

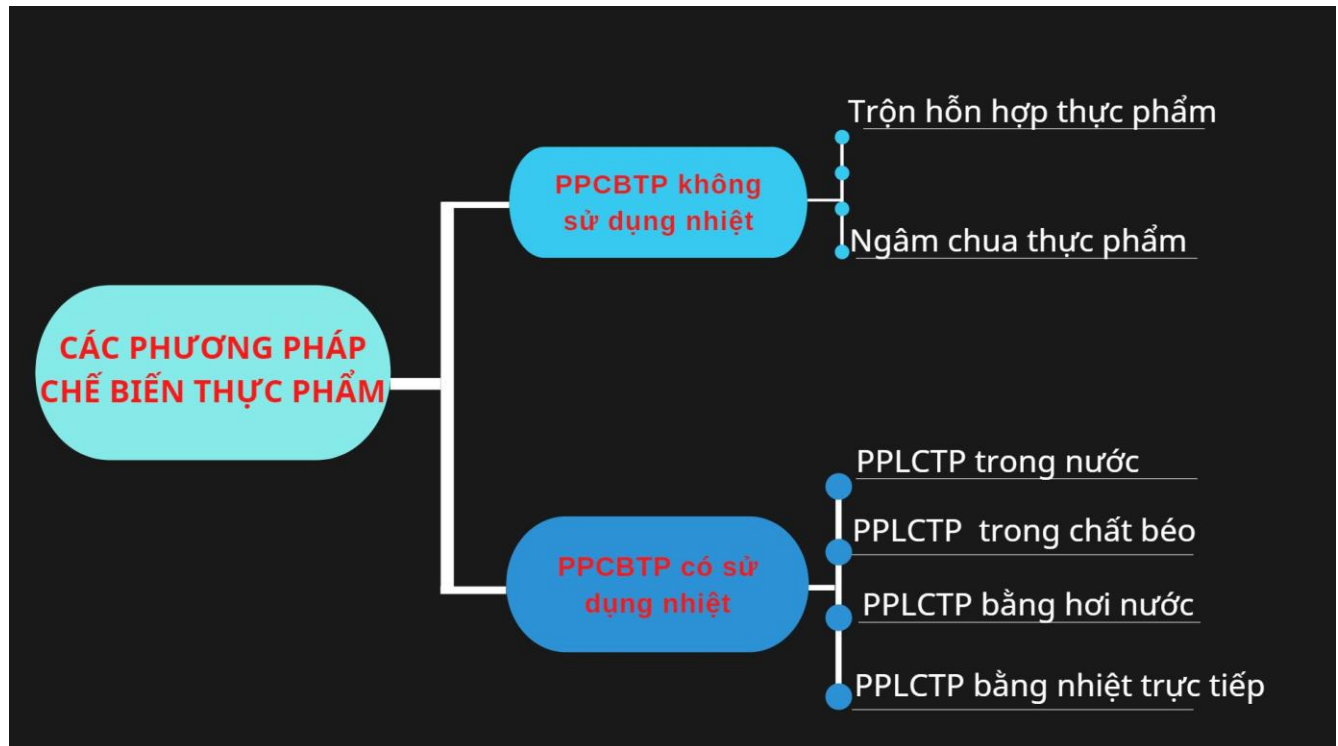
MÔN: CÔNG NGHỆ - KHỐI 6 - TUẦN 6

BÀI 5: BẢO QUẢN VÀ CHẾ BIẾN

THỰC PHẨM TRONG GIA ĐÌNH (Tiết 2)

Thời gian thực hiện: 11/10/2021 → 16/10/2021

SƠ ĐỒ CÁC PHƯƠNG PHÁP CHẾ BIẾN THỰC PHẨM



2.2. Phương pháp chế biến thực phẩm không sử dụng nhiệt

a. Trộn hỗn hợp

- Trộn hỗn hợp là phương pháp trộn các nguyên liệu thực phẩm với hỗn hợp nước trộn, tạo nên món ăn có hương vị đặc trưng.
- Quy trình chung để trộn hỗn hợp thực phẩm gồm các bước:
 - + Sơ chế nguyên liệu: làm sạch các loại nguyên liệu và cắt, thái phù hợp. Đối với nguyên liệu động vật phải làm chín trước khi cắt, thái
 - + Chế biến món ăn: pha hỗn hợp nước trộn. Sau đó trộn đều các nguyên liệu với hỗn hợp nước trộn
 - + Trình bày món ăn: sắp xếp món ăn lên đĩa, trang trí đẹp

mất.

b. Ngâm chua

- Ngâm chua: là phương pháp ngâm thực phẩm vào hỗn hợp nước ngâm một thời gian để thực phẩm lên men vi sinh vật hoặc thấm hỗn hợp nước ngâm, tạo ra món ăn có vị chua đặc trưng
- Quy trình chung để ngâm chua thực phẩm gồm các bước:
 - + Sơ chế nguyên liệu: liệ làm sạch các loại nguyên liệu và cắt, thái phù hợp. Đối với nguyên liệu động vật phải làm chín trước khi cắt, thái.
 - + Chế biến món ăn: pha hỗn hợp nước ngâm. Sau đó ngâm các nguyên liệu trong hỗn hợp nước ngâm.
 - + Trình bày món ăn: sắp xếp món ăn lên đĩa, trang trí đẹp mắt.

2.3.Các phương pháp chế biến thực phẩm có sử dụng nhiệt

a.Các phương pháp làm chín thực phẩm trong nước:

- Luộc: làm chín mềm thực phẩm trong môi trường nhiều nước với thời gian thích hợp.
- Nấu là làm chín thực phẩm trong môi trường nhiều nước, có nêm gia vị vừa ăn.
- Kho là làm chín mềm thực phẩm trong lượng nước vừa phải với vị mặn đậm đà.

b.Các phương pháp làm chín thực phẩm trong chất béo:

- Rán(chiên): là làm chín thực phẩm với lượng chất béo khá nhiều, đun với lửa vừa
- Xào là làm chín thực phẩm với lượng chất béo vừa phải, đun với lửa to trong thời gian ngắn.
- Rang là làm chín thực phẩm với lượng chất béo rất ít, đun với lửa vừa.

c. Phương pháp làm chín thực phẩm bằng hơi nước và bằng nguồn nhiệt trực tiếp

- Hấp (đò) và chưng là các phương pháp làm chín thực phẩm bằng sức nóng của hơi nước.
- Nướng là phương pháp làm chín thực phẩm bằng sức nóng trực tiếp của nguồn nhiệt.

HS thực hiện bài tập 2,3,4,5 SGK/40

