***Tiết 44,45,46 Bài 18:***

**CÁC PHƯƠNG PHÁP CHẾ BIẾN THỰC PHẨM**

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

***1. Phương pháp làm chín thực phẩm trong nước***

*a) Luộc*: là làm chín thực phẩm trong môi trường nhiều nước với thời gian đủ để thực phẩm chín mềm.

Quy trình: Sgk

Yêu cầu: Sgk

*b) Nấu*: là phối hợp nguyên liệu động vật và thực phẩm, có thêm gia vị trong môi trường nước.

Quy trình: Sgk

Yêu cầu: Sgk

*c) Kho*: là làm chín mềm thực phẩm với lượng nước vừa phải, vị mặn đậm đà.

Quy trình: Sgk

Yêu cầu: Sgk

***2. Phương pháp làm chín thực phẩm bằng hơi nước:***

- **Hấp:** là làm chín thực phẩm bằng sức nóng của hơi nước, lửa cần to để hơi nước bốc nhiều mới đủ làm chín thực phẩm.

Quy trình: Sgk

Yêu cầu: Sgk

***3. Phương pháp làm chín thực phẩm bằng sức nóng trực tiếp của lửa:***

- **Nướng**: là làm chín thực phẩm bằng sức nóng trực tiếp của lửa. Nướng hai bên mặt của thực phẩm cho đến khi vàng đều.

Quy trình: Sgk

Yêu cầu: Sgk

***4. Phương pháp làm chín thực phẩm trong chất béo:***

*a) Rán*: là làm chín thực phẩm trong lượng chất béo khá nhiều, đun với lửa vừa trong khoảng thời gian đủ làm chín thực phẩm.

Quy trình: Sgk

Yêu cầu: Sgk

*b)Rang:* là đảo đều thực phẩm trong chảo với một lượng rất ít chất béo hoặc không có chất béo, lửa vừa đủ để thực phẩm chín từ ngoài vào trong.

Quy trình: Sgk

Yêu cầu: Sgk

*c) Xào*: là đảo qua đảo lại thực phẩm trong chảo với lượng mỡ hoặc dầu vừa phải. Thực phẩm được kết hợp giữa thực vật và động vật đun lửa to trong thời gian ngắn.

Quy trình: Sgk

Yêu cầu: Sgk

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

***1. Trộn dầu giấm:*** là cách làm cho thực phẩm giảm bớt mùi vị chính (thường là mùi hăng) và ngấm các gia vị khác tạo nên món ăn ngon miệng.

***2. Trộn hỗn hợp***: pha trộn lại các thực phẩm đã được làm chín bằng các phương pháp khác, kết hợp với các gia vị tạo thành món ăn có giá trị dinh dưỡng cao, được nhiều người ưa thích. Món này được dùng vào đầu bữa ăn.

***Tiết 47,48* Bài 24: THỰC HÀNH: TỈA HOA TRANG TRÍ MÓN ĂN**

**TỪ MỘT SỐ LOẠI RAU, CỦ, QUẢ**

I. Giới thiệu chung

1. Nguyên liệu, dụng cụ tỉa hoa

a. Nguyên liệu:

Các loại rau, củ, quả hình khối hoặc có hình dạng đẹp, phù hợp.

b. Dụng cụ

Dao, kéo, bộ dụng cụ tỉa hoa, thau nước, tâm...

2. Hình thức tỉa hoa

Dạng nổi và dạng phẳng

II. Thực hiện mẫu

1. Tỉa hoa từ hành lá

- Nên mua cọng hành thân tròn, to, xanh, tươi

\*Quy trình thực hiện: sgk

(Hoa: đầu hành trắng > cắt đoạn > chẻ sâu xuống ½ thành nhiều cánh nhỏ > ngâm nước 5-10’.

Cành: Cọng hành lá > cắt bớt lá, chừa 1-2cm > tỉa cuốn hoa > gắn đoạn hành trắng lên cuốn hoa

Lá: Cây hành lá > cắt bớt lá, chừa 10cm > tách mỗi cọng thành 2-3 lá nhỏ > ngâm nước vài phút > gắn các cành hoa lên)

2. Tỉa hoa từ quả ớt

a. Hoa đồng tiền

- Nên chọn mua ớt to, dài, đuôi nhọn, không sần sùi và màu sắc không đồng đều

- Quy trình thực hiện: cắt từ đỉnh nhọn ớt xuống cách cuốn còn 1-2cm > cắt thành nhiều cánh dài > bỏ bớt hạt và tỉa nhụy hoa > ngâm nước

b. Hoa lys: sgk

(Từ đuôi nhọn lấy lên 4-6cm, dùng kéo cắt sâu vào 1,5cm, chia 6 cánh đều, tỉa cánh cong nhọn, bỏ hạt và tỉa nhụy)

3. Tỉa hoa từ dưa leo

a. Tỉa một lá và 3 lá

- Một lá:

Dùng nửa quả dưa leo bổ dọc, cắt bỏ đầu nhỏ

Cắt lát mỏng nhưng không đứt, cắt dính từng 2 lát thành 1, tách ra thành hình lá

- Ba lá:

Cắt lát như kiểu 1 lá, nhưng cắt 3 lát dinh nhau 1 đầu. Xòe 3 lát hoặc cuộn lát giữa

b. Tỉa cành lá: Sgk/119

(Cắt một cạnh quả dưa, cắt lại thành hình tam giác, cắt nhiều lát mỏng, cuộn các lát dưa xen kẽ)

c.Tỉa bó lúa

Sgk/119

(Thực hiện giống cách tỉa cành lá, nhưng miếng dưa cắt hình tam giác cân)