakarida yaitu sumber serat alami.



Multi-Fungsi

Dapat diaplikasikan keberbagai menu makanan & minuman.



Rasa Creamy

Lebih lembut dan lebih lezat.



TINGGI SERAT



BEBAS LAKTOSA



BEBAS GLUTEN



RENDAH GULA



Kenyang Lebih Lama



Mudah Membuatnya



Tidak Mudah Basi

FiberCreme
Customer Care

Ada pertanyaan?
Kami siap membantu

✉ info@FiberCreme.com

💬 @fyn5790c ☎ 0822 3399 6699



FOR 2 SERVINGS

FIBER	7 GR
CALORIES	207 KKAL
CARBOHYDRATE	26 GR
FAT	5 GR
PROTEIN	2 GR

CHOCOLATE CINNAMON Marshmallow

BAHAN

- 20 gr **FiberCreme**
- 25 gram gula pasir
- 1 batang kayu manis
- 400 ml air
- 2 sdm cokelat bubuk

TOPPING

- 50 gram marshmallow

CARA MEMBUAT

1. Rebus gula pasir, kayu manis dan air sampai mendidih.
2. Masukan cokelat bubuk dan **FiberCreme**, aduk rata.
3. Masak di atas api kecil sambil diaduk sampai mendidih.
4. Sajikan bersama marshmallow

Ellenka
fiber
cremē



FOR 3 SERVINGS

FIBER	3 GR
CALORIES	232 KKAL
CARBOHYDRATE	14 GR
FAT	4 GR
PROTEIN	0,2 GR

SPICY CREAMY

Tteokbbokki

BAHAN

- 30 gr **FiberCreme**
- 100 gram rice cake siap pakai, potong 2 cm
- 1 sdt gochujang (bumbu pedas Korea)
- 1 sdt paprika bubuk
- 1 siung bawang putih, cincang halus.
- ¼ sdt garam
- ½ sdt merica bubuk
- 3 sdm gula pasir
- 200 ml air
- 20 ml tepung maizena, larutkan dengan sedikit air
- 1 batang daun bawang, potong memanjang
- 1 sdm minyak goreng, untuk menumis

CARA MEMBUAT

1. Panaskan minyak goreng. Tumis bawang putih sampai harum. Masukkan tteok rice cake, Tambahkan air dan gochujang, aduk rata.
2. Masukkan **FiberCreme**, paprika bubuk, garam, dan merica bubuk. Aduk rata.
3. Masukkan larutan tepung maizena, aduk sampai seluruh bahan jadi matang.
4. Taburi daun bawang, angkat dan tuangkan diatas piring saji.
5. Hidangkan selagi hangat.



Ellenka
fiber
cremē

FOR 5 SERVINGS

FIBER	17 GR
CALORIES	414 KKAL
CARBOHYDRATE	47 GR
FAT	19 GR
PROTEIN	26 GR

LAKSA

Singapura

BAHAN

- 150 gr **FiberCreme**
- 1000 ml air
- 250 gr udang, buang kulit, dan kerat punggungnya
- 100 gr dada ayam fillet
- 100 gr tahu pong
- 50 gr taoge
- 3 lembar daun jeruk
- 1 batang serai, memarkan
- 2 sdt garam
- 1/2 sdt gula pasir
- 2 sdm minyak goreng

PELENGKAP

- 50 grbihun, seduh
- 2 buah jeruk nipis
- 5 tangkai daun kemangi
- 100 gr sambal belacan

CARA MEMBUAT

1. Panaskan minyak, tumis bumbu halus, serai dan daun jeruk sampai harum.
2. Tambahkan air, dada ayam dan udang, aduk hingga berubah warna.
3. Masukkan **FiberCreme**, garam dan gula pasir. Rebus sampai mendidih.
4. Tambahkan tahu dan taoge. Aduk sampai setengah layu dan angkat.
5. Tatabihun dalam mangkuk. Tambahkan kuah dan isinya. Sajikan dengan pelengkap dan sambal.

BUMBU HALUS

- 6 buah cabai merah, buang biji
- 30 gr ebi kering, seduh
- 3 cm jahe, iris
- 8 butir bawang merah
- 3 siung bawang putih
- ¾ sdt terasi udang, sangrai
- 2 cm kunyit, bakar
- ½ sdt ketumbar, bubuk



FOR 8 SERVINGS

FIBER	1 GR
CALORIES	205 KKAL
CARBOHYDRATE	26 GR
FAT	12 GR
PROTEIN	1 GR

SALTED CARAMEL PopCorn

BAHAN

- 15 gr **FiberCreme**
- 100 gram jagung untuk popcorn
- 110 gram salted butter, lelehkan

BAHAN CARAMEL

- 30 gram gula semut/palm sugar
- 150 gram gula pasir

CARA MEMBUAT

1. Campur salted butter yang telah dilelehkan dengan **FiberCreme**, aduk hingga tercampur rata. Sisihkan.
2. **Caramel** : panaskan palm sugar dan gula pasir hingga larut sempurna, aduk-aduk.
3. Tuangi dengan larutan salted butter, aduk hingga rata.
4. **Jagung pop corn** : masukan jagung pop corn dalam panci kemudian tutup. panaskan hingga semua jagung meletup dan mekar merata. Matikan api.
5. Campur jagung pop corn dengan caramel, aduk rata selagi karamel masih hangat.
6. Caramel pop corn siap disajikan.



FOR 1 SERVINGS

FIBER	7 GR
CALORIES	201 KKAL
CARBOHYDRATE	58 GR
FAT	7 GR
PROTEIN	0,1 GR

WEDANG CAPPUCCINO

Cincau Jahe

BAHAN

- 20 gr **FiberCreme**
- 3 gram kopi bubuk
- 200 ml air
- 30 gram jahe, kupas dan memarkan
- 3 butir cengkeh
- 20 gram gula pasir
- 80 gram cincau, parut

CARA MEMBUAT

1. Rebus jahe dan cengkeh hingga terekstraksi.
2. Masukkan gula pasir dan **FiberCreme**. Aduk hingga larut semua.
3. Tambahkan Kopi bubuk, aduk hingga larut. Saring, tuang dalam gelas saji yang sudah di beri cincau.
4. Wedang Cappuccino Cincau Jahe, siap disajikan.



FOR 4 SERVINGS

FIBER	9 GR
CALORIES	225 KKAL
CARBOHYDRATE	41 GR
FAT	9 GR
PROTEIN	1 GR

CREAMY BUBUR Jagung

BAHAN

- 100 gr **FiberCreme**
- 150 gram jagung manis, pipil dan rebus, kemudian haluskan
- 100 ml air, untuk menghaluskan jagung manis
- 400 ml air
- 2 sdm tepung maizena, larutkan dengan sedikit air
- 1 lembar daun pandan, ikat simpul
- ½ sdt garam
- 50 gram gula pasir

CARA MEMBUAT

1. Haluskan jagung pipil yang sudah di rebus dengan 100 ml air.
2. Rebus jagung yang telah di blender, gula pasir, garam, daun pandan, 400 ml air dan **FiberCreme**, aduk rata hingga mendidih.
3. Tambahkan larutan maizena, rebus hingga mengental. Angkat dan tuangkan ke dalam mangkok saji.
4. Bubur jagung siap disajikan selagi hangat.



FOR 8 SERVINGS

FIBER	4 GR
CALORIES	261 KKAL
CARBOHYDRATE	25 GR
FAT	13 GR
PROTEIN	15 GR

CREAMY PASTEL

Tutup

BAHAN KULIT

- 10 gr FiberCreme
- 500 gram kentang kukus, haluskan
- 1 sdt garam
- ¼ sdt merica bubuk
- ½ sdt pala bubuk
- 50 gram keju cheedar parut
- 1 butir telur, kocok lepas, untukolesan
- 100 gram keju cepat leleh, parut untuk taburan

BAHAN ISI

- 40 gr FiberCreme
- 3 siung bawang putih, cincang halus
- ½ buah bawang bombay, cincang halus
- 150 gram daging giling
- 50 gram jamur kancing, iris tipis
- 100 gram wortel, potong dadu
- 100 gram kacang polong
- 100 gram jagung pipil
- ¾ sdt garam
- ¼ sdt merica bubuk
- ½ sdt pala bubuk
- ½ sdt gula pasir
- 150 ml air
- 100 gram keju cepat leleh, parut
- 2 sdm minyak goreng, untuk menumis

CARA MEMBUAT

1. **Isi** : Panaskan minyak. Tumis bawang putih dan bawang bombay sampai harum. Masukkan daging. Aduk sampai berubah warna.
2. Tambahkan jamur, wortel, kacang polong dan jagung pipil. Aduk sampai layu. Masukkan **FiberCreme**, garam, merica bubuk, pala bubuk, gula pasir, dan air. Masak sampai meresap. Tambahkan keju. Aduk rata. Sisihkan.
3. **Kulit** : Campur Kentang kukus halus, garam, merica bubuk, pala bubuk keju parut dan **FiberCreme**. aduk rata. Bagi 2 adonan kulit.
4. Ambil 1 bagian. Pipihkan di dasar pinggan tahan panas yang diolesi margarin. Beri adonan isi. Tutup dengan sisa adonan kulit semprotkan menggunakan plastik segitiga. Oleskan telur. Taburi keju.
5. Oven dengan api bawah pada suhu 170 derajat Celsius, 30 menit dengan teknik au bain marie, hingga matang.
6. Angkat dari oven, dan siap disajikan.



Pengganti Santan
Tinggi Serat

FiberCreme.com | FiberCreme

@FiberCreme | @FiberCreme_TV | @FiberCreme_Story