SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO

 THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

TRƯỜNG THPT NGUYỄN TẤT THÀNH

**HƯỚNG DẪN HỌC SINH TỰ HỌC – TUẦN 15**

**MÔN NGHỀ NẤU ĂN – KHỐI 11**

|  |
| --- |
| **NỘI DUNG** |
| **Tên bài học/ chủ đề** | **ĐẠI CƯƠNG VỀ PHƯƠNG PHÁP CHẾ BIẾN** |
| **Hoạt động 1: đọc tài liệu và thực hiện yêu cầu** | 1. Tài liệu tham khảo:

-Sách: Nghề nấu ăn 112. 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**

**I. KHÁI NIỆM CHẾ BIẾN VÀ CÁC DẠNG CHẾ BIẾN.**

**1. Khái niệm:**

Phương pháp chế biến là cách thức sử dụng phương tiện và điều kiện tác động lên nguyên liệu, dựa theo tính chất của một hay một nhóm tác động, nhằm biến đổi nguyên liệu theo mục đích sử dụng.

**2. Phân loại.** Các phương pháp chế biến được chia thành ba nhóm phương pháp cơ bản:

**a) Chế biến bằng tác động cơ học**

* Dùng ngoại lực tác dụng (cắt, thái, xay, giã, khuấy, nhào, trộn, vắt, ép…) tác động vào thực phẩm làm ra thành phẩm .
* Phương tiện thường dùng là các dụng cụ thô sơ, các thiết bị cơ khí, bán cơ khí.

**b) Chế biến bằng nhiệt:** Bằng cách cung cấp nhiệt trực tiếp hoặc gián tiếp đến nguyên liệu.

* Cung cấp nhiệt trực tiếp: Nhiệt từ nguồn cấp 🡪 Nguyên liệu chế biến nhiệt.

**Ví dụ:** nướng, thui,… chế biến khô không dùng chất béo. Nguồn cấp nhiệt như điện, rượu mạnh, cồn, ga, than hoa, củi…thông qua bếp ga, lò điện, lò vi sóng, bếp thông thường.

* Cung cấp nhiệt gián tiếp: có 2 dạng

**+ Dạng 1:** Nhiệt từ nguồn cấp 🡪 Dụng cụ chứa dựng 🡪 Nguyên liệu chế biến nhiệt.

Ví dụ: rang, vùi, nướng…Trung gian truyền nhiệt là các dụng cụ chứa dựng như chảo, nồi niêu, ống tre,…

+ **Dạng 2:** Nhiệt từ nguồn cấp 🡪 Dụng cụ chứa dựng 🡪 Môi trường dun nấu 🡪 Nguyên liệu chế biến nhiệt.

Môi trường đun nấu là trung gian truyền nhiệt, có thể là nước nóng, hơn nước, dầu mỡ nóng, hoặc cát, muối…là dạng chế biến nhiệt được sử dụng rông rãi nhất.

**c) Chế biến bằng vi sinh**

* Dùng các enzim thích hợp để thủy phân protein hay gluxit trong thực phẩm tạo thành hợp chất hữu cơ đơn giản hơn, dễ hấp thu, dễ tiêu hóa hơn.
* Ứng dụng: chế biến nước mắm, nem chua, sữa chua; muối chua rau, củ quả; lên men bia, rượu; làm mắm chua, làm tương,...

**II. PHƯƠNG PHÁP CHẾ BIẾN NHIỆT**

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

|  |
| --- |
| **PHƯƠNG PHÁP CHẾ BIẾN NHIỆT** |
|   |   |   |   |   |   |
|  |  |  |  |
| **PHƯƠNG PHÁP CHẾ BIẾN NÓNG ƯỚT** |  |  | **PHƯƠNG PHÁP CHẾ BIẾN NÓNG KHÔ** |
|  |   |   |  |  |  |  |   |   |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Làm chín bằng đun trong nước** | **Làm chín bằng hơi nước** |  |   | **Làm chín bằng chất béo** | **Làm chín không dùng chất béo** |
| Luộc, chần | Hấp |   |   | Rán, chao | Quay, nướng |
| Nhúng, dội | Đồ |   |   | Quay | Rang |
| Nấu canh | Tráng |   |   | Xào | Thui |
| Ninh, hầm | Tần… |   |   | Rang… | Vùi… |
| Om, rim, kho… |   |   |   |   |   |

**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 |  |  |  |  |  |  |