

BÀI 18

CÁC PHƯƠNG PHÁP CHẾ BIẾN THỰC PHẨM

(Tài liệu tham khảo: Sách giáo khoa Công Nghệ 6 trang 85 – 90)

I. Phương pháp chế biến thực phẩm có sử dụng nhiệt

Có 4 phương pháp:

- Phương pháp làm chín thực phẩm trong nước
- Phương pháp làm chín thực phẩm trong hơi nước
- Phương pháp làm chín thực phẩm trong chất béo
- Phương pháp làm chín thực phẩm bằng sức nóng trực tiếp của lửa

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

1. Trộn dầu giấm



Khái niệm:

Là làm cho thực phẩm giảm bớt mùi vị chính (vị hăng, nồng) và ngấm đều các gia vị tạo nên món ăn ngon miệng

Quy trình thực hiện và yêu cầu kỹ thuật: Xem SGK

2. Trộn hỗn hợp (Trộn gỏi)



Khái niệm:

Là cách pha trộn các loại thực phẩm đã được làm chín kết hợp với gia vị tạo thành món ăn có giá trị dinh dưỡng cao. Món ăn này thường được dùng vào đầu bữa ăn (món khai vị)

Quy trình thực hiện và yêu cầu kỹ thuật: Xem SGK

DẶN DÒ

Các em nhớ ghi bài vào tập, học bài và làm bài tập vào trong tập

CÂU HỎI:

1. Trộn dầu giấm và trộn hỗn hợp khác nhau như thế nào
2. Kể tên một số thực phẩm thực vật dùng để trộn hỗn hợp