

Mengenal Lebih Jauh Soal Kolang-Kaling



Sudahkah Ibu tahu apa itu kolang kaling? Menurut KBBI, kolang kaling adalah inti biji dari buah enau (yang sudah dikupas), bentuknya kecil agak bulat, berwarna putih bening. Kolang kaling sering dijadikan sebagai bahan tambahan aneka jenis es menyegarkan, kolak, hingga es campur. Bagi Ibu yang menginginkan camilan sehat untuk si Kecil, kolang kaling bisa dijadikan camilan paling pas. Bukan hanya karena rasanya yang enak, tapi juga karena buah ini aman untuk si Kecil.

Cara paling mudah untuk mengolah kolang kaling adalah dengan membuatnya sebagai bahan campuran es. Namun, cara seperti ini hanya akan menambahkan rasa segar pada minuman saja. Bagi para Ibu yang ingin si Kecil mengonsumsi kolang kaling saja, Ibu tidak perlu bingung. Ibu hanya perlu mengetahui cara membuat manisan kolang kaling yang lezat. Kenapa manisan? Hal ini dikarenakan manisan membuat kolang kaling terlihat lebih menarik dan menyegarkan.

[Cara membuat manisan kolang kaling](#) terbilang sangat mudah. Ibu hanya perlu mencuci bersih kolang kaling atau hingga kesat. Rebus bersama gula pasir dan garam secukupnya. Agar warna lebih menarik, Ibu juga bisa menambahkan sirup secukupnya agar rasanya semakin lezat.

Kehadirannya di bulan Ramadhan sebagai panganan takjil tentunya bukan tidak memiliki manfaat lho, Bu. Kolang kaling mengandung serat yang baik untuk pencernaan si Kecil. Kandungan karbohidrat, protein, lemak dalam kolang kaling juga baik untuk tumbuh kembangnya.

Nah, bagaimana? Mudah bukan cara membuat manisan kolang kaling? Menyehatkan, murah dan aman tentunya. Masih ragu memberikan makanan ini untuk si Kecil?

<https://www.sahabatnestle.co.id/content/view/mengenal-lebih-jauh-soal-kolang-kaling.html>