

BÀI 18: **CÁC PHƯƠNG PHÁP CHẾ BIẾN THỰC PHẨM** **(TT)**

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 (chỉ dùng lửa dưới), thường là than củi

* Quy trình chế biến:

SGK / tr 87

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

a) Rán (chiên)

Làm chín thực phẩm trong một lượng chất béo khá nhiều, đun với lửa vừa, trong khoảng thời gian đủ làm chín thực phẩm.

* Quy trình chế biến:

SGK / tr 88

b) Rang

- Đảo đều thực phẩm trong chảo với 1 lượng rất ít chất béo hoặc không có chất béo, lửa vừa đủ để thực phẩm chín từ ngoài vào trong.

Quy trình thực hiện: SGK / 88

c) Xào: Đảo qua đảo lại thực phẩm trong chảo với lượng mỡ hoặc dầu vừa phải. Đun lửa to trong thời gian ngắn.

Quy trình chế biến: SGK / tr89

4. Nhận xét – Dẫn dò: (4’)

- GV nhận xét chung về tình hình học tập của cả lớp.
- Học bài 18 phần I : PP chế biến thực phẩm có sử dụng nhiệt.
- Xem phần tiếp theo – II. PP chế biến thực phẩm không dùng nhiệt.

BÀI 18: **CÁC PHƯƠNG PHÁP CHẾ BIẾN THỰC PHẨM**

II. PHƯƠNG PHÁP CHẾ BIẾN THỰC PHẨM KHÔNG SỬ DỤNG NHIỆT

1. **Trộn dầu giấm:** là 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 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.
3. **Muối chua:** Làm thực phẩm lên men vi sinh trong một thời gian cần thiết, tạo thành món ăn có vị khác hẳn vị ban đầu của thực phẩm.
- Có 2 cách : muối xối, muối nén

<u>Chế biến món ăn</u>						
<u>PP có sử dụng nhiệt</u>				<u>PP không sử dụng nhiệt</u>		
TP chín trong môi trường nước	TP chín bằng hơi nước	TP chín bằng sức nóng trực tiếp của lửa	TP chín trong chất béo	Trộn dầu giấm	Trộn hỗn hợp	Muối chua
- Luộc - Nấu - Kho	- Hấp	- Nướng	- Rán - Rang - Xào	- Rau xà lách trộn dầu giấm	- Gỏi - Nộm	- Dưa chua - Cà pháo

4. Nhận xét – Dặn dò: (4’)

- GV nhận xét chung về tình hình học tập của cả lớp.
- Học bài 18
- Xem bài 15, 16, 17, 18