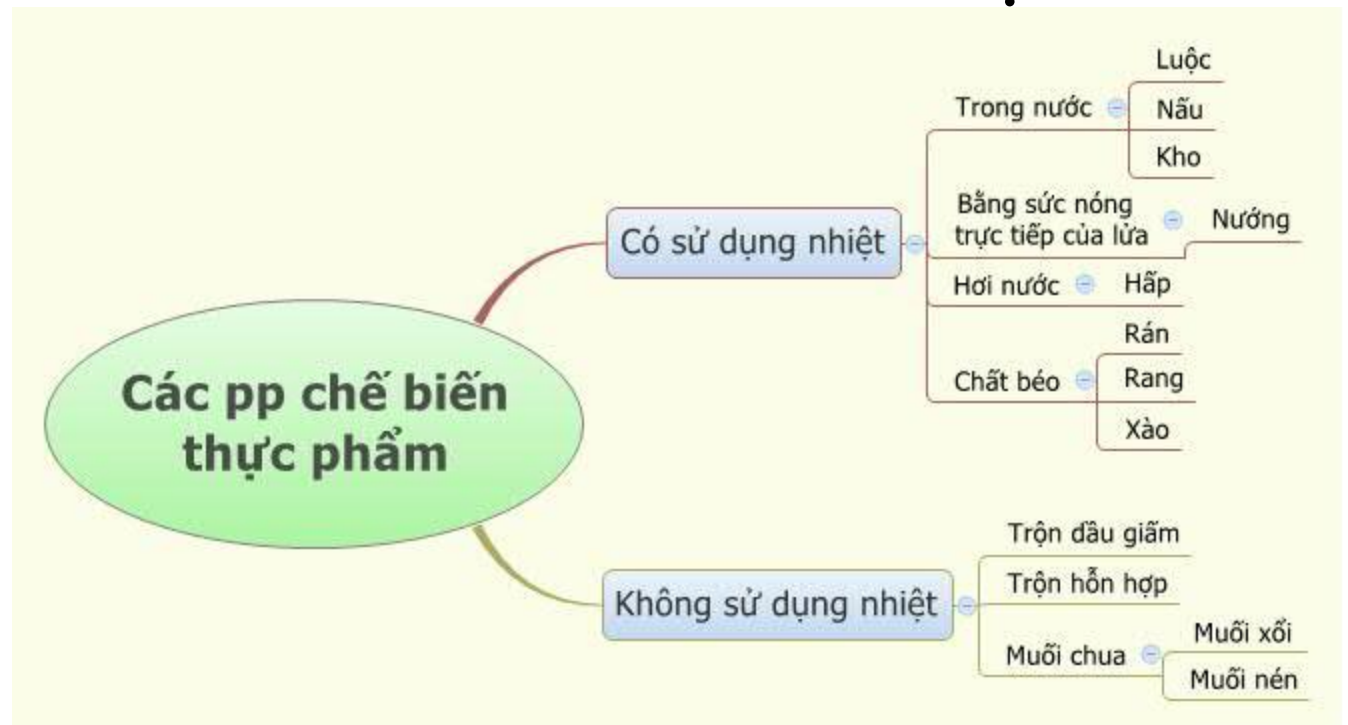


Bài 18:

CÁC PHƯƠNG PHÁP CHẾ BIẾN THỰC PHẨM



• Phương pháp chế biến 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.
 - **Quy trình thực hiện**: SGK/ 89
 - **Yêu cầu kĩ thuật**:
 - Rau giữ độ tươi, không bị nát
 - Vừa ăn, vị chua dịu, hơi mặn, ngọt, béo...
2. **Trộn hỗn hợp**: là cách trộn các thực phẩm đã được sơ chế hoặc 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 thường được dùng vào đầu bữa ăn.
 - **Quy trình thực hiện**: SGK/ 90
 - **Yêu cầu kĩ thuật**:
 - Giòn, ráo nước
 - Vừa ăn, vị chua, cay, mặn, ngọt.

BÀI TẬP Củng Cố

Câu 1: Tại sao phải chế biến thực phẩm?

- a. Dễ tiêu hóa.
- b. Thực phẩm chín mềm, thay đổi trạng thái.
- c. Thay đổi hương vị
- d. Câu a và b đúng.
- e. Câu a, b, và c đúng.

Câu 2: Có mấy phương pháp chế biến thực phẩm?

- a. Có một phương pháp là nấu.
- b. Có hai phương pháp là sử dụng nhiệt và không sử dụng nhiệt.
- c. Có ba phương pháp là nấu, chiên, xào
- d. Có bốn phương pháp là nấu, xào, hấp, nướng.

Câu 3: Trộn dầu giấm là phương pháp:

- a. Làm chín thực phẩm bằng hơi nước.
- b. Làm cho thực phẩm giòn, ngon miệng.
- c. Chế biến thực phẩm không sử dụng nhiệt
- d. Làm thực phẩm lên men vi sinh.

Câu 4: Bánh bao là món:

- a. Chung
- b. Hấp
- c. Nấu
- d. Luộc

Câu 5: Gỏi ngó sen là món ăn sử dụng phương pháp:

- a. Muối chua
- b. Trộn hỗn hợp
- c. Trộn dầu giấm
- d. Sử dụng nhiệt.