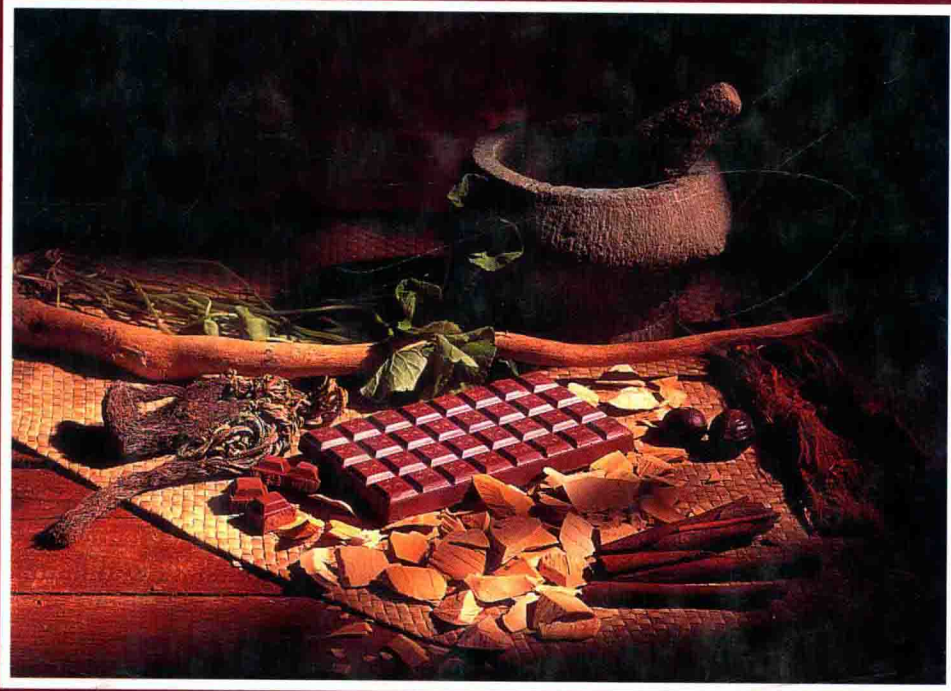


COCOA

FOOD FOR ALL

"Malaysian Cocoa - Naturally Nutritious, Deliciously Healthy"



KOKO

SAJIAN UNTUK SEMUA

"Koko Malaysia - Khasiatnya Sejati, Lazatnya Menyegarkan"

Published by

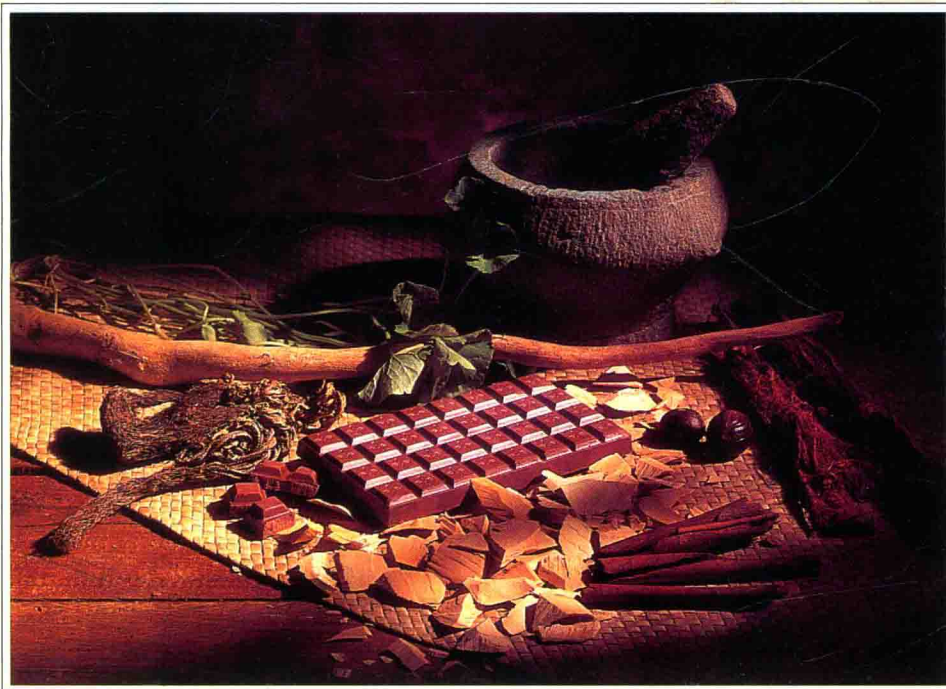


Malaysian Cocoa Board
in Collaboration with
Riverside Majestic Hotel, Kuching

COCOA

FOOD FOR ALL

"Malaysian Cocoa - Naturally Nutritious, Deliciously Healthy"



KOKO

SAJIAN UNTUK SEMUA

"Koko Malaysia - Khasiatnya Sejati, Lazatnya Menyegarkan"

Published by



Malaysian Cocoa Board
in Collaboration with
Riverside Majestic Hotel, Kuching

ISBN 983-99969-1-6

Malaysian Cocoa Board, 1995

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system or transmitted, in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying or recording or otherwise, without the prior permission of MCB.

Acknowledgement

National Panasonic Malaysia Sdn. Bhd.
Riverside Majestic Hotel, Kuching
Universiti Pertanian Malaysia
Committee Members, Judges and participants
of Cocoa Recipe Competition, and
others who have contributed in a way or another.

Working Committee

Tn. Hj. Jumali Suratman (Chairman), Nazri Jaafar, Danny William Eber,
Ahmad Ghazali Hj. Mustakim, Hassan Mohd. Ramli, Julianna Chew,
Normah Dahlan and Wan Aidah Wan Ibrahim

Credits

Photography: Allen Leong
Printer: Malindo Printers Sdn. Bhd.

Published by

Malaysian Cocoa Board
in collaboration with
Riverside Majestic Hotel, Kuching.

CONTENTS

KANDUNGAN

Messages/Perutusan	1-2
History of Cocoa/Sejarah Koko	3
Nutritious Benefits of Cocoa/Kebaikan Khasiat Koko	4
An Introduction to Malaysian Cocoa Board/Pengenalan Kepada Lembaga Koko Malaysia	5-6
Malaysian Tradisional Cakes/Kuib Tradisional Malaysia	7-29
Cakes/Kek	31-87
Biscuits/Biskut	89-104
Puddings/Puding	105-125
Special Recipes/Resipi Istimewa	127-131
Confection/Konfeksi	133-145

MESSAGE FROM THE HONOURABLE MINISTER OF PRIMARY INDUSTRIES, MALAYSIA
PERUTUSAN DARI YANG BERHORMAT MENTERI PERUSAHAAN UTAMA,
MALAYSIA

Commodities will always remain as necessary inputs to industries. Cocoa is one of them and as exports of raw beans continue to decline, the rising figures of cocoa products exports illustrate the successful drive towards value-added manufacturing.

Downstream processing of cocoa started in the early 1980s and since then the manufacturing of cocoa products such as liquor, butter, powder, chocolate and confectionery has grown rapidly, so that export earnings from processed cocoa products have exceeded the value of beans. These developments are in line with the Government's plicy of encouraging the production of more value-added products from Malaysian primary commodities, thus ensuring that primary commodities like cocoa would continue to contribute significantly to the industrialisation and wealth creation process of the nation.

Cocoa consumption in Malaysia is relatively new and since the per capita consumption of cocoa in the country is still low there is enormous potential to increase the domestic consumption. Traditionally, cocoa is being consumed as chocolates and confectioneries while its use in other food products such as cakes and other cuisine is limited. With the publication of this book it is hoped that the utilization of cocoa-based products in Malaysian traditional cakes, biscuits and other exotic recipes will increase.

I wish to congratulate the Malaysian Cocoa Board in this endeavour by adding yet another dimension in our efforts to instil greater awareness in the domestic consumption of cocoa.



Komoditi akan sentiasa menjadi input kepada perusahaan. Koko adalah merupakan salah satu daripadanya dan pada masa eksport biji koko mentah kian menurun, peningkatan jumlah eksport produk-produk koko menunjukkan kejayaan kepada pembuatan produk-produk yang ditambah nilai.

Pemprosesan biliran koko bermula pada awal tahun 1980 an dan sejak itu pembuatan produk-produk koko seperti likur, mentega, serbuk, coklat dan konfeksi telah berkembang pesat dimana pendapatan nilai eksport dari produk-produk koko yang diproses melebihi nilai eksport biji koko. Perkembangan ini adalah sejajar dengan dasar kerajaan menggalakkan pengeluaran lebih banyak barangan yang ditambah nilai dari komoditi utama Malaysia untuk memastikan agar komoditi seperti koko akan terus menyumbang kepada proses pengindustrian dan pengwujudan sumber kekayaan negara.

Penggunaan koko di Malaysia adalah suatu perkara yang baru dan memandangkan penggunaan per kapita koko negara masih rendah, potensi untuk mempertingkatkan penggunaannya di dalam negara adalah besar. Secara tradisi, penggunaan koko adalah dalam bentuk coklat dan konfeksi. Penggunaannya dalam bentuk produk-produk makanan lain seperti kek dan masakan lain adalah terhad. Dengan terbitnya buku ini adalah diharapkan penggunaan produk-produk berasaskan koko di dalam kuih-kuih tradisi, biskut-biskut dan resipi-resipi eksotik lain di Malaysia akan meningkat.

Saya mengucapkan tahniah kepada Lembaga Koko Malaysia kerana daya usahanya menambahkan satu lagi dimensi dalam usaha kita menanamkan kesedaran mengenai penggunaan koko di dalam negara.

Dato' Seri Dr. Lim Keng Yaik

Minister Of Primary Industries/Menteri Perusahaan Utama
Malaysia/Malaysia

MESSAGE FROM THE DIRECTOR GENERAL, MALAYSIAN COCOA BOARD PERUTUSAN DARI KETUA PENGARAH, LEMBAGA KOKO MALAYSIA

Market development is one of the key strategies in the development of Malaysian cocoa industry. This is both for the market at home and also for the international market. Promoting consumption of cocoa in the country is one of the strategies in market development at home.



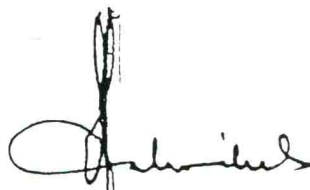
Utilization of cocoa products such as powder in the recipe of local confectioneries and traditional cakes is still limited. In the effort to stimulate the development of this usage a cocoa recipe competition was held in July 1994. The competition received tremendous response with a few hundreds recipe formulations. This publication contains the recipes selected from this competition.

This book is also aimed at promoting the consumption of cocoa through increasing the awareness of the public on the wholesomeness of cocoa as a complete and nutritious food. In addition Malaysian Cocoa Board hopes that this publication will generate interest among the public particularly those with entrepreneurial interest. The interest generated will eventually materialise into the development of small scale business which can contribute towards growth of the cocoa cottage industry.

Pembangunan pasaran merupakan salah satu strategi utama dalam membangunkan industri koko Malaysia di pasaran tempatan dan juga pasaran antarabangsa. Promosi penggunaan koko tempatan juga merupakan salah satu strategi dalam pembangunan pasaran.

Penggunaan produk-produk koko seperti serbuk koko dalam resipi konfeksioneri tempatan dan kuih tradisional masih lagi terhad. Dalam usaha untuk merangsang peningkatan penggunaan koko maka satu pertandingan mencipta resipi koko telah dianjurkan pada bulan Julai 1994. Pertandingan ini telah mendapat sambutan yang menggalakkan di mana ratusan resipi telah dicipta. Buku ini memuatkan resipi-resipi terpilih dari pertandingan tersebut.

Buku ini juga bertujuan untuk mempromosikan penggunaan koko dengan meningkatkan kesedaran masyarakat umum mengenai kebaikan semulajadi koko sebagai sumber makanan yang lengkap dan berkhasiat. Selain dari itu Lembaga Koko Malaysia berharap agar terbitan ini dapat melahirkan minat di kalangan masyarakat terutama sekali kepada mereka yang mempunyai kecenderungan dalam keusahawanan. Kecenderungan ini diharapkan akan melahirkan perniagaan secara kecil-kecilan yang akan menyumbang ke arah perkembangan industri koko kecil-kecilan.



Dato' Dr. Hashim A. Wahab

Director General/Ketua Pengarah
Malaysian Cocoa Board/Lembaga Koko Malaysia



HISTORY OF COCOA

SEJARAH KOKO

Cocoa has a history rooted in the mists of time. In South America, the Aztecs considered the beverage a royal drink served in ceremonial golden goblets. It was the nectar of the gods and even the cocoa tree's botanical name, "Theobroma cacao" translated from the Greek means "food of the gods".

Cocoa as a beverage was "the divine drink". Hernando Cortez brought back the first cocoa and chocolate drink recipe to the Court of King of Spain in 1528. Gradually a transformation began. Cane sugar was added. Newly discovered spices such as vanilla and cinnamon were also used as flavourings.

The cocoa tree soon began to appear in Spanish colonies and the processing of cocoa beans began in earnest, but under the veil of secrecy in monasteries. Chocolate was restricted to nobility and recipes were kept secret for nearly 100 years.

Then chocolate spread, to France in 1615, the United Kingdom in 1650s and in America in 1755. There was no looking back.

Cocoa and chocolate took America and the world by storm. Today it is the most popular and most relished flavour in the world.

Koko telahpun ditemui sejak berabad yang lalu. Di Amerika Selatan, kaum Aztecs menganggapnya sebagai minuman diraja yang dihidangkan di dalam gelas emas untuk upacara istimewa. Ia dianggap manisan dari tuban. Malah nama botanikal bagi koko, "Theobroma cacao" berasal dari perkataan Greek yang bermaksud "makanan tuban-tuban".

Koko sebagai minuman, dianggap sebagai 'minuman suci'. Hernando Cortez telah membawa pulang koko dan resipi minuman coklat yang pertama untuk dipersembahkan kepada Raja Sepanyol pada tahun 1528. Dari situlah, ia mula mengalami perubahan. Gula tebu mula dicampurkan. Rempah yang baru ditemui seperti Vanila dan kulit kayu manis telah juga digunakan sebagai bahan perisa.

Pokok koko mulai ditanam di kawasan jajahan Sepanyol dan kerja-kerja memproses koko mula dijalankan secara rahsia di biara-biara. Koko banya terhad untuk kaum bangsawan dan resipinya telah disimpan rapi selama hampir 100 tahun.

Coklat mula berkembang ke Perancis dalam tahun 1615, United Kingdom dalam tahun 1650an dan kemudiannya ke Amerika dalam tahun 1755. Dari situ, ia terus berkembang.

Koko dan coklat begitu pantas menakluki Amerika dan dunia. Hari ini, ia merupakan rasa yang paling popular dan digemari di seluruh dunia.



NUTRITIOUS BENEFITS OF COCOA

KEBAIKAN KHASLAT KOKO

Cocoa in the form of chocolate as it is most popularly consumed has nutritious benefits besides tasting delicious.

Comparatively analysed, a bar of milk chocolate supplies more protein, calcium and riboflavin than a banana, a carrot, an orange, an apple or an equivalent amount of raisins by weight.

Science has also shattered the myth of chocolate being responsible for acne and obesity. Rather, research has proven that chocolate supplies important nutrients at a level of calories considered normal for an average cross-section of the population.

One tablespoon of cocoa powder contains:

Sejumlah besar koko dinikmati di dalam bentuk coklat yang mengandung kebaikan khasiat di samping rasa yang lezat.

Secara perbandingan, sekeping coklat susu mengandung lebih kandungan protein, kalsium dan riboflavin berbanding dengan sebiji pisang, sebatang lobak, sebiji oren, sebiji epal atau sejumlah kismis dengan berat yang sama.

Sains turut membuktikan yang coklat tidak mengakibatkan jerawat mahupun kegemukan. Malah kajian telah menunjukkan yang coklat mengandung kandungan khasiat yang seimbang untuk manusia.

Satu sudu makan serbuk koko mengandungi:

Calorie/Kalori	14
Protein/Protein	0.9 g
Fat/Lemak	1 g
Calcium/Kalsium	7 mg
Phosphorus/Fosforus	35 mg
Iron/Zat Besi	0.6 mg
Potassium/Kalium	82 mg
Thiamine/Tiamin	0.01mg
Riboflavin/Riboflavin	0.02mg
Niacin/Niasin	0.1 mg
Cholesterol/Kolesterol	0 mg
Traces/Surihan	Sodium, Vit. A

Source/Sumber: USDA Handbook No. 456, Kraus, Barbara
The Dictionary of Sodium, Fats and Cholesterol New York: Grosset & Dunlap, 1974.

INTRODUCTION TO MALAYSIAN COCOA BOARD

PENGENALAN KEPADA LEMBAGA KOKO MALAYSIA

The idea to establish a board specifically for cocoa was mooted in the early 1980s resulting in the passing of the "Act 343 MALAYSIAN COCOA BOARD (INCORPORATION) ACT, 1988" in July, 1988 by the Malaysian Parliament and gazetted on September 8, 1988. The Board became operational with effect from July 18, 1989, after the official launching. The Chairman of the Board was appointed on April 1, 1989 and the Director-General on May 1, 1989.

Malaysian Cocoa Board is an agency in the Ministry of Primary Industries with a Governing Board comprising of 15 members who represent Government ministries and departments, professional bodies, plantation companies and small-holders.

The functions of the Board covers the following main areas as follows:

1. To conduct and promote research on production, processing, storage and consumption;
2. To conduct and coordinate activities and policies on research;
3. To improve quality;
4. To regulate marketing activities;
5. To collect and disseminate information;
6. To supervise and coordinate cocoa related activities which covers processing, storage, regulatory and marketing.

The overall mission of the Board is to ensure an integrated growth of the cocoa industry, and its competitiveness in a globalised market in order to maximise its contribution to the national socio-economic development.

The objectives of the Board are:

- (a) To maximise the contribution of the cocoa industry to income, employment

Ura-ura mewujudkan sebuah badan khas untuk koko telah dikemukakan di awal tahun 1980an lagi. Penubuhannya telah menjadi kenyataan apabila "Akta 343, Akta Lembaga Koko Malaysia (PEMERBADANAN), 1988" diluluskan oleh Parlimen Malaysia pada bulan Julai 1988 dan diwartakan pada 8 September 1988. Ia mula beroperasi selepas pelancaran rasminya pada 18 Julai, 1989. Pengerusi Lembaga Koko Malaysia dilantik pada 1 April, 1989 dan Ketua Pengarahnya pada 1 Mei, 1989.

Lembaga Koko Malaysia adalah sebuah agensi di bawah Kementerian Perusahaan Utama yang ditadbir oleh sebuah Lembaga Pengelola yang mempunyai keahlian sebanyak 15 orang yang mewakili jabatan dan Kementerian Kerajaan yang berkaitan, badan profesional, pekebun kecil dan syarikat perladangan.

Fungsi-fungsi Lembaga Koko Malaysia meliputi:-

1. Menjalankan dan menggalakkan penyelidikan dalam pengeluaran, pemprosesan, penstoran dan penggunaan;
2. Mengawal dan menyelaras aktiviti-aktiviti dan polisi-polisi penyelidikan;
3. Mempertingkatkan kualiti;
4. Menyelaras aktiviti-aktiviti pemasaran;
5. Mengumpul, menyatu dan menyebarkan maklumat;
6. Mengawalselia dan menyelaras aktiviti-aktiviti yang berkaitan dengan koko seperti pemprosesan, penstoran, pengawalseliaan dan pemasaran.

Misi keseluruhan Lembaga adalah untuk memastikan pertumbuhan industri koko yang bersepadu dan berdayasaing di pasaran antarabangsa bagi memastikan sumbangan kepada perkembangan sosio-ekonomi negara.



opportunities and foreign exchange through increasing productivity of upstream and increasing investment in downstream activities;

- (b) To develop Malaysia as a processing and trading centre for cocoa and products;
- (c) To strengthen and expand the market for Malaysian cocoa as well as to penetrate new ones;
- (d) To enhance quality and competitiveness of Malaysian cocoa and cocoa products;
- (e) To facilitate and provide infrastructure and support for the growth of the industry;
- (f) To ensure the development of cocoa is in harmony with the environment.

The Board conducts its activities throughout the country to provide R&D services, market and marketing information, grading, licensing and certification to producers both estates and smallholdings, traders, exporters, manufacturers, etc.

Objektif-objektif Lembaga ialah:

- (a) Untuk memaksimakan sumbangan industri koko kepada pendapatan negara, peluang-peluang pekerjaan dan tukaran asing melalui peningkatan produktiviti buluan dan peningkatan pelaburan di dalam kegiatan-kegiatan biliran;*
- (b) Untuk membangunkan Malaysia sebagai pusat pemprosesan dan perdagangan koko dan produk-produk koko;*
- (c) Untuk memperkukuh dan mengembangkan pasaran koko Malaysia serta menembusi pasaran-pasaran baru;*
- (d) Untuk meningkatkan kuantiti dan daya saing koko Malaysia dan produk-produk koko Malaysia;*
- (e) Untuk menyediakan serta memberi kemudahan sokongan dan prasarana kepada pertumbuhan industri;*
- (f) Untuk menentukan agar pembangunan koko berharmoni dengan alam sekitar.*

Lembaga melaksanakan aktivitinya keseluruh negara dan menyumbang perkhidmatan penyelidikan dan pembangunan, maklumat pasaran dan pemasaran, penggredan, pelesenan dan pensijilan kepada pengeluar-pengeluar yang terdiri dari estet, kebun kecil, peniaga, pengeksport, pengilang dan lain-lain.

MALAYSIAN TRADITIONAL CAKES
KUIH TRADISIONAL MALAYSIA



Traditional Cake *Kuih Tradisional*

COCOA LOMPANG

LOMPANG KOKO



INGREDIENTS

150 g rice flour	} sifted together
$\frac{1}{4}$ tablespoon cornflour	
25 g cocoa powder	
125 g sugar	
450 ml water	
375 grated coconut (without dark membrane)	
- a pinch of salt	
- a pinch of lime stone powder	

METHOD

Mix sifted ingredients with 200ml water, salt and limestone powder. Boil sugar in remaining water until dissolves. Strain the syrup and while stirring add in flour mixture and mix well. Arrange lompang cup in hot steamer. Fill mixture into the "lompang" cups and steam till cooked. Put aside to cool and demould. Serve with grated coconut.

BAHAN-BAHAN

150 g tepung beras	} diayak bersama
$\frac{1}{4}$ sudu makan tepung jagung	
25 g serbuk koko	
125 g gula	
450 ml air	
375 kelapa parut (tanpa kulit ari)	
- secubit garam	
- secubit kapur makan	

CARA MEMBUATNYA

Bancuh bahan ayak dengan 200ml air bersama garam dan kapur. Didihkan gula dengan baki air sehingga larut. Tapis dan tuangkan ke dalam adunan tepung sambil mengacau sehingga sebat. Susun acuan lompang di dalam pengukus panas. Tuangkan adunan ke dalam acuan dan kukus sehingga masak. Biarkan sejuk dan keluarkan dari acuan. Hidangkan dengan kelapa parut.

Traditional Cake

Kueh Tradisional

COCOA GLUTINOUS RICE CAKE

KUIH PULUT COKLAT

INGREDIENTS A

200 g glutinous rice flour
1 tablespoon cocoa powder
40 g sugar
120 ml water

} sifted together

INGREDIENTS B

20 g rice flour (sifted)
60 ml water

} mix and boil
till cook

INGREDIENTS C

50 g cooking oil
- banana leaves (cut into mould size)

METHOD

Mix A and knead into a dough and leave aside for an hour. Add in B and knead well. Add in cooking oil gradually while kneading until it becomes rubbery. Shape dough into portions of 30 g. Wrap in filling and shape in mould. Demould and place on banana leaf and steam for eight minutes.

For Filling:

200 g green beans (mungbeans)
120 g sugar
120 ml water

METHOD

Soak green beans for three hours. Steam till tender and mash. Boil sugar in water till dissolve and pour into mashed beans. Cook till it becomes paste.

BAHAN A

200 g tepung pulut
1 sudu makan serbuk koko
40 g gula
120 ml air

} diayak bersama

BAHAN B

20 g tepung beras (diayak)
60 ml air

} campur dan
dididihkan hingga
masak

BAHAN C

50 g minyak masak
- daun pisang (dipotong mengikut saiz acuan)

CARA MEMBUATNYA

Campurkan bahan A dan uli menjadi doh dan biarkan selama 1 jam. Masukkan bahan B dan uli. Masukkan minyak masak sedikit demi sedikit sambil menguli sehingga menjadi kental. Bentukkan adunan menjadi beberapa ketulan 30 g. Masukkan inti dan tekankan dalam acuan. Keluarkan dari acuan, susunkan di atas daun pisang dan kukus selama 8 minit.

Inti:

200 g kacang hijau
120 g gula
120 ml air

CARA MEMBUATNYA

Rendam kacang hijau selama 3 jam. Kukus sehingga empok dan lecek. Masak gula dan air sehingga larut dan tuang ke dalam kacang hijau. Panaskan sehingga pekat dan menjadi pes.



Traditional Cake

Kuih Tradisional

BUAH MELAKA COCOA

BUAH MELAKA KOKO



INGREDIENTS

For dough:

240 g glutinous rice flour	}	sifted together
25 g cocoa powder		
235 ml water		

For coating:

150 g white grated coconut	}	mixed together
- a pinch of salt		

Filling:

150 g palm sugar (cut into 1 cm cubes)

BAHAN-BAHAN

Adunan:

240 g tepung pulut	}	diayak bersama
25 g serbuk koko		
235 ml air		

Salutan:

150 g kelapa parut	}	dicampurkan bersama
- secubit garam		

Inti:

150 g gula melaka (potong dadu saiz 1 cm)

METHOD

Put in sifted ingredients in a mixing bowl and add in water. Knead into smooth dough. Shape dough into small balls and fill each with palm sugar. Put in balls into boiling water till float. Remove, drain and dip into cold water to prevent sticking. Drain and coat with grated coconut.

CARA MEMBUATNYA

Masukkan bahan yang telah diayak ke dalam mangkuk pengadun dan tuangkan air. Uli sehingga lembut dan licin. Bentukkan adunan kepada bebola kecil dan masukkan inti. Masukkan bebola ke dalam air mendidih sehingga timbul. Keluar, tos dan celupkan ke dalam air sejuk supaya tidak melekat. Tos dan salutkan dengan kelapa parut.



Traditional Cake

Kuih Tradisional

SERI MUKA KOKO

SERI MUKA KOKO

.....●.....

INGREDIENTS

Bottom layer:

125 g glutinous rice (soaked for at least 2 hours)
100 ml coconut milk
- a pinch of salt

Top layer:

1 egg	} sifted together
2 tablespoons cocoa powder	
20 g flour	
80 g sugar	
200 ml coconut milk	
- pinch of salt	

METHOD

For bottom layer:

Put drained glutinous rice into a 22cm round cake pan. Mix coconut milk and salt in separate bowl and pour into pan. Steam for 15 minutes. Stir and press the glutinous rice with banana leaf to make it compact. Steam for another 10 minutes and press again.

For top layer:

Put in sifted ingredients into a bowl and add in egg. Add in the coconut milk, which has been added with sugar and salt and mix well. Strain and pour batter onto glutinous rice. Steam for another 20 minutes. Let it cool before serving.

BAHAN-BAHAN

Lapisan bawah:

125 g beras pulut (rendam sekurang-kurangnya 2 jam)
100 ml santan
- secubit garam

Lapisan Atas:

1 biji telur	} diayak bersama
2 sudu makan serbuk koko	
20 g tepung gandum	
80 gm gula	
200 ml santan	
- secubit garam	

CARA MEMBUATNYA

Lapisan bawah:

Masukkan beras pulut yang telah ditoskan ke dalam loyang bulat berukuran 22 cm. Campurkan garam ke dalam santan di dalam bekas berasingan dan tuangkan ke dalam loyang. Kukus selama 15 minit. Kacau dan tekan dengan daun pisang untuk memampatkannya. Kukus lagi selama 10 minit dan tekan sekali lagi.

Lapisan atas:

Masukkan bahan yang telah diayak ke dalam mangkuk dan kacau. Masukkan santan yang telah dicampurkan dengan gula dan garam dan kacau sehingga sebat. Tapis dan tuangkan adunan ke atas lapisan pulut. Kukus selama 20 minit. Sejukkan sebelum dibidang.

