SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO

 THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

TRƯỜNG THPT NGUYỄN TẤT THÀNH

**HƯỚNG DẪN HỌC SINH TỰ HỌC – TUẦN 6**

**MÔN NGHỀ NẤU ĂN – KHỐI 11**

|  |
| --- |
| **NỘI DUNG** |
| **Tên bài học/ chủ đề** | **Lựa chọn thực phẩm (tiếp)** |
| **Hoạt động 1: đọc tài liệu và thực hiện yêu cầu** | 1. Tài liệu tham khảo:

-Sách: Nghề nấu ăn 11- Cách lựa chọn gia vị:<https://youtu.be/jxidrhMmwVY>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**

**PHƯƠNG PHÁP LỰA CHỌN NGUYÊN LIỆU THỰC PHẨM (tiếp theo)**

**III. LỰA CHỌN THỰC PHẨM KHÔ.**

Thực phẩm khô là nguồn thực phẩm dự trữ quan trọng, của con người. Thông thường các loại thực phẩm loại này phải đảm bảo khô, sạch sẽ, không lẫn tạp chất, không ẩm mốc, có màu sắc, mùi thơm tự nhiên.

Các loại hạt ngô, gạo, đỗ, lạc, vừng… phải chọn loại đều hạt, không sâu mọt, ẩm mốc, không có mùi vị lạ, không lẫn tạp chất.

Các loại bột mịn, khô, sạch thơm tự nhiên, không hôi, mốc, trắng, không mọt.

**IV. LỰA CHỌN THỰC PHẨM CÔNG NGHỆ.**

Với các loại đồ hộp, nước giải khát đóng chai; xúc xích, xá xíu, lạp xưởng, lương thực đóng gói ăn liền, sữa, phomát, kem tươi, bơ… phải chọn loại rõ nguồn gốc xuất xứ, sản xuất tại cơ sở có uy tín, thời hạn sử dụng ghi trên bao bì bảo đảm.

Lựa chọn dầu thực vật loại có màu tự nhiên (thường là hanh vàng), trong suốt, mùi vị đặc trưng tự nhiên, không có mùi vị lạ hoặc ôi, chua khét…

**V. LỰA CHỌN CÁC LOẠI PHỤ GIA, GIA VỊ.**

Các loại phụ gia và hóa chất được phép sử dụng, không độc hại, không có mùi lạ, không lẫn tạp chất, rõ nguồn gốc xuất xứ, sản xuất tại cơ sở có uy tín, thời hạn sử dụng ghi trên bao bì bảo đảm.

**1. Gia vị thơm.** phải thơm đúng mùi đặc trưng của nguyên liệu, giữ mùi lâu.

**a) Động vật:** xá sung, tôm he, đuôi bò, đuôi nai, tay gấu…

**b) Thực vật:** hoa hồi, thảo quả, quế chi, nụ đinh, tiêu bột, cần tỏi tây, lá thơm, rau thơm, tinh dầu thực vật…

**c) Chất thơm tổng hợp:** mùi cam, táo, chanh, dứa, dâu, chuối, bạc hà…

**2. Gia vị điều vị:** Đường, mật, mắm, mì chính, muối, giấm, mẻ,…

**3. Gia vị tạo màu:** Bột nghệ, bột gấc, màu tổng hợp được phép sử dụng

**4. Lựa chọn rượu, bia làm gia vị:** rượu vang trắng, vang đỏ, bia hơi,…

**PHỤC LỤC 2**

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

**CỦA HỌC SINH TRONG QUÁ TRÌNH TỰ HỌC – TUẦN 6**

Trường THPT Nguyễn Tất Thành

Lớp: ………………….

Tên …………………………….stt………….

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

**PHỤ LỤC 3: PHIẾU HỌC TẬP**

HỌC SINH CHỈ CHỤP VÀ NỘP PHIẾU TRẢ LỜI TRẮC NGHIỆM

**Câu 1 : Các loại gia vị gồm hành, ngò, hoa hồi,... thuộc nhóm gia vị nào?**

1. Gia vị tạo màu
2. Gia vị thơm
3. Gia vị điều vị
4. Gia vị cần thiết

**Câu 2: Gia vị điều vị thường dùng trong nấu ăn là:**

1. Hành tây, tỏi tây, thì là
2. Đường, muối, nước mắm
3. Hành tím, tỏi, ngò
4. Tiêu, ớt, ngò

**Câu 3: Với các loại đồ hộp, nước giải khát đóng chai; xúc xích, lương thực đóng gói ăn liền, sữa, phomát, kem tươi, bơ… phải chọn loại nào cho tốt?**

1. Rõ nguồn gốc xuất xứ, sản xuất tại cơ sở có uy tín, còn hạn sử dụng
2. Sản xuất tại cơ sở có uy tín, còn hạn sử dụng, bao bì bị hỏng.
3. Không có thông tin bao bì, sản xuất tại cơ sở có uy tín, còn hạn sử dụng
4. Rõ nguồn gốc xuất xứ, giá rẻ, hết hạn sử dụng.

**Câu 4: Chất tạo màu tổng hợp sử dụng trong công nghệ thực phẩm để làm gì?**

1. Để hoàn thiện chất lượng thực phẩm (màu sắc, trạng thái )
2. Tạo ra những tính chất đặc trưng mới, tốt hơn cho thực phẩm
3. Để thay đổi tính chất vật lý, hoá học của thực phẩm, tạo điều kiện kỹ thuật tốt hơn trong quá trình chế biếnvà đóng gói.
4. Để kéo dài thời gian bảo quản thực phẩm

**Câu 5: Hãy chọn gia vị thích hợp cho món nộm rau muống ?**

A. Giấm + Đường + nước mắm + ớt + tỏi + chanh

B. Nước mắm + đường + muối + ớt + tỏi

C. Giấm + nước mắm + đường + ớt + tỏi

D. Chanh + dầu ăn + đường + ớt + tỏi

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