SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO

THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

TRƯỜNG THPT NGUYỄN TẤT THÀNH

**HƯỚNG DẪN HỌC SINH TỰ HỌC – TUẦN 16**

**MÔN NGHỀ NẤU ĂN – KHỐI 11**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | |
| **Tên bài học/ chủ đề** | **ĐẠI CƯƠNG VỀ PHƯƠNG PHÁP CHẾ BIẾN (Tiếp theo)** | |
| **Hoạt động 1: đọc tài liệu và thực hiện yêu cầu** | 1. Tài liệu tham khảo:   -Sách: Nghề nấu ăn 11  2. Tóm tắt kiến thức cần nhớ ( Phụ lục 1)  3. Yêu cầu  - Học sinh ghi chép phụ lục 1 vào vở, cẩn thận và rõ ràng  - Trong quá trinh đọc, ghi chép nếu học sinh gặp thắc mắc hãy điền vào Phụ lục 2 và sớm liên hệ với giáo viên để được giải đáp kịp thời | |
| **Hoạt động 2 : Kiểm tra đánh giá quá trình tự học** | Hoàn thành phụ lục 3 , chụp lại và nộp lại theo yêu cầu của giáo viên | |

**PHỤ LỤC 1 : NỘI DUNG BÀI HỌC**

**ĐẠI CƯƠNG VỀ PHƯƠNG PHÁP CHẾ BIẾN (Tiếp theo)**

**II. PHƯƠNG PHÁP CHẾ BIẾN NHIỆT**

**1. Sơ đồ các phương pháp chế biến nhiệt:**

**2. Phương pháp chế biến nóng ướt:**

**a) Chế biến bằng đun trong nước**

* Khái niệm: Là phương pháp chế biến nhiệt thực phẩm, trong đó thực phẩm được làm chín bằng nước sôi.
* Quy trình chung: Nguyên liệu sơ chế, cắt thái theo yêu cầu được cho vào nước lạnh hoặc nóng, cấp nhiệt tới khi thực phẩm chín.
* Đặc điểm kỹ thuật: Nguyên liệu đa dạng, thực phẩm non, mềm, ít gân xơ, nhanh chín thường để chần, nhúng, đội. Môi trường: luôn có nước, nhiệt độ khoảng 100oC. Thời gian nhanh chậm tùy thuộc loại nguyên liệu và yêu cầu chế biến.
* Đặc điểm sản phẩm thường ít biến đổi về màu sắc, có thủy phần cao, thường ở trạng thái mềm. Ứng dụng làm món ăn trực tiếp hoặc để chế biến các món ăn tiếp theo.

**b) Chế biến bằng hơi nước:**

* Khái niệm: Là phương pháp chế biến nóng ướt, trong đó thực phẩm được làm chín bằng hơi nước nóng.
* Quy trình chung: Nguyên liệu sơ chế, cắt thái theo yêu cầu được cho vào dụng cụ chuyên dùng. Hơi nước nóng truyền vào dụng cụ chứa để cấp nhiệt cho thực phẩm chín.
* Đặc điểm kỹ thuật: Nguyên liệu chọn loại non, mềm, ít gân xơ, nhanh chín. Môi trường: hơi nước nóng, nhiệt độ thường trên 100oC một chút do áp suất dư.
* Thời gian tương đối nhanh ( **tráng:** vài chục giây; **đồ, hấp:** vài chục phút; **tần:** vài chục phút đến hơn 1 giờ).
* Đặc điểm sản phẩm thường mềm, giữ được màu sắc, mùi vị đặc trưng; Ứng dụng thường làm món ăn trực tiếp.

**3. Phương pháp chế biến nóng khô.**

**a) Chế biến nóng khô dùng chất béo.**

* Khái niệm: Là phương pháp chế biến nhiệt, trong đó thực phẩm được làm chín trong môi trường chất béo ở nhiệt độ cao.
* Quy trình chung: Đun chất béo nóng già, cho thực phẩm đã được chuẩn bị vào, tiếp tục cấp nhiệt cho tới khi thực phẩm chín.
* Đặc điểm kỹ thuật: thường chọn các loại động thực vật non, mềm, ít gân xơ, nhanh chín. Môi trường: là chất béo, ban đầu thường ở nhiệt độ nóng già để tạo màu và tạo vỏ giòn; sau giảm xuống nhiệt độ nóng vừa để thực phẩm chín và không bị khô xác, cháy. Thời gian tương đối nhanh từ vài phút đến vài chục phút.
* Đặc điểm sản phẩm có mùi thơm đặc trương, thủy phần thấp. Với sản phẩm quay, rán thường có sự biến đổi về màu sắc từ vàng rơm đến màu cánh gián. Ứng dụng làm món ăn trực tiếp hoặc để chế biến các món ăn tiếp theo; được sử dụng rộng rãi trong cách chế biến cả Á và Âu.

VD: Món xào cường độ cấp nhiệt phải cao để thực phẩm chín, thơm, ít chảy nước. Yêu cầu món xào phải giữ màu sắc tự nhiện, ráo nước, chín tới.

**b) Chế biến nóng khô không dùng chất béo.**

* Khái niệm: Là phương pháp chế biến nhiệt, trong đó thực phẩm được làm chín do tiếp xúc trực tiếp với nguồn nhiệt, do bức xạ nhiệt hoặc không khí đối lưu.
* Quy trình chung: Thực phẩm sơ chế theo yêu cầu. Đốt nóng nguồn nhiệt ở nhiệt độ cần thiết, cấp nhiệt cho thực phẩm cho tới khi thực phẩm chín đạt yêu cầu.
* Đặc điểm kỹ thuật: Nguên liệu: thường chọn thực phẩm non, mềm, ít gân xơ. Các loại hạt cần có kích cỡ đều nhau nếu chế biến cùng lúc và trong cùng một dụng cụ. Nhiên liệu: không độc hại và không gây mùi vị lạ cho sản phẩm. Môi trường: không khí nóng hoặc các nguồn nhiệt nóng khô khác. Nhiệt độ lên tới khoảng 250-300oC, sau giảm xuống khoảng 160-180oC. Thời gian thường nhanh khoảng 5-20 phút.
* Đặc điểm sản phẩm có lớp vỏ màu vàng, mùi vị đặc trương, hấp dẫn; các nguyên liệu chín tới, ăn mềm, không khô xác, thủy phần thấp. Ứng dụng làm món ăn trực tiếp hoặc để chế biến các món ăn tiếp theo; được sử dụng rộng rãi trong cách chế biến cả Á và Âu.

**PHỤC LỤC 2**

**PHIẾU TỔNG HỢP CÁC CÂU HỎI THẮC MẮC**

**CỦA HỌC SINH TRONG QUÁ TRÌNH TỰ HỌC**

Trường THPT Nguyễn Tất Thành

Lớp: ………………….

Tên …………………………….stt………….

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Bài** | **Nội dung học tập** | **Câu hỏi thắc mắc** |
|  |  |  |

**PHỤ LỤC 3: PHIẾU HỌC TẬP**

**Câu 1** : Món ăn nào sau đây được chế biến bằng phương pháp chế biến nóng khô?

1. Bánh phồng, chả đùm, chả giò
2. Chả gò, bánh tôm chiên, bánh mì
3. Bánh giò, bánh tôm chiên, chả giò
4. Chả giò, bánh bột lọc, bánh mì

**Câu 2:** Quay bỏ lò và thui là các phưong pháp chế biến thực phẩm ở dạng nào?

1. Chế biến nóng ướt
2. Chế biến nóng khô không dùng chât béo
3. Chế biến bằng hơi nước
4. Chế biến nóng khô có dùng chât béo

**Câu 3:** Chế biến nóng khô có dùng chất béo là thực phẩm được làm chín trong môi trường nào?

1. Hơi nước ở nhệt độ cao
2. Truyền nhiệt ở nhiệt độ cao
3. Dầu thực vật hoặc mỡ động vật ở nhiệt độ cao
4. Nước ở nhiệt độ sôi

**Câu 4:** Món bánh xèo của miền Nam và bánh khoái của miền Trung được làm chín bằng phương pháp nào?

1. Phương pháp tráng dùng hơi nước
2. Phương pháp tráng dùng nhiều chất béo
3. Phương pháp tráng dùng ít chất béo
4. Phương pháp chiên dùng nhiều chất béo

**Câu 5:** Làm cơm rượu thường là phương pháp chế biến nào sau đây?

1. Lên men rượu kết hợp với nấm men
2. Lên men tự nhiên không cần nấm men
3. Lên men giấm kết hợp với nấm men
4. Lên men lactic kết hợp với nấm men

**Câu 6:** Món ăn nào sau đây được chế biến bằng phương pháp làm chín trong nước?

1. Gà đầu nấm
2. Gà nướng xiên
3. Gà tiềm ngũ quả
4. Gà hấp cải bẹ xanh

HỌC SINH CHỈ CHỤP VÀ NỘP PHIẾU TRẢ LỜI TRẮC NGHIỆM

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Câu | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Đáp án |  |  |  |  |  |  |