**NỘI DUNG BÀI HỌC MÔN CÔNG NGHỆ 6**

**TUẦN 22**

**CHỦ ĐỀ 3 – BÀI 18: CÁC PHƯƠNG PHÁP CHẾ BIẾN THỰC PHẨM**

**\*\* Có 2 phương pháp chế biến thực phẩm: Phương phá chế biến có sử dụng nhiệt và phương pháp chế biến không sử dụng nhiệt.**

**I. Các phương pháp chế biến có sử dụng nhiệt**

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

Gồm: luộc, nấu, kho

**a. Luộc:**

- Là làm chín thực phẩm trong môi trường nhiều nước với thời gian đủ để thực phẩm chín mềm

- Quy trình thực hiện: sgk

- Yêu cầu kỹ thuật: sgk

**b.Nấu:**

- Là phương pháp làm chín thực phẩm trong môi trường nước, có thể phối hợp nguyên liệu động vật và thực vật, thêm gia vị vừa ăn

- Quy trình thực hiện: Sgk/86

- Yêu cầu thực hiện: Sgk trang 86

**c. Kho:**

- Là phương pháp làm chín thực phẩm trong lượng nước vừa phải với vị mặn đậm đà.

- Quy trình thực hiện:Sgk/86

- Yêu cầu: SGK trang 86

**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 thực phẩm chín đều.

- Quy trình thực hiện: Sgk/ 87

-Yêu cầu kĩ thuật: SGK trang 87

**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 thực hiện: sgk trang 87

- Yêu cầu kĩ thuật: sgk trang 87

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

**a. Rán:** Là làm chín thực phẩm trong một lượng chất béo rất nhiều, đun với lửa vừa, trong khoảng thời gian đủ làm chín thực phẩm

- Quy trình thực hiện: Sgk/88

- Yêu cầu: SGK/ 88

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

- Quy trình thực hiện: Sgk trang 88

- Yêu cầu: SGK/tr 88

**c.** **Xào:**

- Là đảo qua đảo lại thực phẩm trong chảo với lượng mỡ hoặc dầu vừa phải

- Quy trình thực hiện: Sgk/ 89

- Yêu cầu: SGK trang 89

**a. Rán:** Là làm chín thực phẩm trong một lượng chất béo rất nhiều, đun với lửa vừa, trong khoảng thời gian đủ làm chín thực phẩm

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

1. **Trộn dầu giấm.**

* Là cách làm cho thực phẩm bớt mùi vị chính ( thường là mùi hang) kết hợp với các loại gia vị tạo thành món ăn ngon miệng.
* Quy trình thực hiện: SGK/89
* Yêu cầu kĩ thuật: SGK/89

1. **Trộn hỗn hợp:**

* Là cách trộn các thực phẩm đã được sơ chế hoặc làm chin bằng nhiều phương pháp khác, kết hợp với các gia vị tạo thành món ăn có giá trị dinh dưỡng cao.
* Quy trình thực hiện: SGK/90
* Yêu cầu kĩ thuật: SGK/90