

## Teknologi Pengolahan Mi Sagu

Inventor : Endang Yuri Purwani, Agus Budiyanto  
Balai Besar Penelitian dan Pengembangan  
Pasca Panen Pertanian



Mie sagu adalah mi yang dibuat dari pati sagu murni. Retrogradasi pati selama proses pembuatannya memicu terbentuknya "*Resistant starch*", yaitu fraksi pati yang tak tercerna oleh enzim-enzim dalam saluran pencernaan. Adanya pati yang tidak tercerna memberi keuntungan bagi kesehatan.

Kandungan "*Resistant starch*" pada mi sagu adalah sebagai prebiotik dan mampu menurunkan indeks glikemik. Prebiotik merupakan mikroorganisme yang hidup dalam makanan pelengkap yang berkontribusi terhadap kesehatan fisik.

Manfaat :

- Memberi efek mengenyangkan.
- Mencegah sembelit.
- Mencegah kanker usus.
- Tidak cepat meningkatkan kadar glukosa darah (mie sagu termasuk dalam kelompok pangan berindeks glikemik rendah), sehingga cocok bagi penderita diabetes melitus.