

BỘ CÔNG THƯƠNG
TRƯỜNG CAO ĐẲNG THƯƠNG MẠI VÀ DU LỊCH



GIÁO TRÌNH

MÔN HỌC: KỸ THUẬT CHẾ BIẾN MÓN ĂN
NGÀNH/NGHỀ: KỸ THUẬT CHẾ BIẾN MÓN ĂN
TRÌNH ĐỘ: CAO ĐẲNG

*(Ban hành kèm theo Quyết định số: 410/QĐ-CĐTMDL ngày 05 tháng 07
năm 2022 của Trường Cao đẳng Thương mại du lịch)*

LỜI GIỚI THIỆU

Trong xã hội ngày càng phát triển, ăn uống không chỉ là nhu cầu thiết yếu mà ngày nay, các sản phẩm ăn uống trở thành văn hoá, nghệ thuật. Những đầu bếp, nhân viên chế biến là những nghệ nhân thực thụ, người tạo ra những tác phẩm nghệ thuật bằng món ăn. Để có thể thực hiện được những tác phẩm được công chúng đón nhận và biết đến rộng rãi đòi hỏi người đầu bếp, người chế biến phải trải qua quá trình rèn luyện lâu dài, gian khổ. Học phần Kỹ thuật chế biến nhằm cung cấp cho họ những nền tảng kiến thức cơ bản bước đầu trên con đường theo đuổi nghề kỹ thuật chế biến.

Kỹ thuật chế biến món ăn là môn học nghiên cứu các vấn đề cơ bản liên quan đến chế biến món ăn theo một quy trình, bắt đầu cái nhìn tổng quan về món ăn tới các kỹ thuật chế biến từng nhóm món ăn, nhóm thực phẩm đặc trưng. Kỹ thuật chế biến món ăn giải quyết các vấn đề có tính nguyên tắc, khoa học nhằm trang bị cho người học ngành kỹ thuật chế biến món ăn kiến thức về chế biến một cách tổng quát nhất.

Nội dung môn học được chia làm 6 chương:

Chương 1: Khái quát chung về món ăn

Chương 2: Kỹ thuật chế biến nước dùng - xốt – xúp

Chương 3: Kỹ thuật chế biến món ăn từ lương thực

Chương 4: Kỹ thuật chế biến món ăn từ rau, củ quả và thủy hải sản

Chương 5: Kỹ thuật chế biến món ăn từ thịt gia súc và thịt, trứng gia cầm.

Chương 6: Kỹ thuật chế biến bánh

Giáo trình Kỹ thuật chế biến món ăn được nhóm tác giả nghiên cứu, biên soạn nhằm phục vụ giảng dạy và học tập trong trường Cao đẳng Thương mại và Du lịch, đồng thời là tài liệu tham khảo cho những người yêu thích học phần này.

Trong quá trình biên soạn, chúng tôi dù đã hết sức cố gắng nhưng chắc chắn không tránh khỏi thiếu sót. Vì vậy, chúng tôi mong nhận được những ý kiến đóng góp của bạn đọc để từng bước hoàn thiện giáo trình trong các lần tái bản sau. Mọi đóng góp xin gửi về Khoa Khách sạn – Du lịch, Trường Cao đẳng Thương mại và Du lịch. Email: khoaksdl2007@gmail.com.

Trân trọng cảm ơn./.

NHÓM TÁC GIẢ

MỤC LỤC

LỜI GIỚI THIỆU	2
Chương 1: KHÁI QUÁT CHUNG VỀ MÓN ĂN.....	11
1. Khái niệm chung về món ăn.....	14
2. Phân loại món ăn.....	16
Chương 2: KỸ THUẬT CHẾ BIẾN NƯỚC DỪNG, XỐT, XÚP	20
1. Kỹ thuật chế biến nước dùng.....	21
2. Kỹ thuật chế biến xốt.....	26
3. Kỹ thuật chế biến xúp.....	35
Chương 3: KỸ THUẬT CHẾ BIẾN MÓN ĂN TỪ LƯƠNG THỰC.....	41
1. Cơm	41
2. Xôi.....	44
3. Cháo.....	46
4. Phở.....	47
5. Kỹ thuật chế biến chè ngọt.....	49
Chương 4: KỸ THUẬT CHẾ BIẾN MÓN ĂN TỪ RAU, CỦ, QUẢ VÀ THUỶ HẢI SẢN.....	51
1. Kỹ thuật chế biến các món ăn từ rau, củ, quả.....	51
2. Kỹ thuật chế biến món ăn từ thủy hải sản.....	56
Chương 5: KỸ THUẬT CHẾ BIẾN MÓN ĂN TỪ THỊT GIA SÚC VÀ THỊT, TRỨNG GIA CẦM.....	63
1. Chế biến các món ăn từ thịt gia súc.....	63
2. Chế biến các món ăn từ thịt gia cầm	70
3. Các món ăn từ trứng gia cầm	72
Chương 6: KỸ THUẬT CHẾ BIẾN BÁNH.....	75
1. Kỹ thuật chế biến bánh Việt Nam	75
2. Kỹ thuật chế biến bánh Âu	80

GIÁO TRÌNH MÔN HỌC

1. Tên môn học: KỸ THUẬT CHẾ BIẾN MÓN ĂN

2. Mã môn học: MH14

3. Vị trí, tính chất, ý nghĩa và vai trò của môn học:

3.1. Vị trí: Giáo trình *Kỹ thuật chế biến món ăn* thuộc nhóm các tài liệu chuyên môn trong chương trình đào tạo trình độ cao đẳng “Kỹ thuật chế biến món ăn”.

3.2. Tính chất: Giáo trình cung cấp kiến thức, kỹ năng và năng lực tự chủ và trách nhiệm cho người học liên quan đến kỹ thuật chế biến món ăn gồm có: Kỹ thuật chế biến nước dùng, xốt, xúp; kỹ thuật chế biến các nhóm thực phẩm rau, củ, quả, thủy hải sản, gia súc, gia cầm và trứng gia cầm; các kỹ thuật chế biến bánh Việt Nam, Âu.

Qua đó, người học đang học tập tại trường sẽ: (1) có bộ giáo trình phù hợp với chương trình đào tạo của trường; (2) dễ dàng tiếp thu cũng như vận dụng các kiến thức và kỹ năng được học vào môi trường học tập và thực tế thuộc lĩnh vực chế biến món ăn

3.3. Ý nghĩa và vai trò của môn học: Kỹ thuật chế biến món ăn là môn học chuyên môn đối với chuyên ngành đào tạo Kỹ thuật chế biến món ăn; là môn cơ sở đối với các chuyên ngành đào tạo Nghiệp vụ Nhà hàng - Khách sạn, Quản lý và kinh doanh nhà hàng và dịch vụ ăn uống, ... Thông qua môn học Kỹ thuật chế biến món ăn, người học được trang bị những kiến thức cơ bản nhất trước khi bước vào các cơ sở chế biến sản phẩm ăn uống, là hành trang quan trọng trên con đường trở thành đầu bếp tương lai hay một nhân viên chế biến tại các cơ sở chế biến các sản phẩm ăn uống.

4. Mục tiêu của môn học:

4.1. Về kiến thức:

- Nhận biết được các thông tin thuộc hoạt động chế biến sản phẩm ăn uống
- Giải thích được các sự việc, hiện tượng trong hoạt động chế biến món ăn
- Hiểu được đặc tính từng nhóm thực phẩm và món ăn
- Giải thích được nội dung các kỹ thuật chế biến món ăn
- Giải thích được các nguyên tắc lựa chọn các loại nguyên liệu, gia vị, các thiết bị dụng cụ và phương pháp kỹ thuật chế biến đối với từng loại thực phẩm và món ăn

4.2 Về kỹ năng:

- Vận dụng các quy trình chế biến thích hợp với từng loại thực phẩm trong chế biến các sản phẩm ăn uống

- Phân biệt, lựa chọn và phối hợp đúng yêu cầu các loại nguyên liệu, gia vị, phương pháp và thao tác kỹ thuật trong chế biến từng loại món ăn
- Đánh giá được quy trình, thao tác và chất lượng các sản phẩm ăn uống
- Có khả năng tổ chức, sắp xếp và quản lý các hoạt động chế biến tại cơ sở chế biến các sản phẩm ăn uống

4.3 Về năng lực tự chủ và trách nhiệm:

- Ý thức được tầm quan trọng và ý nghĩa thực tiễn của hoạt động chế biến món ăn
- Cân nhắc đưa ra quyết định lựa chọn nguyên liệu, gia vị, quy trình và phương pháp chế biến các món ăn
- Tuân thủ nội quy, quy định nơi làm việc.

5. Nội dung của môn học

5.1. Chương trình khung

Mã MH	Tên môn học	Số tín chỉ	Thời gian học tập (giờ)			
			Tổng số	Trong đó		
				Lý thuyết	Thực hành/th.tập/ thảo luận/ bài tập	Thi/ Kiểm tra
I	Các môn học chung	20	435	157	255	23
MH01	Chính trị	4	75	41	29	5
MH02	Pháp luật	2	30	18	10	2
MH03	Giáo dục thể chất	2	60	5	51	4
MH04	Giáo dục Quốc phòng-An ninh	4	75	36	35	4
MH05	Tin học	3	75	15	58	2
MH06	Tiếng anh	5	120	42	72	6
II	Các môn học chuyên môn	82	2070	670	1309	91
II.1	Môn học cơ sở	15	225	213	-	12
MH07	Tổng quan Nhà hàng – Khách sạn	2	30	28	-	2

MH08	Tâm lý du khách và Kỹ năng GT	2	30	28	-	2
MH09	Văn hóa ẩm thực	2	30	28	-	2
MH10	Thương phẩm hàng thực phẩm	3	45	43	-	2
MH11	Sinh lý dinh dưỡng và VSATTP	4	60	58	-	2
MH12	Nghiệp vụ thanh toán	2	30	28	-	2
II.2	Môn học chuyên môn	63	1785	401	1309	75
MH13	Tiếng anh chuyên ngành CBMA	2	60	57	-	3
MH14	Kỹ thuật chế biến món ăn	6	90	87	-	3
MH15	Phương pháp xây dựng thực đơn	3	45	43	-	2
MH16	Tổ chức sự kiện	2	30	28	-	2
MH17	Quản trị kinh doanh nhà hàng	6	90	86	-	4
MH18	Môi trường ANAT trong nhà hàng	2	30	28	-	2
MH19	Lý thuyết nghiệp vụ nhà hàng	5	75	72	-	3
MH20	Thực hành nghiệp vụ nhà hàng I	4	120	-	112	8
MH21	Thực hành nghiệp vụ nhà hàng II	2	60	-	52	8
MH22	Thực hành chế biến món ăn Á	9	270	-	246	24
MH23	Thực hành chế biến món ăn Âu	3	90	-	82	8
MH24	Thực hành quản trị nhà hàng	2	60	-	52	8
MH25	Thực tập TN	17	765		765	
II.3	Môn học tự chọn (chọn 2 trong 4)	4	60	56	-	4
MH26	Kỹ thuật trang trí và cắm hoa	2	30	28	-	2
MH27	Maketting du lịch	2	30	28	-	2
MH28	Pháp luật du lịch	2	30	28	-	2

MH29	Kinh tế du lịch	2	30	28	-	2
	Tổng cộng	102	2505	827	1564	114

5.2. Chương trình chi tiết môn học

Số TT	Tên chương, mục	Thời gian (giờ)			
		Tổng số	Lý thuyết	TH, thảo luận, bài tập	Kiểm tra
1	<u>Bài mở đầu</u> : Đối tượng – Nội dung - Phương pháp nghiên cứu môn học Kỹ thuật chế biến món ăn	2	2	-	
2	<u>Chương 1</u> : Khái quát chung về món ăn	8	8	-	
3	<u>Chương 2</u> : Kỹ thuật chế biến nước dùng - xốt – xúp	15	14	-	1
4	<u>Chương 3</u> : Kỹ thuật chế biến món ăn từ lương thực	15	15	-	
5	<u>Chương 4</u> : Kỹ thuật chế biến món ăn từ rau, củ quả và thủy hải sản	15	14	-	1
6	<u>Chương 5</u> : Kỹ thuật chế biến món ăn từ thịt gia súc và thịt, trứng gia cầm.	20	19	-	1
7	<u>Chương 6</u> : Kỹ thuật chế biến bánh	15	15	-	
	Cộng	90	87	-	3

6. Điều kiện thực hiện môn học:

6.1. Phòng học Lý thuyết/Thực hành: Đáp ứng phòng học chuẩn

6.2. Trang thiết bị dạy học: Projektor, máy vi tính, bảng, phấn

6.3. Học liệu, dụng cụ, mô hình, phương tiện: Giáo trình, mô hình học tập,...

6.4. Các điều kiện khác: Người học tìm hiểu thực tế về các kỹ thuật chế biến các sản phẩm ăn uống trên các nền tảng thông tin mạng và thực tiễn tại các cơ sở chế biến các sản phẩm ăn uống.

7. Nội dung và phương pháp đánh giá:

7.1. Nội dung:

- Kiến thức: Đánh giá tất cả nội dung đã nêu trong mục tiêu kiến thức

- Kỹ năng: Đánh giá tất cả nội dung đã nêu trong mục tiêu kỹ năng.
- Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Trong quá trình học tập, người học cần:
 - + Nghiên cứu bài trước khi đến lớp.
 - + Chuẩn bị đầy đủ tài liệu học tập.
 - + Tham gia đầy đủ thời lượng môn học.
 - + Nghiêm túc trong quá trình học tập.

7.2. Phương pháp:

Người học được đánh giá tích lũy môn học như sau:

7.2.1. Cách đánh giá

- Áp dụng quy chế đào tạo Trung cấp hệ chính quy ban hành kèm theo Thông tư số 04/2022/TT-LĐTBXH, ngày 30/3/2022 của Bộ trưởng Bộ Lao động - Thương binh và Xã hội; Quy chế Tổ chức đào tạo trình độ trung cấp, cao đẳng theo phương thức tích lũy modun, tín chỉ của Nhà trường ban hành kèm theo Quyết định số 246/QĐ-CĐTMDL ngày 01/06/2022 và hướng dẫn cụ thể theo từng môn học/modun trong chương trình đào tạo.

- Hướng dẫn thực hiện quy chế đào tạo áp dụng tại Trường Cao đẳng Thương mại và Du lịch

Điểm đánh giá	Trọng số
+ Điểm kiểm tra thường xuyên (Hệ số 1)	40%
+ Điểm kiểm tra định kỳ (Hệ số 2)	
+ Điểm thi kết thúc môn học	60%

7.2.2. Phương pháp đánh giá

Phương pháp đánh giá	Phương pháp tổ chức	Hình thức kiểm tra	Thời điểm kiểm tra
Thường xuyên	Viết/ Thuyết trình	Tự luận/ Trắc nghiệm/ Báo cáo	Sau 10 giờ.

Định kỳ	Viết/ Thuyết trình	Tự luận/ Trắc nghiệm/ Báo cáo	Sau 24 giờ
Kết thúc môn học	Viết	Tự luận và trắc nghiệm	Sau 90 giờ

7.2.3. Cách tính điểm

- Điểm đánh giá thành phần và điểm thi kết thúc môn học được chấm theo thang điểm 10 (từ 0 đến 10), làm tròn đến một chữ số thập phân.

- Điểm môn học là tổng điểm của tất cả điểm đánh giá thành phần của môn học nhân với trọng số tương ứng. Điểm môn học theo thang điểm 10 làm tròn đến một chữ số thập phân, sau đó được quy đổi sang điểm chữ và điểm số theo thang điểm 4 theo quy định của Bộ Lao động Thương binh và Xã hội về đào tạo theo tín chỉ.

8. Hướng dẫn thực hiện môn học

8.1. Phạm vi, đối tượng áp dụng: Đối tượng Cao đẳng nghề kỹ thuật chế biến món ăn

8.2. Phương pháp giảng dạy, học tập môn học

8.2.1. Đối với người dạy

* **Lý thuyết:** Áp dụng phương pháp dạy học tích cực bao gồm: thuyết trình ngắn, nêu vấn đề, hướng dẫn đọc tài liệu, bài tập tình huống, câu hỏi thảo luận....

* **Bài tập:** Phân chia nhóm nhỏ thực hiện bài tập theo nội dung đề ra.

* **Thảo luận:** Phân chia nhóm nhỏ thảo luận theo nội dung đề ra, tiến hành mô phỏng, nhập vai các tình huống thực tế, và giải quyết các yêu cầu đặt ra.

* **Hướng dẫn tự học theo nhóm:** Các nhóm lựa chọn các chủ đề, nhóm trưởng phân công các thành viên trong nhóm tìm hiểu, nghiên cứu theo yêu cầu nội dung trong bài học, cả nhóm thảo luận, trình bày nội dung, ghi chép và viết báo cáo nhóm.

8.2.2. Đối với người học:

Người học phải thực hiện các nhiệm vụ như sau:

- Nghiên cứu kỹ bài học tại nhà trước khi đến lớp. Các tài liệu tham khảo sẽ được cung cấp nguồn trước khi người học vào học môn học này (trang web, thư viện, tài liệu...)

- Tham dự tối thiểu 80% số giờ học. Nếu người học vắng >20% số giờ học phải học lại môn học mới được tham dự kì thi lần sau.

- Tự học và thảo luận nhóm: Một nhóm gồm 5-10 người học sẽ được cung cấp chủ đề thảo luận trước buổi học được chỉ định. Mỗi người học sẽ chịu trách nhiệm về 1 hoặc một số nội dung trong chủ đề mà nhóm đã phân công để phát triển và hoàn thiện tốt nhất toàn bộ chủ đề thảo luận của nhóm.

- Tham dự đủ các bài kiểm tra thường xuyên, định kỳ.
- Tham dự thi kết thúc môn học.
- Chủ động tổ chức thực hiện giờ tự học.

9. Tài liệu tham khảo:

- Nguyễn Hữu Thủy (2007) Giáo trình Lý thuyết Kỹ thuật chế biến sản phẩm ăn uống, Trường cao đẳng TM&DL, NXB Hà Nội.

- Tổng cục DLVN (năm 2007) Kỹ thuật chế biến món ăn, tiêu chuẩn kỹ năng nghề DLVN (VTOS).

- Đinh Quang Bát, Giáo trình Thực hành Chế biến món ăn, Trường Cao đẳng Thương mại và Du lịch, Giáo trình nội bộ.

- Nguyễn Quang Khải, Tập tục và kiêng kỵ (suru tầm giới thiệu), NXB văn hoá dân tộc 2001.

- Nguyễn Thu Tâm (dịch), Nghệ thuật nấu ăn Trung Hoa, NXB Trẻ 1995.

- Nguyễn Văn Ánh, Đỗ Đình Hằng, Lê Đình Thủy, Hàn Quốc lịch sử & văn hoá, NXB văn hoá 1996.

- Practical cookery của Ceserani &Kinton.

- PGS.TS Trịnh Xuân Dũng và Hoàng Minh Khang, Tập quán khẩu vị ăn của một số nước và thực đơn nhà hàng, Trường Du lịch Hà Nội.

- Sauces của nhà xuất bản Konemann.

- The theory of catering của Kinton ceserani & Foskett.

- Tìm hiểu lịch sử văn hoá Philippine, NXB Khoa học xã hội, 2000.

- Trịnh Huy Hoà, Đối thoại với các nền văn hoá thế giới, NXB trẻ.

- Vũ hữu Nghị, Tìm hiểu Nhật Bản - NXB Khoa học xã hội, 1991.

- V.A. Pronnikov và I.D. Ladanov, Người Nhật, NXB tổng hợp Hậu giang 1990.

- Phan Văn Hoàn, Bước đầu tìm hiểu về văn hóa ẩm thực Việt Nam, NXB Khoa học xã hội, 2006.

- Hoàn Thị Như Huy, Nghệ thuật ẩm thực Huế, NXB Thuận Hóa, 2006.

- Hội đồng cấp chứng chỉ nghiệp vụ du lịch, Kỹ thuật chế biến món ăn, NXB Thanh niên 2005.

Bài mở đầu: ĐỐI TƯỢNG, NỘI DUNG, PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU MÔN HỌC KỸ THUẬT CHẾ BIẾN MÓN ĂN

❖ GIỚI THIỆU BÀI

Bài học cung cấp cái nhìn tổng quan về môn học Kỹ thuật chế biến món ăn như: Đối tượng nghiên cứu của môn học, nội dung, phương pháp nghiên cứu các kiến thức chế biến món ăn.

❖ MỤC TIÊU BÀI HỌC

Sau khi học xong bài học này, người học có khả năng:

➤ Về kiến thức:

- Giải thích được các đối tượng, nội dung và phương pháp nghiên cứu
- Trình bày được các nội dung cơ bản của học phần kỹ thuật chế biến món ăn

➤ Về kỹ năng:

Vận dụng được các phương pháp nghiên cứu, tư duy trong học tập nội dung chi tiết của học phần này và các học phần khác

➤ Về năng lực tự chủ và trách nhiệm:

- Ý thức được tầm quan trọng và ý nghĩa thực tiễn của môn học trong chương trình
- Tuân thủ nội quy, quy định nơi học tập và làm việc.

❖ PHƯƠNG PHÁP GIẢNG DẠY VÀ HỌC TẬP CỦA BÀI HỌC

- Đối với người dạy: sử dụng phương pháp giảng dạy tích cực (diễn giảng, vấn đáp, dạy học theo vấn đề);
- Đối với người học: chủ động học tập, quan sát, lắng nghe và ghi chép cần thiết. Tích cực xây dựng bài học

❖ ĐIỀU KIỆN THỰC HIỆN BÀI HỌC

- **Phòng học chuyên môn hóa/nhà xưởng:** Không
- **Trang thiết bị máy móc:** Máy chiếu và các thiết bị dạy học khác
- **Học liệu, dụng cụ, nguyên vật liệu:** Chương trình môn học, giáo trình, tài liệu tham khảo, giáo án, phim ảnh, và các tài liệu liên quan.
- **Các điều kiện khác:** Không có

❖ KIỂM TRA VÀ ĐÁNH GIÁ BÀI HỌC

- Nội dung:

- ✓ Kiến thức: Kiểm tra và đánh giá tất cả nội dung đã nêu trong mục tiêu kiến thức
- ✓ Kỹ năng: Đánh giá tất cả nội dung đã nêu trong mục tiêu kỹ năng.
- ✓ Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Trong quá trình học tập, người học cần:
 - + Chuẩn bị đầy đủ tài liệu học tập.

+ Tham gia đầy đủ thời lượng môn học.

+ Nghiêm túc trong quá trình học tập.

- **Phương pháp:**

✓ **Điểm kiểm tra thường xuyên:** không có

✓ **Kiểm tra định kỳ lý thuyết:** không có

❖ **NỘI DUNG BÀI HỌC**

1. Mục tiêu của môn học

1.1. Về kiến thức

- Giải thích được các đối tượng, nội dung và phương pháp nghiên cứu
- Trình bày được các nội dung cơ bản của học phần kỹ thuật chế biến món ăn

1.2. Về kỹ năng

- Có kỹ năng vận dụng các quy trình kỹ thuật vào chế biến các món ăn phù hợp với từng loại nguyên liệu cụ thể
- Vận dụng được các phương pháp nghiên cứu, tư duy trong học tập nội dung chi tiết của học phần này và các học phần khác

1.3. Thái độ

Có thái độ tích cực, chủ động trong học tập, nghiên cứu các nội dung của môn học. Có tinh thần làm việc nhóm.

Nâng cao tinh thần tự chủ, tự chịu trách nhiệm của bản thân đối với học tập và định hướng nghề nghiệp

2. Đối tượng và phương pháp nghiên cứu

2.1. Đối tượng nghiên cứu

a. Đối tượng nghiên cứu

- + Văn hoá ẩm thực, các món ăn đặc trưng theo vùng miền của Việt Nam
- + Văn hoá ẩm thực, các món ăn tiêu biểu của Châu Âu
- + Các nguyên liệu và gia vị chế biến món ăn. Cách phân biệt, nhận biết và kỹ thuật chế biến các nguyên liệu đặc trưng
- + Các kỹ thuật của các đầu bếp chuyên nghiệp trong các kỹ thuật, thao tác chế biến từng loại nguyên liệu

b. Đối tượng sử dụng sản phẩm nghiên cứu

Giáo trình kỹ thuật chế biến món ăn là tài liệu chuyên môn dành cho học sinh cao đẳng chuyên ngành kỹ thuật chế biến món ăn; đồng thời, là tài liệu tham khảo cho người học các chuyên ngành khác và những người có mong muốn tìm hiểu các thông tin được cung cấp trong giáo trình.

2.2. Nội dung nghiên cứu

Kỹ thuật chế biết một số nhóm món ăn và nguyên liệu cơ bản:

- Kỹ thuật chế biến nước dùng, xốt, xúp
- Kỹ thuật chế biến món ăn từ lương thực
- Kỹ thuật chế biến món ăn từ các thực phẩm: rau, củ, quả; thịt gia súc; thủy, hải sản; thịt gia cầm và trứng

2.3. Phương pháp nghiên cứu.

a. Điều tra chọn mẫu

- + Nhóm đơn vị cung cấp nguyên liệu và sản phẩm ăn uống
- + Nhóm doanh nghiệp kinh doanh sản phẩm ăn uống
- + Nhóm đầu bếp chế biến món ăn Á, Âu

b. Tham khảo, lấy ý kiến các chuyên gia

- + Trao đổi và thu thập thông tin các chuyên gia nghiên cứu ẩm thực trong và ngoài nước
- + Tham khảo các tài liệu chuyên ngành tương đương của các đơn vị khác, các chuyên gia nghiên cứu về thực phẩm, các đầu bếp chuyên môn...

c. Phân tích, tổng hợp

- + Sau khi thu thập tài liệu, tiến hành phân tích số liệu, sàng lọc các thông tin hữu ích, xây dựng hệ thống tài liệu của giáo trình
- + Tổng hợp toàn bộ tài liệu, xây dựng thành hệ thống

d. Kết hợp phương pháp nghiên cứu khoa học với tư duy biện chứng

Để xây dựng giáo trình có giá trị lý luận và thực tiễn, giáo trình được kết hợp các sản phẩm nghiên cứu khoa học với các lý luận và tư duy biện chứng từ đó hoàn thiện tài liệu “giáo trình kỹ thuật chế biến món ăn,,

TÓM TẮT BÀI HỌC

Trong chương này, một số nội dung chính được giới thiệu:

- Mục tiêu nghiên cứu môn học
- Đối tượng, nội dung, phương pháp nghiên cứu môn học

❖ CÂU HỎI VÀ TÌNH HUỐNG THẢO LUẬN

Nêu được những nội dung cơ bản của môn học.

Chương 1: KHÁI QUÁT CHUNG VỀ MÓN ĂN

❖ GIỚI THIỆU CHƯƠNG 1

Chương này cung cấp cho người đọc những kiến thức về tổng quan về món ăn, các đặc trưng cơ bản của món ăn Việt Nam và các món ăn Âu; Các tiêu chí và phân loại các nhóm món ăn của Việt Nam, và các món ăn Âu. Từ những kiến thức này người đọc có thể vận dụng để nhận biết, đánh giá và phân loại được các nhóm món ăn trong và ngoài nước.

❖ MỤC TIÊU CHƯƠNG 1

Sau khi học xong chương này, người học có khả năng:

➤ Về kiến thức:

- Trình bày và giải thích được khái niệm món ăn Việt Nam và món ăn Âu
- Trình bày và phân biệt được các nhóm món ăn trong và ngoài nước
- Nhận thức đầy đủ về sự khác biệt trong hình thức, tính chất của các nhóm món ăn này

➤ Về kỹ năng:

- Vận dụng được các kiến thức để phân biệt, nhận biết các nhóm món ăn khác nhau
- Phân tích, đánh giá được về mặt hình thức các nhóm món ăn Việt Nam và các món ăn Âu

➤ Về năng lực tự chủ và trách nhiệm:

- Ý thức được tầm quan trọng và ý nghĩa thực tiễn của các sản phẩm ăn uống của Việt Nam và các món ăn Âu
- Tuân thủ nội quy, quy định nơi học tập và làm việc.

❖ PHƯƠNG PHÁP GIẢNG DẠY VÀ HỌC TẬP CHƯƠNG 1

- Đối với người dạy: sử dụng phương pháp giảng dạy tích cực (diễn giảng, vấn đáp, dạy học theo vấn đề); yêu cầu người học thực hiện câu hỏi thảo luận và bài tập chương 1 (cá nhân hoặc nhóm).
- Đối với người học: chủ động đọc trước giáo trình (chương 1) trước buổi học; hoàn thành đầy đủ câu hỏi thảo luận và bài tập tình huống chương 1 theo cá nhân hoặc nhóm và nộp lại cho người dạy đúng thời gian quy định.

❖ ĐIỀU KIỆN THỰC HIỆN CHƯƠNG 1

- **Phòng học chuyên môn hóa/nhà xưởng:** Không
- **Trang thiết bị máy móc:** Máy chiếu và các thiết bị dạy học khác
- **Học liệu, dụng cụ, nguyên vật liệu:** Chương trình môn học, giáo trình, tài liệu tham khảo, giáo án, phim ảnh, và các tài liệu liên quan.
- **Các điều kiện khác:** Không có

❖ KIỂM TRA VÀ ĐÁNH GIÁ CHƯƠNG 1

- **Nội dung:**

- ✓ Kiến thức: Kiểm tra và đánh giá tất cả nội dung đã nêu trong mục tiêu kiến thức
- ✓ Kỹ năng: Đánh giá tất cả nội dung đã nêu trong mục tiêu kỹ năng.
- ✓ Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Trong quá trình học tập, người học cần:
 - + Nghiên cứu bài trước khi đến lớp
 - + Chuẩn bị đầy đủ tài liệu học tập.
 - + Tham gia đầy đủ thời lượng môn học.
 - + Nghiêm túc trong quá trình học tập.
- **Phương pháp:**
 - ✓ **Điểm kiểm tra thường xuyên:** kiểm tra ngẫu nhiên theo danh sách (hình thức: kiểm tra miệng)
 - ✓ **Kiểm tra định kỳ lý thuyết:** không có

❖ NỘI DUNG CHƯƠNG 1

1. Khái niệm chung về món ăn

1.1. Khái niệm chung về món ăn Việt Nam

* Khái niệm

Món ăn việt nam là những món ăn được chế biến từ nguyên liệu và phương pháp chế biến của Việt Nam, phù hợp với khẩu vị, phong tục tập quán ăn uống của người Việt Nam.

- Nét đặc trưng của món ăn Việt Nam là sử dụng đa dạng nguyên liệu, dùng nhiều gia vị, hầu hết là các gia vị sẵn có trong tự nhiên, hoặc chế phẩm đơn giản của chúng. Điển hình nhất là các gia vị mạnh, như mắm (gồm mắm tôm, mắm tép, mắm cá, mắm nước...), hay riềng, mẻ, giấm bỗng...

- Nhiều món ăn Việt Nam được chế biến ở dạng chín tái, chín tới hoặc ăn sống và phần lớn món ăn thường có nước chấm đi kèm, được pha từ mắm và các gia vị phù hợp.

* Đặc điểm

+ Lao động:

Con người Việt Nam cần cù, khéo léo, thông minh nên có khả năng chế biến các món ăn cầu kỳ, đòi hỏi kỹ thuật, mỹ thuật cao.

Ví dụ : Các món ăn cung đình Huế

Gà nhồi hình voi

+ Nguyên liệu, gia vị:

- Do địa hình Việt Nam thuận lợi. Núi cao, biển rộng, sông dài, đồng bằng phì nhiêu nên nguyên liệu dùng trong chế biến ăn uống rất đa dạng phong phú (gia súc, gia cầm, thủy sản, rau củ quả, một số sản phẩm của rừng).

- Gia vị thường dùng là gia vị tự nhiên ớt, tỏi, gừng, sả, rau thơm..... các gia vị mạnh như riềng, mẻ, mắm tôm tạo cho món ăn có mùi vị hấp dẫn.

- Tập quán ăn uống của người Việt Nam là sử dụng nước chấm trong ăn uống, mỗi món ăn đều có loại nước chấm riêng phù hợp.

VD: Thịt gà: xúp - chanh - ớt

Thịt bò: tương – gừng

Thịt ngan: xì dầu

Rau muống: nước mắm - tỏi.....

+ *Ảnh hưởng trào lưu trong ăn uống:*

- Trung Quốc: chịu ảnh hưởng của các phương pháp chế biến như rán, tần, các gia vị như xì dầu húng lìu ... Đặc biệt là thuốc bắc dùng trong bữa ăn đặc sản.

- Pháp : Một số món ăn cũng dùng rượu để tẩm ướp (thịt bò sốt vang).

1.2. Khái niệm chung về món ăn Âu

- Món ăn Âu là những món ăn được chế biến từ nguyên liệu và phương pháp chế biến của Châu Âu, phù hợp với khẩu vị, phong tục tập quán ăn uống của Châu Âu.

- Là các món ăn của Châu Âu và các nước phương Tây khác, bao gồm các món ăn được đưa đến các nước khác bởi những người định cư châu Âu và thực dân.

2. Phân loại món ăn

2.1. Phân loại món ăn Việt Nam

2.1.1. Phân loại món ăn theo giá trị món ăn: Chia thành 4 nhóm:

- Nhóm món ăn cao cấp (món ăn cung đình): Căn cứ vào đặc điểm là nguyên liệu có giá trị hay kỹ thuật chế biến cầu kỳ, phức tạp, món ăn cung đình chuyên phục vụ cho vua chúa ngày xưa.

- Nhóm món ăn đặc sản: Là những món ăn đặc trưng của một số vùng, miền dựa vào đặc điểm nguyên liệu sẵn có của vùng, miền hay kỹ thuật chế biến cổ truyền của nhân dân địa phương các vùng.

VD: Bánh đậu xanh Hải Dương

Tương bần Hưng Yên

Bánh nhãn Hải Hậu – Nam Định

- Nhóm món ăn cỗ, tiệc: Là món ăn hàng ngày được nâng cao chất lượng với nhiều món, kỹ thuật chế biến công phu hơn, chỉ sử dụng vào các dịp đặc biệt quan trọng (đám cưới, sinh nhật...).

- Bữa ăn hàng ngày sử dụng các món ăn truyền thống gồm có cơm và một số món ăn sử dụng hàng ngày, giá trị món ăn không cao, nguyên liệu có sẵn thông dụng và kỹ thuật chế biến đơn giản.

2.1.2. Phân loại món ăn theo mùa

- Món ăn mùa nóng: Dùng các món ăn có nhiều nước và ăn nguội (luộc).

- Món ăn mùa lạnh: Dùng các món ăn khô, ít nước và ăn nóng (xào).

Các món ăn các mùa còn thể hiện ở điều kiện cung cấp nguyên liệu chế biến theo mùa vụ.

2.1.3. Phân loại món ăn theo chế độ dinh dưỡng

Dựa vào lứa tuổi, giới tính, nghề nghiệp, tính chất lao động...

+ Độ tuổi :

Trẻ em dưới 1 tuổi:		protein
3 - < 6 tháng	620 kcal	21
6 - 12 tháng	820 kcal	23
7 - 9 tuổi	1.800 kcal	40

+ Giới tính :

Nam thiếu niên:

10 - 12 tuổi	2.200kcal	50
16 - 18 tuổi	2.700kcal	65

Nữ thiếu niên

10 - 12 tuổi	2.100kcal	50
16 - 18 tuổi	2.300kcal	60

+ Lao động (kcal):

	Nhẹ	Vừa	Nặng	
Nam 18 – 30	2.300	2.700	3.200	60
30 - 60	2.200	2.700	3.200	60
> 60	1.900	2.200		60

Nữ 18 - 30	2.200	2.300	2.600	55
30 - 60	2.100	2.200	2.500	55
> 60	1.800			55

+ Phụ nữ có thai và cho con bú thì phải cần sử dụng thêm năng lượng 350 – 550 kcal.

Có thai	con bú
6 tháng cuối	6 tháng đầu

2.1.4. Phân loại món ăn theo đặc điểm nguyên liệu

- Nhóm món ăn chế biến từ lương thực: Là các món xôi, cháo, bún, phở,...
- Nhóm món ăn chế biến từ rau - củ - quả: Là các món nấu, luộc, xào, kho, trộn, nộm...
- Nhóm món ăn chế biến từ thủy sản: Có các món luộc, nấu, kho, rim, bỏ lò, lên men, hấp, om, xào,...
- Nhóm món ăn chế biến từ thịt gia súc: Có các món luộc, nấu, rán, nướng, quay, bỏ lò,...
- Nhóm món ăn chế biến từ thịt gia cầm: Có các món luộc, nấu, rán, nướng, quay, bỏ lò,...
- Nhóm món ăn chế biến từ trứng: Có các món luộc, nấu, rán, kho, hấp, tráng,...

2.2. Phân loại món ăn Âu

2.2.1. Phân loại món ăn theo giá trị sử dụng của món ăn

- Những món ăn đặc biệt - Những món ăn cao cấp
- Những món ăn đặc sản
- Những món ăn thông thường

2.2.2. Phân loại món ăn theo nguồn gốc nguyên liệu

- Nhóm món ăn CB từ thủy hải sản
- Nhóm món ăn CB từ thịt gia súc
- Nhóm món ăn CB từ thịt gia cầm
- Nhóm món ăn chế biến từ trứng

* Ngoài ra còn các món ăn kết hợp nhiều nguyên liệu

❖ TÓM TẮT CHƯƠNG 1

Trong chương này, một số nội dung chính được giới thiệu:

- Đặc trưng món ăn Việt Nam
- Đặc trưng món ăn Âu

- Phân loại các món ăn Việt Nam và món ăn Âu

❖ **CÂU HỎI VÀ TÌNH HUỐNG THẢO LUẬN CHƯƠNG 1**

Câu hỏi 1. Trình bày các các nhóm món ăn thông dụng của Việt Nam

Câu hỏi 2. Nêu khái niệm món ăn Việt Nam, món ăn Âu

Câu hỏi thảo luận: Tìm các đặc trưng phân biệt các món ăn của Việt Nam và các món ăn Âu.

Chương 2: KỸ THUẬT CHẾ BIẾN NƯỚC DỪNG, XỐT, XÚP

❖ GIỚI THIỆU CHƯƠNG 2

Chương 2 là chương giới thiệu kỹ thuật chế biến nước dùng, xốt, xúp phổ biến theo phong cách chế biến Á và Âu. phân biệt được các loại nước dùng, xốt, xúp Á, Âu; Nắm chắc nguyên lý kỹ thuật và biết cách chế biến các loại nước dùng Âu, Á cơ bản; nhận biết nguyên lý kỹ thuật và biết cách chế biến các loại xốt cơ bản từ đó biết ứng dụng chế biến các loại xốt theo yêu cầu.

❖ MỤC TIÊU CHƯƠNG 2

Sau khi học xong chương này, người học có khả năng:

➤ Về kiến thức:

- Hiểu và nhận biết được các loại nước dùng, xốt, xúp, các nguyên liệu chế biến nước dùng, xốt, xúp

- Trình bày và giải thích được các quy trình kỹ thuật chế biến nước dùng, xốt, xúp

➤ Về kỹ năng:

- Vận dụng được các kỹ thuật chế biến nước dùng, xốt, xúp đúng yêu cầu và tính chất món ăn, bữa ăn

- Phân tích, đánh giá được các thao tác kỹ thuật chế biến nước dùng, xốt, xúp

➤ Về năng lực tự chủ và trách nhiệm:

- Ý thức được tầm quan trọng và ý nghĩa thực tiễn của các thao tác chế biến nước dùng, xốt, xúp

- Cân nhắc đưa ra lựa chọn các kỹ thuật phù hợp với từng đối tượng nguyên liệu, món ăn hay chủ đề bữa ăn.

- Tuân thủ nội quy, quy định nơi học tập và làm việc.

❖ PHƯƠNG PHÁP GIẢNG DẠY VÀ HỌC TẬP CHƯƠNG 2

- Đối với người dạy: sử dụng phương pháp giảng dạy tích cực (diễn giảng, vấn đáp, dạy học theo vấn đề); yêu cầu người học thực hiện câu hỏi thảo luận và bài tập chương 1 (cá nhân hoặc nhóm).

- Đối với người học: chủ động đọc trước giáo trình (chương 2) trước buổi học; hoàn thành đầy đủ câu hỏi thảo luận và bài tập tình huống chương 2 theo cá nhân hoặc nhóm và nộp lại cho người dạy đúng thời gian quy định.

❖ ĐIỀU KIỆN THỰC HIỆN CHƯƠNG 2

- **Phòng học chuyên môn hóa/nhà xưởng:** Không

- **Trang thiết bị máy móc:** Máy chiếu và các thiết bị dạy học khác

- **Học liệu, dụng cụ, nguyên vật liệu:** Chương trình môn học, giáo trình, tài liệu tham khảo, giáo án, phim ảnh, và các tài liệu liên quan.

- **Các điều kiện khác:** Không có

❖ KIỂM TRA VÀ ĐÁNH GIÁ CHƯƠNG 2

- Nội dung:

- ✓ Kiến thức: Kiểm tra và đánh giá tất cả nội dung đã nêu trong mục tiêu kiến thức
- ✓ Kỹ năng: Đánh giá tất cả nội dung đã nêu trong mục tiêu kỹ năng.
- ✓ Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Trong quá trình học tập, người học cần:
 - + Nghiên cứu bài trước khi đến lớp
 - + Chuẩn bị đầy đủ tài liệu học tập.
 - + Tham gia đầy đủ thời lượng môn học.
 - + Nghiêm túc trong quá trình học tập.

- Phương pháp:

- ✓ **Điểm kiểm tra thường xuyên:** 1 điểm kiểm tra (hình thức: kiểm tra miệng).
Kiểm tra ngẫu nhiên theo danh sách
- ✓ **Kiểm tra định kỳ lý thuyết:** 1 điểm kiểm tra định kỳ (hình thức tự luận hoặc trắc nghiệm)

❖ NỘI DUNG CHƯƠNG 2

1. Kỹ thuật chế biến nước dùng

1.1. Khái quát chung về nước dùng

1.1.1. Khái niệm

Nước dùng là một loại bán thành phẩm có trạng thái lỏng, trong, có hương vị thơm ngon tự nhiên của các loại nguyên liệu thực phẩm như xương, thịt (gia súc, gia cầm, cá) các loại rau, củ và các loại gia vị...

Nước dùng được dùng để chế biến các món ăn: ăn sáng, ăn chính... Đặc biệt, trong ăn Âu, nước dùng đóng vai trò quan trọng và nó là thành phần chủ yếu để chế biến nước sốt, xúp và nhiều món ăn khác.

1.1.2. Các loại nước dùng

Nước dùng để chế biến món ăn Âu và món ăn Á khác nhau về mùi vị, màu sắc và phương pháp chế biến, nhưng tựu chung lại đều xuất phát từ những nguyên liệu chính.

Căn cứ vào nguồn gốc các nguyên liệu chính:

- Nước dùng bò
- Nước dùng lợn, gia cầm
- Nước dùng rau, củ, quả
- Nước dùng cá

Căn cứ vào màu sắc của nước dùng:

- Nước dùng trắng
- Nước dùng nâu

1.1.3. Nguyên liệu để nấu nước dùng

Chọn những nguyên liệu theo yêu cầu chế biến:

- *Thịt*: phải tươi, không ôi, chọn loại thịt không có mỡ mà có nhiều nạc. Người ta thường chọn thịt loại 2, loại 3 đối với gia súc như trâu, bò, cừu, lợn. Đối với gia cầm, người ta thường chọn gà mái già thịt chắc, ninh lâu nước sẽ ngọt.

- *Xương*: thường dùng tất cả các loại xương (trừ xương thủ vì có mùi hôi). Các loại xương như xương ống, xương bay, xương đuôi, xương sống, xương sườn. Yêu cầu xương tươi, không ôi, khi nấu nước dùng mới không bị đục.

- Các loại rau, củ, quả và gia vị: thường chọn các loại rau có nhiều chất ngọt như su hào, cà rốt, hành tây, tỏi tây. Tất cả đều chọn tươi ngon, không già úa, không héo, không nát. Nước dùng á và nước dùng Âu sử dụng hệ gia vị khác nhau

- Gia vị nước dùng á: gồm muối, vỏ chanh, vỏ quýt, quế chi, hoa hồi, thảo quả, gừng, hành, hạt tiêu. Tùy theo từng loại nước dùng mà nêm các gia vị cho phù hợp.

- Gia vị nước dùng Âu: gồm muối, hạt tiêu, nụ đinh, hành, tỏi, Thym, Bayleave, Parsley. Tùy từng loại nước dùng mà cho các gia vị thích hợp.

1.1.4. Dụng cụ nấu nước dùng

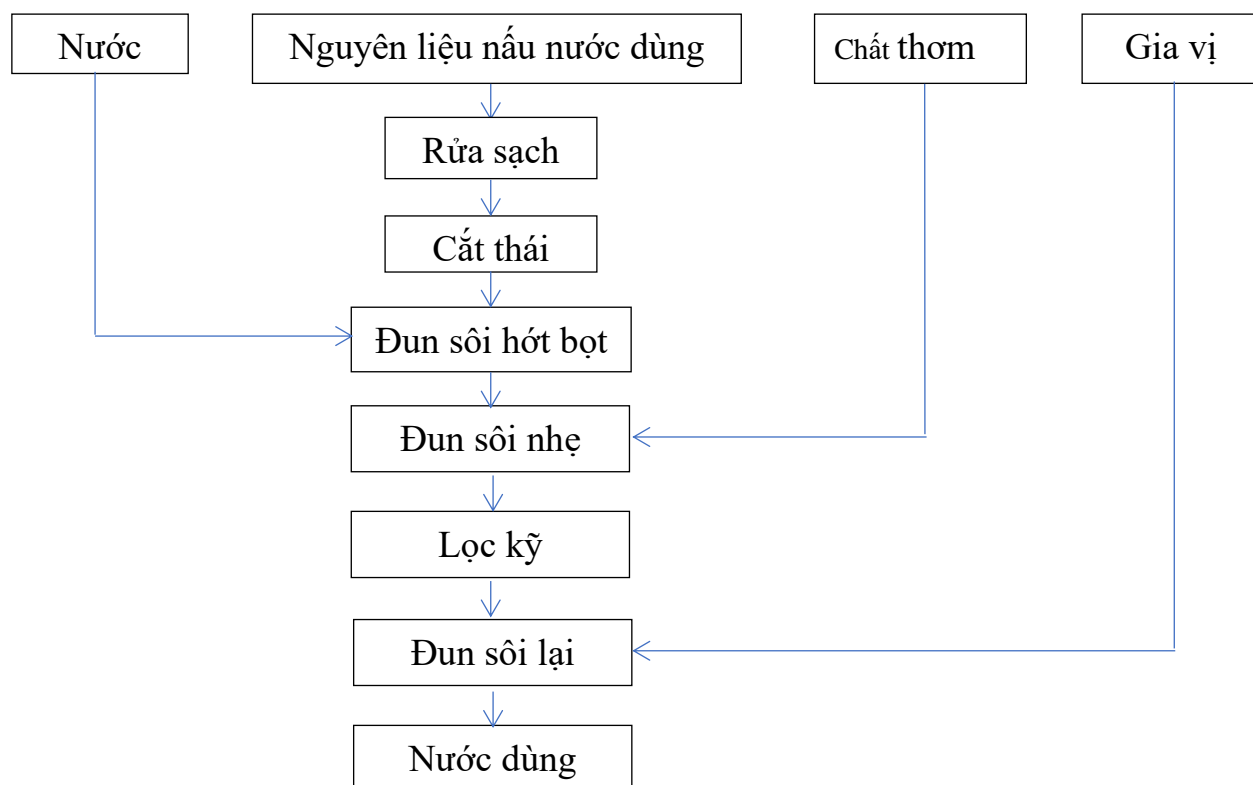
Dụng cụ thủ công thường là nồi có dung tích lớn (20 lít, 30 lít, 50 lít) thành cao, vỏ dày, thành cao, khi đun tích nhiệt được nhiều tạo khả năng thuận lợi để duy trì sôi âm ỉ.

Chú ý: Dụng cụ thường được làm bằng hợp kim nhôm, inox, sắt tráng men. Không được sử dụng những dụng cụ bằng đồng, gang như nồi đồng, xanh đồng, nồi gang, vì sẽ làm mất đi các chất dinh dưỡng, như vị lạ mùi khi chế biến làm ảnh hưởng đến chất lượng món ăn và gây ảnh hưởng xấu đến sức khỏe người ăn

Dụng cụ nấu công nghiệp: Các loại nồi hơi, nồi điện, nồi đun bằng gas cỡ lớn có thể tích từ 50 lít đến 200 lít, được lắp đặt cố định, có van an toàn, van cấp nước, vòi nước rất tiện lợi về vận hành và lau chùi vệ sinh sau làm việc.

1.2. Kỹ thuật chế biến nước dùng

Sơ đồ quy trình chung nấu nước dùng



1.2.1. Kỹ thuật chế biến nước dùng Á

a. Kỹ thuật chế biến nước dùng bò

Khái niệm: là loại nước dùng được chế biến từ thịt, xương bò dùng để chế biến các món phở bò, lẩu bò, và các món ăn chế biến từ thịt bò.

Quy trình: Xương bò, thịt bò các loại được làm sạch. Xương đập dập, thịt cắt thái rồi cho vào nồi cùng nước lạnh. Tỷ lệ xương thịt/nước: 1,5-2 kg xương thịt thì dùng 8 - 10 lít nước. Đun sôi, hớt bọt, hạ nhiệt độ cho sôi nhỏ lăn tăn, thỉnh thoảng lại hớt bọt tiếp. Sau khi hớt bọt, cho gừng khô nướng, hành nướng đập dập. Nếu có cả xương và thịt, khi ninh được 1 giờ thì vớt thịt ra. Đun tiếp từ 6 - 8 giờ là được.

Nếu nước dùng để nấu phở, ta cho thêm quế chi, hoa hồi, thảo quả. Khi nấu nước dùng, không được khuấy, đảo và không nêm gia vị khi ninh. Quế chi, hoa hồi, thảo quả nên cho vừa phải, nếu dùng nhiều quá nước dùng sẽ bị hắc. Khi được nước dùng, ta đem gạn lọc, sau đó đun sôi trở lại và nêm gia vị, ta được nước dùng trong.

b. Nước dùng gà, vịt, lợn

Khái niệm: Nước dùng gà, vịt, lợn là loại nước dùng chế biến từ các loại như xương, thịt các loại gà, vịt, lợn. Gừng nướng và hành nướng đập dập, thêm chân nấm hương. Nước dùng này dùng để chế biến các món ăn như phở bò, miến, bún, canh.

Quy trình: Cách chế biến như nước dùng bò, thời gian ngắn hơn khoảng 2-4 giờ.

Yêu cầu: Cảm quan của các loại nước dùng chế biến từ động vật:

- Nước dùng phải trong.
- Trên bề mặt không có váng mỡ.
- Có mùi thơm đặc trưng của từng loại nước dùng.
- Có vị ngọt của các nguyên liệu như xương, thịt động vật đem nấu và không có vị chua.

c. Nước dùng rau, củ, quả

Khái niệm: Nước dùng rau, củ, quả là loại nước dùng được chế biến từ các loại rau, củ có nhiều chất ngọt như cà rốt, su hào, củ cải, hoa lơ... nước dùng rau, củ, quả dùng để chế biến các món ăn cho người ăn kiêng và người ăn chay.

Quy trình: Các loại rau, củ tươi cắt bỏ những phần không ăn được, rửa sạch, cắt miếng tương đối dày rồi cho vào nồi cùng với nước. Đun sôi, hớt bọt, hạ nhiệt độ, đun sôi âm ỉ từ 40 - 60 phút. Nếu có nấm tươi, rửa sạch nấm, rồi nấu như trên với thời gian kéo dài hơn khoảng 1- 1,5 giờ.

Yêu cầu cảm quan của nước dùng chế biến từ thực vật:

- Có màu sắc đặc trưng của rau, củ khi đun nấu
- Có mùi thơm, vị ngon ngọt
- Về trạng thái: nước dùng phải trong

1.2.2. Kỹ thuật chế biến nước dùng Âu

a. Nước dùng trắng (Fond White)

Nguyên liệu: Cá, gà, xương bò, thịt bò loại 2, 3, 4, lá thơm (laurie), nụ đinh hương, cà rốt, hành tây, cần, tỏi tây.

Quy trình: xương bò rửa sạch, đập dập, trần qua nước sôi, thịt bò rửa sạch, cắt thái. Cho xương vào nồi, đổ ngập nước, đun sôi, hớt bọt, hạ nhiệt độ rồi để sôi âm ỉ, thỉnh thoảng lại hớt bọt tiếp. Cho thêm các loại rau, củ cắt thái lát vào cùng với xương, trước khi kết thúc nấu từ 45 phút đến 1 giờ cho lá thơm vào. Khi được, đem lọc ta được nước dùng trắng.

b. Nước dùng nâu (Fond Brown)

Nguyên liệu: giống như nước dùng trắng, có thêm cà chua, hành, cà rốt 200g; cần, tỏi 50g; xương 2kg; nước 5 lít; lá thơm 10g

Quy trình: khác với nước dùng trắng, là nguyên liệu như xương thịt được đem nướng hay sấy trong lò cho vàng để có màu nâu. Cho nguyên liệu vào nồi, cho tiếp cà chua, cà rốt thái lát, đảo đều, cho nước ngập nguyên liệu. Quy trình tiếp theo như nước dùng trắng. Khi được, đem lọc ta được nước dùng nâu.

c. Nước dùng cá

Nguyên liệu: Xương và thịt cá, chọn con to, già. Thường được nấu cùng các gia vị thơm như xạ hương, nguyệt quế, cần tỏi tây, hành tây

Được dùng rộng rãi trong chế biến cùng các thực phẩm nguồn gốc thủy, hải sản.

Quy trình: Cá sau khi sơ chế có thể luộc cả con hoặc lọc thịt, phần xương dùng chế biến nước dùng. Cá có thể rán qua, sau đó bỏ vào nồi nước sôi cùng nguyệt quế, gia vị thơm dạng khô, đun nhỏ lửa trong 1-2 giờ. Sau khi lọc bỏ xương, nêm các gia vị thơm, đun sôi, mở vung trong 5 phút. Nếu thêm các loại củ quả tăng thêm độ ngọt cho nước dùng như cà rốt, củ cải, hành tây, tỏi tây,... có thể thêm các loại nguyên liệu này trước khi nước dùng hoàn thành khoảng 30-45 phút, không nên ninh quá lâu là nước dùng bị chua, đục, nồng mùi.

d. Nước dùng rau, củ, quả

Khái niệm: Nước dùng rau, củ, quả là loại nước dùng được chế biến từ các loại rau, củ có nhiều chất ngọt như cà rốt, su hào, củ cải, hoa lơ... nước dùng rau, củ, quả dùng để chế biến các món ăn cho người ăn kiêng và người ăn chay.

Quy trình: Các loại rau, củ tươi cắt bỏ những phần không ăn được, rửa sạch, cắt miếng tương đối dày rồi cho vào nồi cùng với nước. Đun sôi, hớt bọt, hạ nhiệt độ, đun sôi âm ỉ từ 40 - 60 phút. Nếu có nấm tươi, rửa sạch nấm, rồi nấu như trên với thời gian kéo dài hơn khoảng 1- 1,5 giờ.

Yêu cầu cảm quan của nước dùng chế biến từ thực vật:

- Có màu sắc đặc trưng của rau, củ khi đun nấu
- Có mùi thơm, vị ngon ngọt
- Về trạng thái: nước dùng phải trong

e. Một số lưu ý khi chế biến, sử dụng nước dùng

** Các nguyên nhân dẫn đến nước dùng bị đục:*

- Sử dụng nguyên liệu không tươi.
- Đun sôi không hớt bọt, bọt đó tan ra làm đục nước dùng.
- Khuấy đảo nhiều khi nấu.
- Đun to lửa.

** Cách chữa nước dùng bị đục:*

Cách 1: Thịt nạc băm nhỏ, hoà với nước với tỷ lệ 1: 1, khuấy đều, để chỗ tĩnh 1 giờ, trộn thêm lòng đỏ trứng gà và muối với tỷ lệ trứng = 30% so với thịt, muối = 5% so với thịt. Khuấy đều hỗn hợp trên rồi để chỗ mát 1 giờ. Đổ hỗn hợp trên vào nồi nước dùng, khuấy đều, đun sôi, hớt bọt nổi lên trên. Duy trì sôi nhỏ lửa, thỉnh thoảng lại hớt bọt tiếp. Sau đó đem lọc, ta được nước dùng trong.

Cách 2: Lấy lòng trắng trứng đánh đều rồi đổ vào nồi nước dùng bị đục. Cách này đơn giản nhất.

** Một số điều cần chú ý khi sử dụng nước dùng:*

- Nước dùng bò: chỉ sử dụng với các món chế biến từ thịt bò và xúp trong
- Nước dùng gà, lợn: được sử dụng rộng rãi với tất cả các món ăn
- Nước dùng cá: chỉ sử dụng với các món ăn chế biến từ cá và xốt ăn cùng với cá
- Nước dùng rau, củ, quả: dùng cho những người ăn kiêng và ăn chay

2. Kỹ thuật chế biến xốt

2.1. Khái quát chung

2.1.1. Khái niệm

Xốt là một loại chất lỏng, sánh vừa hoặc sánh đặc, dùng để ăn kèm hoặc trộn lẫn hoặc dội lên trên món ăn nhằm mục đích tăng mùi vị của món ăn, đồng thời làm tăng giá trị dinh dưỡng của món ăn.

Xốt giữ vai trò quan trọng trong quá trình chế biến món ăn Âu. Đặc biệt ở Pháp, các món ăn đều có kèm theo xốt.

2.1.2. Phân loại

Có nhiều cách phân loại xốt khác nhau, người ta căn cứ vào thành phần cấu tạo hoặc tính chất sử dụng của xốt để chia.

* Căn cứ vào thành phần cấu tạo, người ta chia xốt thành ba loại. Mỗi loại có một xốt gốc, từ xốt gốc có thể tạo thành nhiều loại xốt khác nhau.

- Xốt trắng: Là xốt được tạo nên từ hai thành phần cơ bản là nước dư trắng và bột xào bơ trắng. Xốt gốc là xốt trắng (Sauce Demiglace)

- Xốt nâu (đỏ): Thành từ hai thành phần cơ bản là nước dư nâu và bột xào bơ nâu. Xốt gốc là Demiglace.

- Xốt dầu, trứng: là xốt được tạo nên từ thành phần cơ bản là dầu thực vật tinh khiết. Xốt gốc là Mayonnaise.

* Căn cứ vào tính chất của món ăn, người ta chia xốt làm hai loại:

- Xốt nóng là loại xốt chuyên dùng nóng, ăn kèm các món ăn nóng. Bao gồm cả xốt trắng và xốt nâu.

- Xốt nguội chuyên dùng ăn nguội, ăn kèm với các món ăn nguội. Xốt này chủ yếu là xốt dầu dấm, xốt mayonnaise.

2.2. Nguyên liệu và các bán thành phẩm để chế biến xốt

Nguyên liệu là thực phẩm có nguồn gốc động vật, gồm các loại xương, thịt gia súc, gia cầm dùng để chế biến nước dư. Sữa và các sản phẩm của sữa như bơ, pho-mát, kem tươi, sữa tươi. Chất béo, trứng, bơ làm tăng độ sánh bóng, tăng giá trị cảm quan và giá trị dinh dưỡng của xốt.

Nguyên liệu là thực phẩm có nguồn gốc thực vật, gồm các loại rau, củ, quả, nấm tươi, dùng để nấu nước dư. Các loại bột ngũ cốc (mỳ, gạo, ngô, khoai, sắn). Chúng đóng vai trò quan trọng để tạo nên độ sánh của xốt. Bột mỳ là thành phần quan trọng tạo nên xốt nâu và xốt trắng. Dầu thực vật: dùng để chế biến xốt, xốt dầu hoặc thay thế bơ để xào bột đối với những người ăn kiêng.

Các gia vị gồm: gừng, lá thơm như nụ đinh, lá nguyệt quế, hành tỏi, mùi tàu, hạt mùi, tiêu, ớt...

Rượu, bia: thường dùng các loại rượu như vang trắng, vang đỏ, cô-nhắc, rum, làm tăng vị thơm ngon của món ăn.

Chất thơm và chất màu: ngoài những chất thơm, chất màu có sẵn trong tự nhiên, trong chế biến xốt còn sử dụng thêm các chất thơm, chất màu nhân tạo nhằm tăng mùi vị hấp dẫn của xốt.

2.3. Kỹ thuật chế biến xốt Âu cơ bản

2.3.1. Thành phần cấu tạo của xốt cơ bản

+ Bột xào bơ

Bán thành phẩm được chế biến từ bột mì và bơ, dùng tăng độ đặc sánh cho món ăn và tăng giá trị dinh dưỡng của món ăn

+ Nước dư

Nước được tiết ra từ thực phẩm trong quá trình chế biến món ăn. Được sử dụng chế biến các loại xốt hoặc làm tăng thêm giá trị dinh dưỡng, hương vị cho các món ăn.

2.3.2. Chuẩn bị làm xốt

+ Nguyên liệu

+ Dụng cụ

+ Thiết bị nhà bếp

2.3.3. Kỹ thuật chế biến bột xào bơ

a. Kỹ thuật chế biến nước dư

Nước dư là loại nước được tiết ra từ các thực phẩm sau khi hầm trong các dụng cụ đậy kín từ 2 - 4 giờ.

Thực phẩm sau khi đã sơ chế, cắt thái cho vào rán, nướng hoặc xào qua bơ (đối với thực phẩm động vật) cho vào nồi cùng với nước với tỷ lệ 1 thực phẩm/1,5-2 nước,

hầm trong dụng cụ đậy kín, có cho thêm chất thơm như lá nguyệt quế. Khi được, gạn lọc lấy nước dư. Do thành phần và kỹ thuật chế biến như trên, nước dư có hàm lượng chất dinh dưỡng cao, mùi thơm đặc trưng.

Các loại nước dư phổ biến là nước dư trắng: được chế biến từ xương, thịt của động vật có màu trắng. Xương thịt sau khi rửa sạch cắt miếng rán qua (không để tạo màu), sau cho thêm nước và các chất thơm vào dụng cụ đậy kín, hầm từ 2-4 giờ rồi gạn lọc lấy nước, bỏ bã, ta được nước dư trắng.

Ngoài ra còn có nước dư cá: được chế biến từ xương, thịt cá, lá thơm, rượu vang trắng. thời gian chế biến từ 1– 2 giờ. Nước dư rau, củ, quả: được chế biến từ các loại rau, củ có nhiều chất ngọt như su hào, cà rốt, củ cải, rau, củ sau khi đã sơ chế sạch cắt thái rồi xào qua bằng bơ hoặc dầu rồi cho vào nồi cùng với nước, hầm trong một giờ.

b. Kỹ thuật chế biến bột xào bơ

Kỹ thuật chế biến bột xào bơ trắng: được cấu tạo từ hai nguyên liệu là bột mỳ và bơ theo tỷ lệ 1:1 (Ví dụ 100 gam bơ/100 gam bột mỳ). Trong quá trình chế biến, luôn duy trì ở nhiệt độ thấp để bột chín và có mùi thơm nhưng không chuyển màu. Nhiệt độ thích hợp cho bột xào bơ trắng là 120⁰C.

Kỹ thuật chế biến bột xào bơ nâu: được tạo nên từ hai nguyên liệu là bột mỳ và bơ với tỷ lệ như bột xào bơ trắng. Trong quá trình chế biến, duy trì ở nhiệt độ cao hơn để bột thấm đều bơ, bột chín thơm và chuyển màu vàng nâu. Nhiệt độ thích hợp cho bột xào bơ nâu là 150⁰C.

2.3.4. Kỹ thuật chế biến xốt cơ bản

a. Kỹ thuật chế biến xốt trắng và xốt đỏ

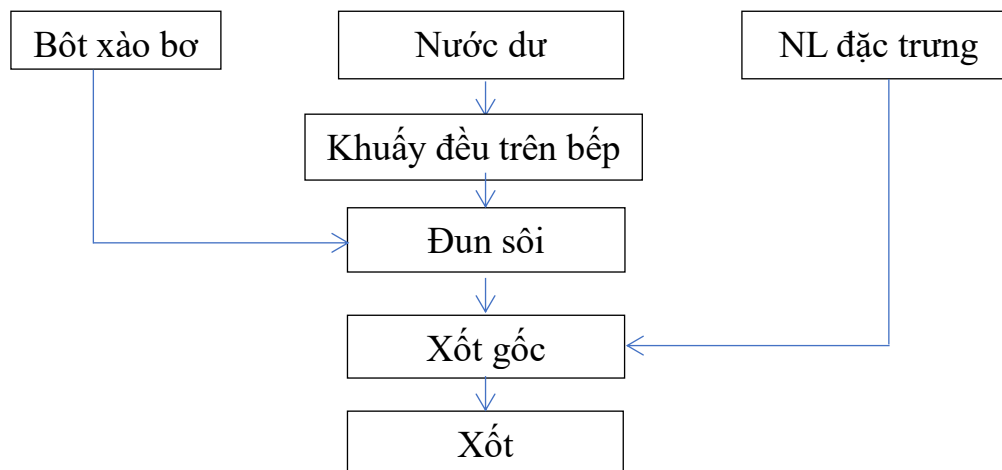
+ Nguyên liệu:

- Bột xào bơ: 100g

- Nước dư: 400g

- Nguyên liệu đặc trưng

Sơ đồ quy trình chế biến xốt



Chế biến xốt trắng: Bột mì xào bơ trắng cho từ từ nước dư trắng đun và khuấy đều trên bếp đến khi xốt đồng nhất ta được xốt gốc, từ xốt gốc này thêm các nguyên liệu đặc trưng khác có thể chế biến được nhiều loại xốt khác nhau.

b. Kỹ thuật chế biến xốt Velouté

Xốt Velouté được thực hiện bởi cách thêm Roux vào nước dùng và nấu nó trong một thời gian.

+ Nguyên liệu:

- Bơ: 0,1 kg
- Bột mỳ: 0,1 kg
- Nước dùng trắng: 1 lít
- Gia vị thơm: Nhục đậu khấu, thyme, nguyệt quế, hành tây phi thơm,...
- Tiêu, muối vừa ăn

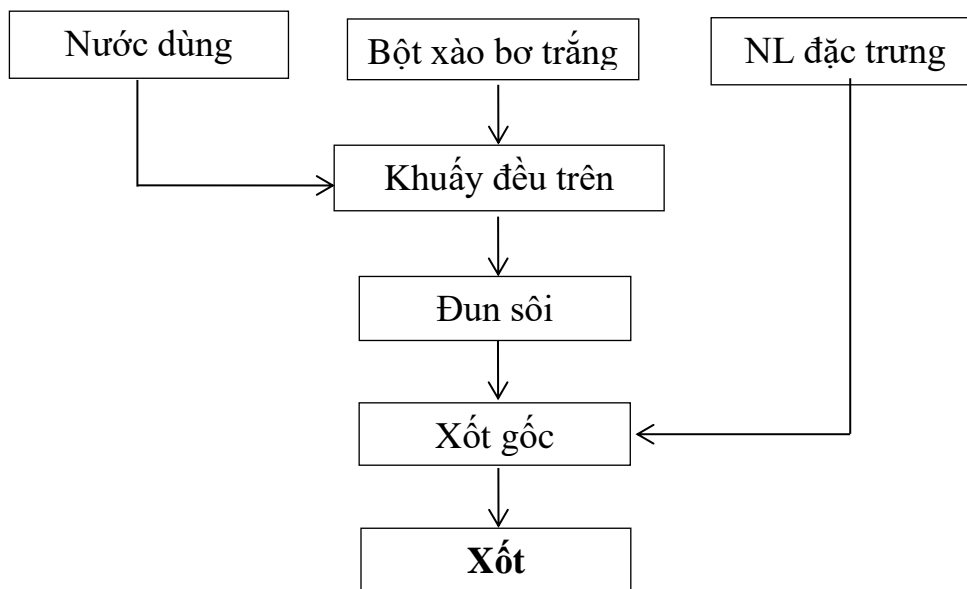
➔ Thành phần cơ bản: Bột xào bơ trắng và nước dùng trắng

+ Quy trình chế biến:

- Chế biến bột xào bơ trắng

- Chế biến xốt trắng: Cho bột mỳ xào bơ đun nóng, cho từ từ nước dùng trắng vào khuấy đều, gia vị thơm cho chung vào túi lọc buộc lại, cho vào nấu cùng. Đun khoảng 20-30 phút với lửa vừa, vừa đun vừa nhấc gói gia vị thơm cho ngập xốt. Thêm tiêu, muối vừa ăn, đun nhỏ lửa (khoảng 15 phút) đến khi xốt sánh. Có thể thêm rượu vang trắng để xốt thơm hơn.

Sơ đồ quy trình kỹ thuật chế biến xốt trắng



+ Yêu cầu thành phẩm:

- Xốt có màu trắng
- Vị thơm, ngậy béo
- Trạng thái sánh mượt, đồng nhất

+ Ứng dụng: Sốt velouté gà nếu thêm kem thì sẽ thành sốt Suprême; sốt velouté bê nếu thêm lòng đỏ trứng gà và kem sẽ thành sốt Allemande và nếu sốt velouté cá thêm rượu vang trắng kèm sẽ thành sốt rượu vang trắng. Và còn nhiều loại nước sốt khác được ra đời từ sốt velouté: sốt Normandy, sốt Bercy, sốt Hungarian, sốt nấm, sốt tôm,...

c. Kỹ thuật chế biến xốt Béchamel

+ Nguyên liệu:

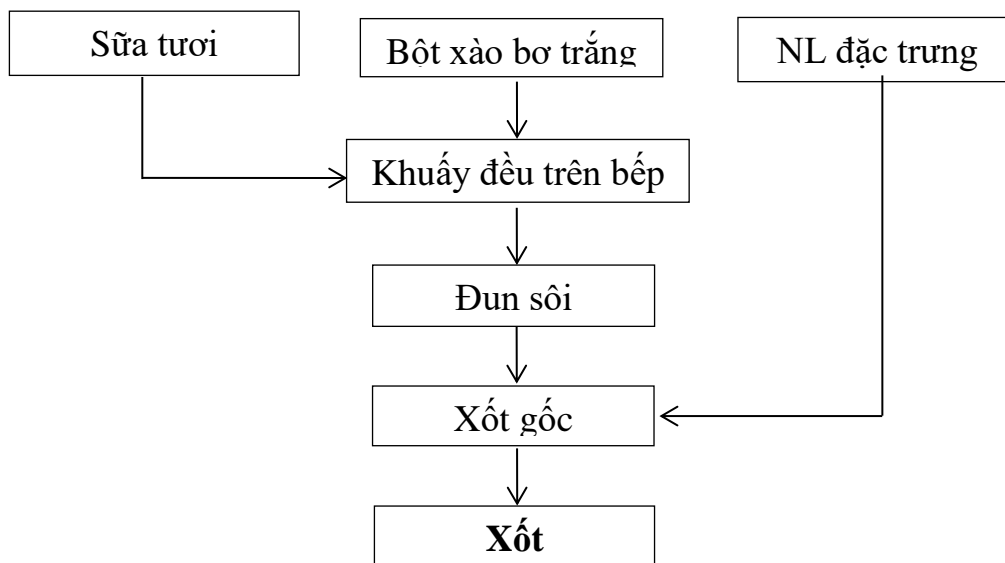
- Bơ: 0,1 kg
- Bột mỳ: 0,1 kg
- Sữa tươi: 1 lít
- Tiêu, muối vừa ăn

➔ Thành phần cơ bản: Bột xào bơ trắng và sữa tươi

+ Quy trình chế biến:

- Chế biến bột xào bơ trắng
- Chế biến xốt trắng: Cho bột mỳ xào bơ đun nóng, cho từ từ sữa tươi vào khuấy đều, thêm tiêu, muối vừa ăn, đun nhỏ lửa (khoảng 15 phút) đến khi xốt sánh.

Sơ đồ quy trình kỹ thuật



+ Yêu cầu thành phẩm:

- Xốt có màu trắng
- Vị thơm, ngậy béo
- Trạng thái sánh mượt, đồng nhất

+ Ứng dụng:

Chế biến xốt: sauce Persil (xốt rau mùi), sauce aux oeufs (xốt trứng), sauce aux oignons (xốt hành), sauce crème (xốt kem), ... phù hợp với các loại mỳ ý, hải sản, thịt có màu trắng (thịt lợn, gà, cá,...)

d. Kỹ thuật chế biến xốt Demi-glace

+ Nguyên liệu:

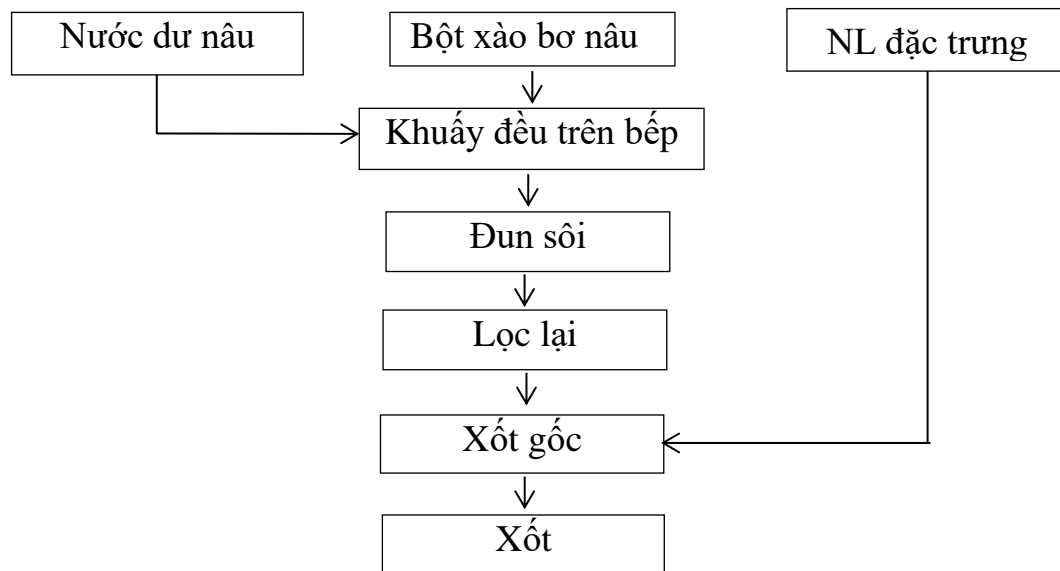
- Bơ: 0,1 kg
- Bột mỳ: 0,1 kg
- Nước dư nâu: 1 lít
- Tỏi tây: 50g
- Hành tây: 100g
- Cà chua nghiền: 50g
- Cà rốt: 50g
- Tiêu, muối vừa ăn

➔ Thành phần cơ bản: Bột xào bơ nâu và nước dư nâu

+ Quy trình chế biến:

- Chế biến nước dư nâu
- Chế biến bột mỳ xào bơ nâu: Thêm hành tây, cần tây, cà rốt để tăng thêm màu sắc và hương vị
- Chế biến sốt Demi-glace:
 - Cho nước dư nâu vào bột mỳ xào bơ nâu và đun sôi nhẹ đến khi sốt sánh mịn
 - Mang lọc, nêm vừa vị và đun sôi lại

Sơ đồ quy trình kỹ thuật chế biến sốt Demi – Glace



+ Yêu cầu thành phẩm:

- Sốt có màu nâu
- Mùi thơm đặc trưng của bột xào bơ, vị ngọt của xương thịt, rau củ
- Trạng thái sánh mượt, đồng nhất

+ Ứng dụng:

Chế biến sốt: Bordelaise, Madeira, Marchand de vin, Diable, ... phù hợp với các món sử dụng các loại thịt màu sẫm, mùi nồng (thịt bò, cừu, dê,...)

Ví dụ: Từ sốt trắng (Bechamel) thêm vàng sữa được sốt sữa, thêm cà chua được sốt hồng...

Chế biến sốt đỏ: Dùng bột xào bơ nâu và nước dư nâu đun và khuấy đều trên bếp, sốt sánh đồng nhất ta được sốt gốc, thêm nguyên liệu đặc trưng vào được sốt mới. Ví dụ: Thêm nấm → sốt nấm...

Cách chế biến xốt cá: Tương tự cách chế biến xốt trắng và xốt đỏ, thay nước dư trắng, nâu bằng nước dư cá. Nguyên liệu đặc trưng của cá là rượu vang trắng, nước dưa chua, tỏi, thì là, nấm hương, hành khô...

e. Chế biến xốt dầu

Xốt gốc của xốt dầu là xốt mayonnaise. Xốt này được sử dụng rộng rãi trong các món thủy sản, rau, thịt ở trạng thái nguội. Xốt dầu dùng để trộn, phết hay làm gia vị để chấm các món khác. Về cấu tạo xốt dầu là một hỗn hợp đặc quánh, màu trắng ngà, hệ nhũ tương, được tạo thành theo kiểu dầu phân tán trong môi trường nước, trứng đóng vai trò nhũ tương hóa, góp phần tạo hương vị cho xốt. Chế biến xốt mayonnaise quan trọng nhất là tạo ra được hệ nhũ tương đồng nhất, bền vững, ổn định.

Nguyên liệu (tính theo tỉ lệ khối lượng):

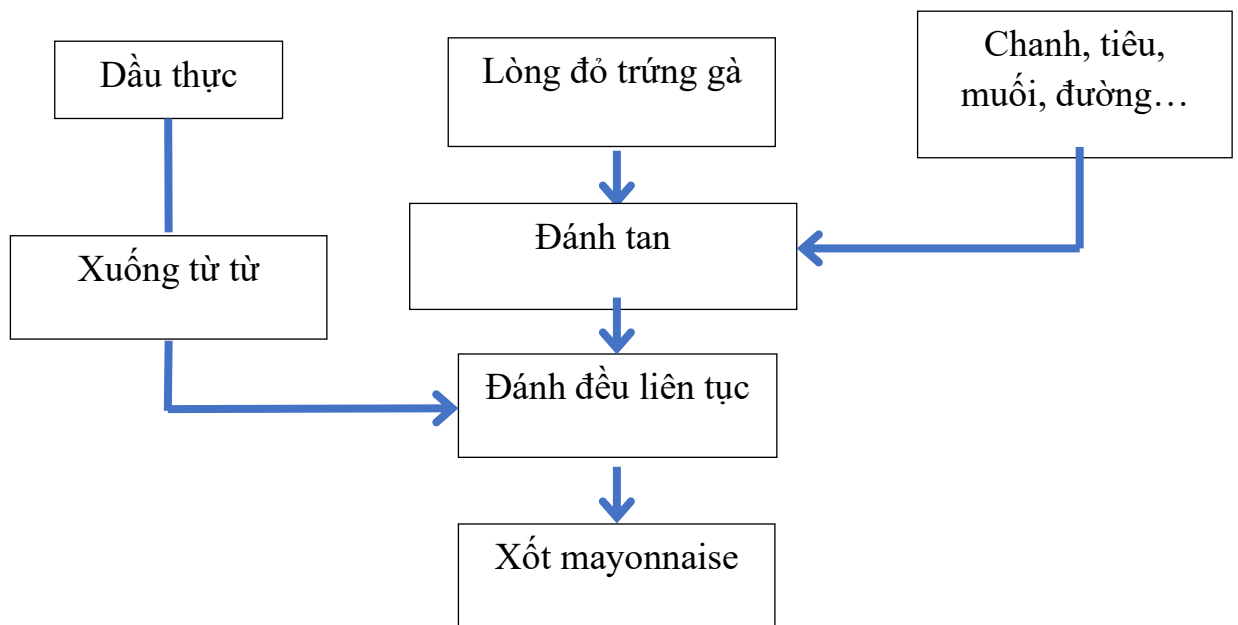
- Dầu thực vật: 100%
- Nước chanh (dầm): 5 - 6%
- Lòng đỏ trứng: 15%
- Muối tinh: 1,5 - 2%
- Tiêu: 0,2%

Chuẩn bị dụng cụ sạch, phới Inox hoặc máy đánh trứng. Cho lòng đỏ trứng gà vào dụng cụ đựng cùng với muối, chanh. Dùng phới đánh đều tay, vừa đánh vừa cho $\frac{1}{2}$ dầu vào. Khi xốt dầu đã cứng từ từ cho số dầu còn lại vào khi thấy nặng tay thì cho thêm nước dư chanh. Tiếp tục đánh cho đến khi xốt đặc quánh, mượt, màu trắng ngà là được.

Yêu cầu thành phẩm:

- Màu trắng ngà
- Vị ngậy, chua mát
- Mùi thơm
- Trạng thái: Đặc quánh, không vữa

Sơ đồ quy trình chế biến xốt mayonnaise



2.4. Kỹ thuật chế biến xốt trong (xốt Á)

2.4.1. Nguyên liệu

- Nước dùng
- Chất điều vị: Muối, mắm, mì chính, xì dầu, đường,
- Gia vị: giấm, tiêu, ớt, hành, tỏi,...
- Nguyên liệu tạo độ sánh: bột đao, bột năng, bột sắn, tinh bột,...

2.4.2. Quy trình

Nước dùng đun sôi, nêm vừa gia vị, tùy từng món ăn cụ thể mà sử dụng các nguyên liệu, gia vị thích hợp

Bột đao hoà vào nước lạnh, lọc sách tạp chất, rót từ từ, vừa rót vừa khuấy đều đến khi xốt sánh vừa.

Một số loại xốt được tạo thành từ các thành phần nước chấm đặc trưng được tạo sánh bằng bột năng, tinh bột bắp, tinh bột khoai tây hoặc một loại tinh bột phù hợp.

2.4.3. Ứng dụng

- Dùng làm nước chấm cho các món tẩm bột chiên, rán: tôm bao bột rán, đùi ếch tẩm bột rán, mực chiên,... chấm với xốt chua cay mặn ngọt
- Dùng trộn lẫn với món ăn: Bò xào cần tỏi, gà xào có xốt trộn kèm xốt tương, xì dầu, mắm, tiêu
- Dội lên món ăn: Gà rán xốt chanh, cá xốt chanh dây,...
- Xốt còn có thể được nấu cùng món ăn để món ăn ngấm vị hơn: Cá xốt ngũ liễn, đậu phụ xốt cà chua...

2.5. Những điều cần chú ý khi chế biến và sử dụng xốt

- Phải nắm vững công thức và quy trình chế biến của từng loại xốt cụ thể
- Trong chế biến xốt Á, bột đao phải được hoà với nước lạnh và xuống từ từ, vừa xuống vừa khuấy liên tục để tránh xốt bị vón, bị đặc
- Với các loại xốt có rượu, thời gian nấu phải đảm bảo để rượu bay hơi hết mới mang ra khỏi bếp.
- Chỉ điều chỉnh độ sánh của xốt Âu bằng nước dư hoặc bột xào bơ trong quá trình chế biến nhiệt.
- Phải sử dụng đúng tính chất của xốt và phù hợp với món ăn.

Xốt nóng ăn kèm các món nóng, xốt nguội ăn kèm các món nguội, không sử dụng lẫn lộn. Loại xốt dùng cho món ăn nào phải dùng đúng cho món ăn đó, không dùng loại xốt này cho món ăn khác.

3. Kỹ thuật chế biết xúp

3.1. Khái quát chung về xúp

3.1.1. Khái niệm

Xúp là món ăn có trạng thái lỏng, sánh hoặc đặc sánh nhưng nước luôn chiếm tỉ lệ cao, xúp có hương vị thơm ngon hấp dẫn gây kích thích sự thèm ăn. Trong món xúp, thực phẩm gồm nhiều loại xương thịt, rau củ quả khác nhau được hầm kỹ chín mềm, giàu hương vị, chất dinh dưỡng, dễ tiêu hoá và bổ dưỡng cho sức khỏe.

Xúp là món ăn khai vị đặc biệt mở đầu cho bữa chính. Xúp có hương vị thơm ngon giúp kích thích sự thèm ăn, có hàm lượng các chất cao, mềm dễ tiêu nên có giá trị dinh dưỡng cao.

3.1.2. Phân loại

+ Xúp trong (Potage clair): Nhóm này gồm:

- Nước dùng trắng (Consommé blanc): Nước dùng được nấu từ xương, thịt lợn, gà, vịt có kèm theo các gia vị thơm như nguyệt quế, cần, tỏi tây, cà rốt, hành tây,... Nước dùng trắng được coi là xúp trong hoặc để chan vào các món thêm nước như mì sợi, gạo tấm, rau,...nấu thành các món ăn khác

- Nước dùng trong đặc biệt (Consommé clarifié): Là loại nước dùng trắng được nâng cao chất lượng bằng cách dùng chất khử đặc biệt để lọc; đồng thời làm tăng thêm chất hoà tan vào nước dùng và được coi là một món xúp trong để ăn trực tiếp như món khai vị hoặc để chan vào các thức đệm khác như mì sợi, thịt viên bọc bột, trứng hấp,...

- Nước dùng lạnh (Consommé froid): Là nước dùng trong đặc biệt cho thêm các chất thơm mạnh, đem ướp lạnh. Loại xúp này dùng trong các bữa ăn, bữa tiệc chiêu đãi nguội. Khi ăn xúp được đựng trong những tách nhỏ

- Nước dùng có chất đậm đi kèm (Consommé garni): Nước dùng trắng nấu với một số thực phẩm đi kèm như gạo, tấm, trứng hấp, rau củ cắt mỏng, fromage nạo nhỏ.

+ Xúp đặc (Potage lies): Nhóm này bao gồm 4 loại xúp nghiền (Potage purée) và xúp đặc có kem (Potage crème)

- Xúp nghiền: Là loại xúp được nấu từ các loại rau, củ, quả có chứa nhiều tinh bột như khoai tây, đậu quả, đậu hạt,... chín mềm rồi đem nghiền nát, lọc bỏ bã, trường hợp chưa đạt độ sánh có thể thêm bột xào bơ trắng.

Khi sử dụng các loại xúp này có thể thêm bơ, kem tươi, sữa tươi,... có thể ăn kèm với bánh mì thái hạt lựu, nướng giòn (Croûton)

- Xúp đặc có kem: Là loại xúp được nấu từ thịt (bò, lợn, gà, cá) với các loại rau củ, đem nghiền nhỏ, lọc bỏ bã, có dùng thêm sốt trắng để tạo độ sánh. Trước khi nấu chín thường cho kem tươi, lòng đỏ trứng gà, bơ tươi hoặc ... thường đi kèm giò sống, tapioca hoặc Croûton

+ Xúp sữa: Là loại xúp được nấu từ sữa tươi hoặc sữa pha chế, các thức đậm phổ biến là tấm và các sản phẩm từ bột. Xúp sữa có 3 loại:

- Xúp sữa nấu với các loại tấm, hạt

- Xúp sữa nấu với rau

- Xúp sữa nấu với quả tươi hoặc khô

+ Xúp chua: Là xúp đặc trưng của người Nga được nấu từ một số loại thịt tươi, thịt hun khói, lưỡi, tim, gam, xúc xích... có thêm rau thơm, thì là, hành.

3.2. Nguyên liệu chế biến xúp

3.2.1. Nguyên liệu là thực phẩm động vật

Các loại xương, thịt gia súc, gia cầm (xương thủ không nên sử dụng vì có mùi hôi), xương cá, nước luộc thủy hải sản khác dùng để làm nước dùng. Các loại thịt động vật, thủy hải sản và sản phẩm của thịt như thịt hun khói, thịt muối, jambon, xúc xích, tạo thành phần cái trong món ăn. Sữa và các sản phẩm của sữa: bơ, pho mát, kem tươi tạo mùi thơm, vị béo ngậy tự nhiên và màu trắng sáng.

Lòng đỏ trứng gà tạo màu vàng tươi, tăng giá trị cảm quan và giá trị dinh dưỡng.

3.2.2. Nguyên liệu là thực phẩm thực vật

Các loại rau, củ, quả tươi, các chế phẩm từ rau, củ, quả như dưa chuột dầm dấm, bắp cải muối, nấm hộp, ngô hộp.

3.3. Dụng cụ đựng xúp

- Các loại âu xúp

- Đĩa sâu lòng, tách, liễn

3.4. Kỹ thuật chế biến xúp

3.4.1. Kỹ thuật chế biến xúp Âu

a. Xúp trong

Kỹ thuật chế biến xúp trong chính là kỹ thuật chế biến nước dùng vì nước dùng là thành phần chủ yếu cấu tạo nên xúp và cũng là nguyên liệu chế biến nên một số món ăn khác. Xúp trong có thể được nấu từ nguyên liệu động vật hoặc nguyên liệu thực vật.

+ Chế biến xúp trong từ nguyên liệu động vật:

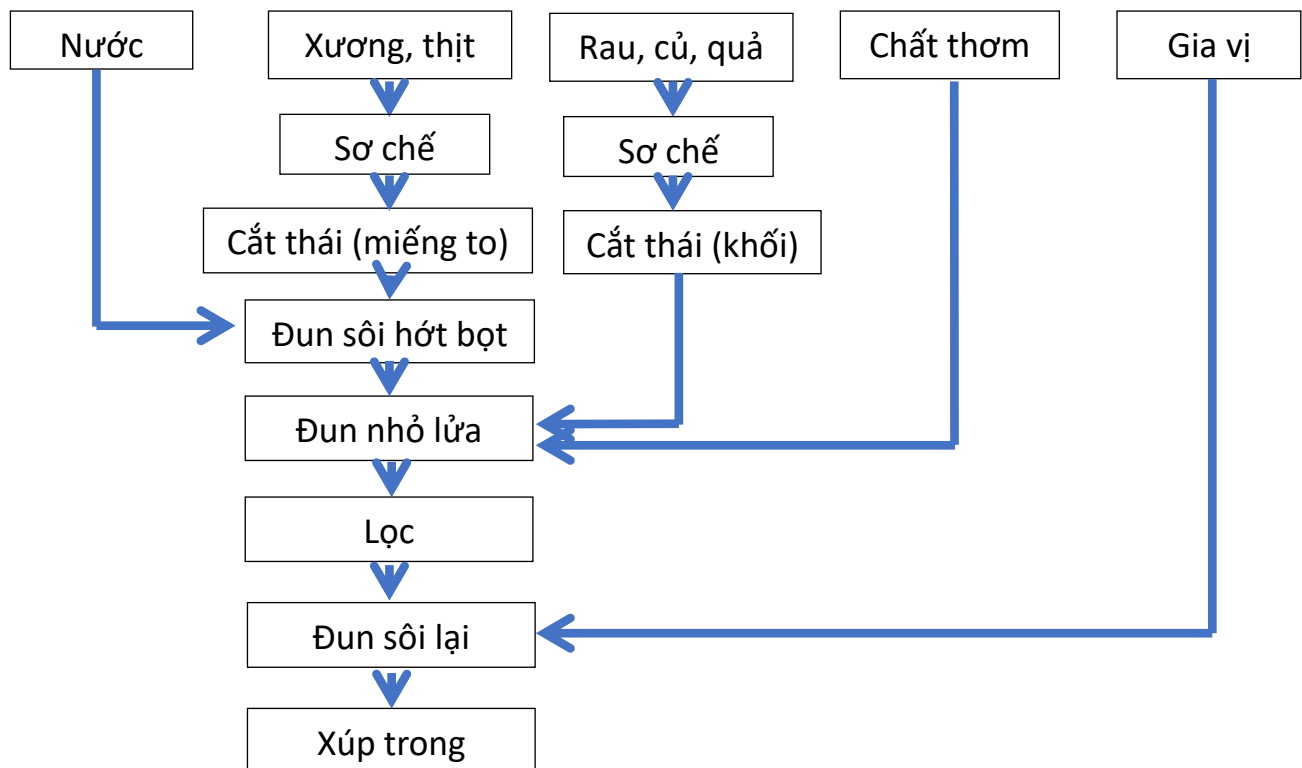
Xương, thịt: 100%

Nước: 300 – 400%

Muối, chất thơm (lá nguyệt quế, cần, tỏi...)

Xương, thịt chọn phần ít béo, rửa thật sạch để hạn chế chất bẩn tiết vào xúp. Thời gian nấu tương tự như nấu nước dùng. Tuyệt đối không khuấy đảo trong quá trình nấu. Các chất thơm cho vào để tạo cho xúp có mùi thơm đặc trưng và chỉ cho vào khi kết thúc quá trình ninh nấu 25 – 60 phút.

Sơ đồ quy trình nấu xúp trong



Yêu cầu chất lượng: Xúp phải trong, không có váng mỡ, màu sắc phải phù hợp với nguyên liệu chính.

Ứng dụng: Nước dùng trắng được dùng như là xúp trong hoặc dùng làm thành phần nước cho các món xúp có mỳ sợi, gạo, tấm, rau.

+ Xúp trong đặc biệt: Nước dùng được nâng cao chất lượng bằng cách dùng hỗn hợp chất khử đặc biệt để khử cho nước dùng được trong hơn đồng thời làm tăng thêm giá trị dinh dưỡng và hương vị thơm ngon hơn, trong hơn, cao cấp hơn.

Công thức:

Nước dùng: 1 lít

Thịt bò (thái, xay): 200g

Rau gia vị thơm: 100g

Lòng trắng trứng gà: 2 cái

Quy trình: tãi cắt lá thành khúc rồi bó lại thành bó; các loại rau gia vị còn lại thái vát mỏng nhỏ. Thịt bò nạc xay hoặc băm nhỏ rồi bóp, trộn kỹ với lòng trắng trứng gà, muối, rau gia vị (đã thái mỏng). Hoà trộn hỗn hợp thịt bò, rau với 250ml nước dùng trong cái xoong dày quáy đều, để chỗ mát một giờ. Đổ hết lượng nước dùng còn lại vào quáy đều thành vòng tròn rồi đặt lên bếp đun sôi 5-10 phút. Hãm nhỏ lửa tiếp từ 1,5 - 2 giờ. Mang ra khỏi bếp thật nhẹ nhàng rồi hớt vớt. Múc nước ra lọc qua lớp vải muslin hai lớp rồi tiếp tục lọc chất béo bằng giấy lọc chuyên dùng.

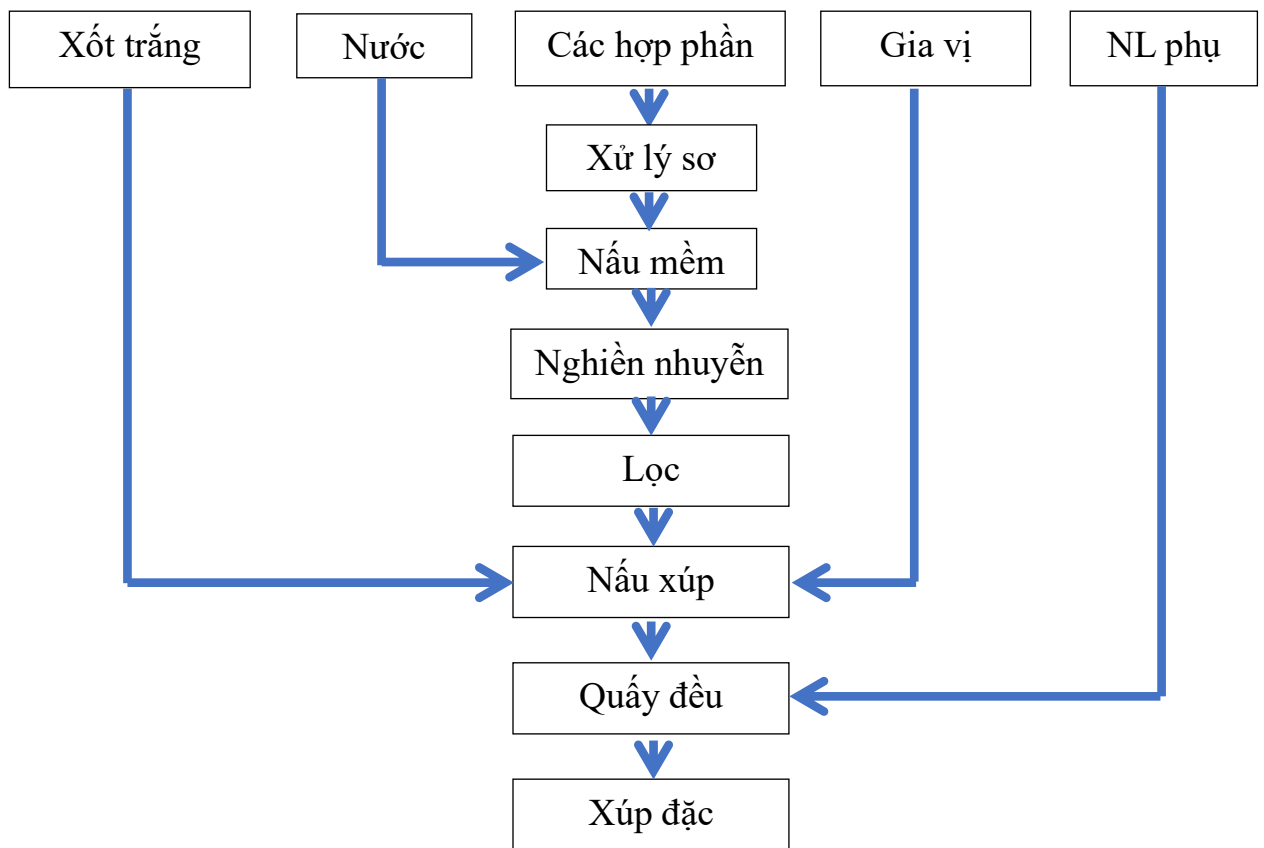
Yêu cầu cảm quan: Nước dùng trong vớt không một chút gợn, vẩn, màu nâu hổ phách, mùi thơm, vị ngon ngọt đặc biệt và không có vẩn mỡ.

b. Xúp đặc

Xúp đặc là loại xúp có độ sánh đặc đồng nhất, được chế biến từ thực phẩm nấu chín đem nghiền mịn nấu với nước dùng, sữa tươi. Nếu dùng các loại nguyên liệu thực phẩm có ít chất bột thì phải nấu kèm với các nguyên liệu có nhiều chất bột như gạo, tấm, bột mỳ. Thường cho thêm các loại nguyên liệu phụ như lòng đỏ trứng gà, kem tươi, pho-mát để làm tăng độ sánh cho xúp. Xúp đặc ăn kèm với bánh mỳ thái hạt lựu bỏ lò hoặc ít cơm trắng.

Các loại rau, nấm sơ chế, cắt thái xào qua bơ. Các loại đậu hạt, gạo, tấm ngâm nở hoặc vo đãi sạch, để ráo. Thịt thái miếng hoặc băm nhỏ. Sau khi các hợp phần được nấu chín, nghiền nhuyễn rồi đun sôi lại, muốn xúp có độ sánh đồng nhất thường cho thêm bột xào bơ trắng và sữa hoặc nước dùng vào đun lại. Các nguyên liệu phụ cho vào làm tăng mùi vị đậm đặc cho xúp.

Sơ đồ quy trình chế biến xúp đặc



3.4.2. Kỹ thuật chế biến xúp Á

Xúp Á hay còn gọi là các món “dùng”

+ nguyên liệu:

- Các loại xương thịt gia súc, gia cầm, thủy - hải sản dùng để nấu nước dùng, các loại thịt dùng làm nguyên liệu nấu xúp

- Nguyên liệu nguồn gốc thực vật: Một số loại rau củ như bắp cải, su hào, cà rốt, ngô non, nấm hương, hạt sen,...

- Nguyên liệu tạo độ sánh: Chủ yếu là dùng bột đao, bột sắn, tinh bột.

- Trứng gà làm tăng độ sánh, tăng giá trị dinh dưỡng, giá trị cảm quan cho xúp

- Gia vị: các chất điều vị như muối, đường, chanh, tiêu, mắm, mì chính, gừng, rau răm, lá chanh,...

+ Quy trình chế biến:

- Nước dùng: Được nấu tương tự như chế biến xúp Âu

- Các nguyên liệu khác được xử lý cụ thể: Thịt lợn, gà luộc chín, thái chỉ; giò lụa thái chỉ; lươn luộc chín, gỡ thịt, xé nhỏ; cua bể luộc chín gỡ lấy thịt, xé nhỏ.... Nấm hương rửa sạch, ngâm nở, thái chỉ; hạt sen ngâm mềm, luộc bỏ; lá chanh thái chỉ; bột đao hoà nước lạnh, lọc bỏ tạp chất; trứng gà đập ra bát, đánh tan...

- Đun sôi nước dùng, cho các loại thịt, nấm... vào đun sôi lại, nêm vừa ăn. Xuống từ từ bột đao cho tới khi xúp sánh vừa. Xuống tiếp trứng sao cho tạo thành các sợi vân mảnh, không vụn nát, phân bố đều trong bát xúp. Múc xúp ra bát ăn nóng với hạt tiêu, lá chanh,...

- Yêu cầu: Xúp trong, nguyên liệu phân bố đều, đẹp, mùi thơm đặc trưng của từng loại xúp, vị ngon ngọt, độ sánh vừa phải.

❖ TÓM TẮT CHƯƠNG 3

Trong chương này, một số nội dung chính được giới thiệu:

- Các vấn đề cơ bản và kỹ thuật chế biến nước dùng
- Kỹ thuật chế biến xốt
- Kỹ thuật chế biến xúp

❖ CÂU HỎI VÀ TÌNH HUỐNG THẢO LUẬN CHƯƠNG 3

1. Phân biệt các kỹ thuật chế biến nước dùng Á, Âu
2. Nêu quy trình chế biến một số loại xốt gốc trong xốt Âu
3. Nêu những điểm đặc trưng trong phương pháp chế biến xúp Á và Âu

Câu hỏi thảo luận: Tìm và phân tích một quy trình chế biến một loại xốt Âu đặc trưng từ các loại xốt gốc đã học.

Chương 3: KỸ THUẬT CHẾ BIẾN MÓN ĂN TỪ LƯƠNG THỰC

❖ GIỚI THIỆU CHƯƠNG 3

Chương 3 là chương giới thiệu về các kỹ thuật cơ bản trong chế biến món ăn từ lương thực. Nội dung chương 3 giúp người học có thể nhận biết chính xác về đặc điểm nguyên liệu và quy trình chế biến một số món ăn từ lương thực; giải thích được một số trường hợp xảy ra trong quá trình chế biến. Vận dụng kiến thức vào thực hành chế biến món ăn từ lương thực đảm bảo quy trình, kỹ thuật, thao tác, thời gian quy định.

❖ MỤC TIÊU CHƯƠNG 3

Sau khi học xong chương này, người học có khả năng:

➤ Về kiến thức:

- Nhận biết được đặc trưng của nhóm nguyên liệu là lương thực
- Trình bày và phân biệt được các loại nguyên liệu, các quy trình chế biến phù hợp với từng phương pháp chế biến và loại lương thực
- Nhận thức đầy đủ về các quy trình kỹ thuật chế biến các món cơm, xôi, cháo, phở, bún, các loại chè ngọt

➤ Về kỹ năng:

- Vận dụng được các quy trình kỹ thuật để chế biến các món cơm, xôi, cháo, phở, bún, các loại chè ngọt theo yêu cầu
- Phân tích, đánh giá được các thao tác kỹ thuật khi phối hợp nguyên liệu, gia vị trong chế biến món ăn

➤ Về năng lực tự chủ và trách nhiệm:

- Ý thức được tầm quan trọng và ý nghĩa thực tiễn các phương pháp chế biến các loại món ăn đặc trưng cho các loại lương thực cụ thể
- Cân nhắc đưa ra lựa chọn phương pháp chế biến thích hợp với nguyên liệu được chỉ định.
- Tuân thủ nội quy, quy định nơi học tập và làm việc.

❖ PHƯƠNG PHÁP GIẢNG DẠY VÀ HỌC TẬP CHƯƠNG 3

- Đối với người dạy: sử dụng phương pháp giảng dạy tích cực (diễn giảng, vấn đáp, dạy học theo vấn đề); yêu cầu người học thực hiện câu hỏi thảo luận và bài tập chương 3 (cá nhân hoặc nhóm).
- Đối với người học: chủ động đọc trước giáo trình (chương 3) trước buổi học; hoàn thành đầy đủ câu hỏi thảo luận và bài tập tình huống chương 3 theo cá nhân hoặc nhóm và nộp lại cho người dạy đúng thời gian quy định.

❖ ĐIỀU KIỆN THỰC HIỆN CHƯƠNG 3

- **Phòng học chuyên môn hóa/nhà xưởng:** Không
- **Trang thiết bị máy móc:** Máy chiếu và các thiết bị dạy học khác

- **Học liệu, dụng cụ, nguyên vật liệu:** Chương trình môn học, giáo trình, tài liệu tham khảo, giáo án, phim ảnh, và các tài liệu liên quan.
- **Các điều kiện khác:** sử dụng một số sản phẩm trực quan như một số loại gia vị ít gặp, dễ nhầm,... giúp người học dễ dàng nhận biết và phân biệt tốt hơn.

❖ KIỂM TRA VÀ ĐÁNH GIÁ CHƯƠNG 3

- **Nội dung:**
 - ✓ Kiến thức: Kiểm tra và đánh giá tất cả nội dung đã nêu trong mục tiêu kiến thức
 - ✓ Kỹ năng: Đánh giá tất cả nội dung đã nêu trong mục tiêu kỹ năng.
 - ✓ Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Trong quá trình học tập, người học cần:
 - + Nghiên cứu bài trước khi đến lớp
 - + Chuẩn bị đầy đủ tài liệu học tập.
 - + Tham gia đầy đủ thời lượng môn học.
 - + Nghiêm túc trong quá trình học tập.
- **Phương pháp:**
 - ✓ **Điểm kiểm tra thường xuyên:** 1 điểm kiểm tra (hình thức: thuyết trình nhóm)
 - ✓ **Kiểm tra định kỳ lý thuyết:** không có

❖ NỘI DUNG CHƯƠNG 3

1. Cơm

Đối với Việt Nam và một số nước châu Á, cơm giữ vị trí chủ đạo trong văn hóa ẩm thực, là đồ ăn chính hàng ngày và được coi là nguồn cung cấp năng lượng cơ bản cho người Việt từ hàng ngàn năm nay.

1.1. Nguyên liệu

Nguyên liệu chính để nấu cơm có hai loại: gạo thường hay còn gọi là gạo tẻ và gạo nếp. Những loại gạo thường được biết đến nhiều là gạo Hải Hậu, Điện Biên, Đồng Tháp... loại gạo nếp ngon là nếp cái hoa vàng. Gạo tẻ thường được dùng để nấu các bữa ăn chính còn gạo nếp được dùng cho các bữa điểm tâm hoặc làm các món tráng miệng như bánh cốm, bánh dày...

Ngoài ra nguyên liệu chế biến cơm còn có gạo nếp cẩm và gạo lứt chủ yếu dùng làm rượu để uống trong các bữa ăn. Để nấu cơm người ta dùng nước thường. Nhưng đôi khi nước có thể được thay thế bằng nước dừa, nước dùng gà... để có thêm hương vị. Nguyên liệu phụ khác dùng để phối hợp với cơm, tạo nên các loại cơm khác nhau như: trứng gà, Lạp xưởng, giò chín, thịt gà, cà rốt, hành tây... cho món cơm rang thập cẩm...

Nguyên liệu chế biến cơm Âu gồm: bơ, sốt cà chua, và các nguyên liệu nấu kèm như nấm, các loại hạt, rau củ, thịt,...

1.2. Quy trình chế biến

1.2.1. Quy trình chế biến cơm Á

Gạo vo, đãi sạch để khoảng 15 phút cho gạo ngấm và ráo nước. Nước đun sôi rồi cho gạo vào, lượng nước phụ thuộc vào lượng gạo, giống gạo và yêu cầu thành phẩm sau khi nấu. Không chắt nước trong quá trình nấu (trừ cơm nếp) và hạn chế việc mở vung hoặc đảo trộn nhằm hạn chế tổn thất dinh dưỡng, vitamin. Cơm cạn nước thì giảm cường độ cấp nhiệt để cơm chín, không bị cháy.

*** Yêu cầu thành phẩm**

Màu sắc: Cơm chín màu trắng đều

Mùi, vị: Mùi thơm đặc trưng của từng loại gạo, không khô, khét.

Trạng thái: hạt cơm dẻo, nguyên hạt, săn, không sống, không bết.

*** Ứng dụng**

Từ cơm trắng đem rang phối hợp với một số thực phẩm khác như trứng gà, Lạp sườn, thịt (gà, bò...) và các loại củ quả sẽ được các món cơm rang khác nhau như: cơm rang Dương Châu, cơm rang thập cẩm... có thể phối hợp nấu cơm với một số nguyên liệu khác như nước dừa, thịt gà, nấm, cà rốt, các gia vị như muối, tiêu, mì chính...bằng cách thức khác nhau sẽ có được nhiều món cơm khác nhau như: cơm nước dừa, cơm gà...

Hiện nay một số nhà hàng có món cơm niêu, và trở thành một món ăn đặc sản. Cơm niêu cổ truyền là nấu bằng niêu đất và bếp củi hoặc rơm. Nồi đất trước khi nấu được cho nước chè xanh đậm đặc, đun sôi rồi vớt ra phơi khô rồi mới dùng vào nấu cơm niêu. Khi nấu cho gạo và nước vào niêu sao cho khi nấu cơm chín nở đầy niêu, vung được buộc chặt, lật ngược vung và vẩy trên than hồng rồi xoay các chiều cho bên than. Khi thưởng thức chỉ việc gõ nhẹ cho niêu vỡ ra, chỉ còn lại phần cơm lớp ngoài sém vàng, thơm phức.

Tuy nhiên, ngày nay cách nấu cơm của các nhà hàng không làm cầu kì như vậy. Để nấu được số lượng lớn cơm niêu thì người ta nấu bằng lò nướng thay vì nấu trên than củi.

1.2.2. Quy trình chế biến cơm Âu

Gạo sau khi được vo đãi sạch, cho vào nồi, xào cùng bơ cho đến khi hạt gạo trong, thêm nước xấp xấp, đun nhỏ lửa cho đến khi cơm chín. Để tạo thêm màu sắc và hương vị có thể trộn thêm tương cà

Đối với các loại cơm kèm nguyên liệu đặc trưng, các nguyên liệu được xử lý cụ thể sau đó được trộn cùng gạo và xào với bơ, cho thêm chút nước, nấu nhỏ lửa đến khi chín.

1.3. Yêu cầu cảm quan

Hạt cơm chín mềm, không vỡ, nát

Màu sắc đặc trưng của nguyên liệu

Vị ngậy béo của bơ, ngọt của gạo và nguyên liệu nấu cùng

1.4. Ứng dụng

Ứng dụng phổ biến trong chế biến các món cơm gia đình, các món cơm trắng và cơm nấu độn các loại hạt và nguyên liệu phụ trong các nhà hàng Á, Âu

Các món cơm Á:

- Cơm trắng ăn kèm thức ăn mặn của người Việt,
- Cơm cuộn, cơm trộn của người Hàn
- Cơm nắm, cơm độn của người Nhật

Các món cơm Âu:

- Teurgoule
- Ghapama
- Olleta alicantina
- Risotto
- Gamopilafo...

2. Xôi

Xôi là món ăn được chế biến từ gạo nếp dùng làm bữa ăn phụ, món ăn trong tiệc cưới hay thay cơm làm bữa chính đối với một số dân tộc thiểu số.

2.1. Nguyên liệu

Nguyên liệu chính để nấu xôi là gạo nếp, có nhiều loại gạo nếp khác nhau, ngon nhất là nếp cái hoa vàng hạt có màu trắng đục, hơi tròn to, mùi thơm đặc trưng của nếp. Thực phẩm thực vật để nấu xôi là các loại hạt như: đỗ xanh, đỗ đen, lạc, ngô... các loại củ, quả như: khoai, sắn, gấc... Nguyên liệu động vật như: thịt gà, thịt chim, giò... được dùng để nấu các loại xôi khác nhau.

Gia vị cho các món xôi thường là muối dùng để xóc gạo trước khi nấu và gia vị ngọt, gia vị béo cho một số món xôi đặc trưng.

2.2. Cách làm

2.2.1. Cách nấu xôi trắng

2.2.2. Xôi nấu lẫn thực phẩm thực vật, động vật

Gạo cũng được ngâm, đãi như xôi trắng, các loại đậu ngâm, đãi sạch vỏ hoặc nấu chín, các loại củ giàu tinh bột gọt vỏ rửa sạch, cắt miếng đều trộn lẫn với gạo nếp đã ngâm rồi đem hấp chín.

Gạo cũng được ngâm, đãi như xôi trắng, các loại đậu ngâm, đãi sạch vỏ hoặc nấu chín, các loại củ giàu tinh bột gọt vỏ rửa sạch, cắt miếng đều trộn lẫn với gạo nếp đã ngâm rồi đem hấp chín.

Trường hợp dùng nước cốt dừa để nấu xôi thì gạo chỉ ngâm 2-3 giờ, vớt ra xóc lại bằng nước lạnh, để ráo trộn nước cốt dừa cho gạo ngấm đều rồi đem đồ chín.

Cũng có thể nấu xôi trắng rồi ăn kèm với các thực phẩm động vật, thực vật tạo nên các món xôi ngon, hấp dẫn.

```

graph TD
    N1[Nước] --> ĐS[Đun sôi]
    ĐS --> HN[Hơi nước sôi]
    HN --> ĐC[Đồ chín]
    HN --> ĐS
    GN[Gạo nếp] --> LC[Lựa chọn]
    LC --> NN[Ngâm nước]
    NN --> ĐS
    ĐS --> ĐS1[Đãi sạch]
    ĐS1 --> XM[Xóc muối]
    M[Muối] --> XM
    XM --> ĐĐ[Đảo đều]
    NLTV[NLTV] --> SC1[Sơ chế]
    SC1 --> CT1[Cắt thái]
    CT1 --> XLC[Xử lý cụ thể]
    XLC --> ĐĐ
    ĐĐ --> ĐC
    ĐC --> T[Trộn]
    T --> X[Xôi]
    NLĐV[NLĐV] --> SC2[Sơ chế]
    SC2 --> LC2[Làm ch]
    LC2 --> CT2[Cắt thái]
    CT2 --> T
  
```

- Xôi có màu sắc tự nhiên của các loại nguyên liệu

- Mùi thơm đặc trưng của gạo nếp và các nguyên liệu
- Trạng thái: Hạt xôi chín, dẻo, mọng, nguyên hạt, không nát, không sống

3. Cháo

3.1. Nguyên liệu

Nguyên liệu chính là gạo tẻ, gạo nếp, tấm. Tỷ lệ 1kg gạo cho từ 9 -12 lít nước tùy theo nhu cầu ăn đặc hay sền, loãng. Thực phẩm thực vật: là các loại đậu (đỗ xanh, đỗ đen,...) các loại củ như khoai lang, củ cà rốt, nước luộc các loại rau, củ như su su, su hào, cải bắp. Thực phẩm động vật gồm các loại thủy sản, gia súc, gia cầm. Gia vị: muối, mắm, tiêu, mỳ chính, rau thơm thích hợp cho từng loại cháo: hành hoa, tía tô, thìa là, hành răm...

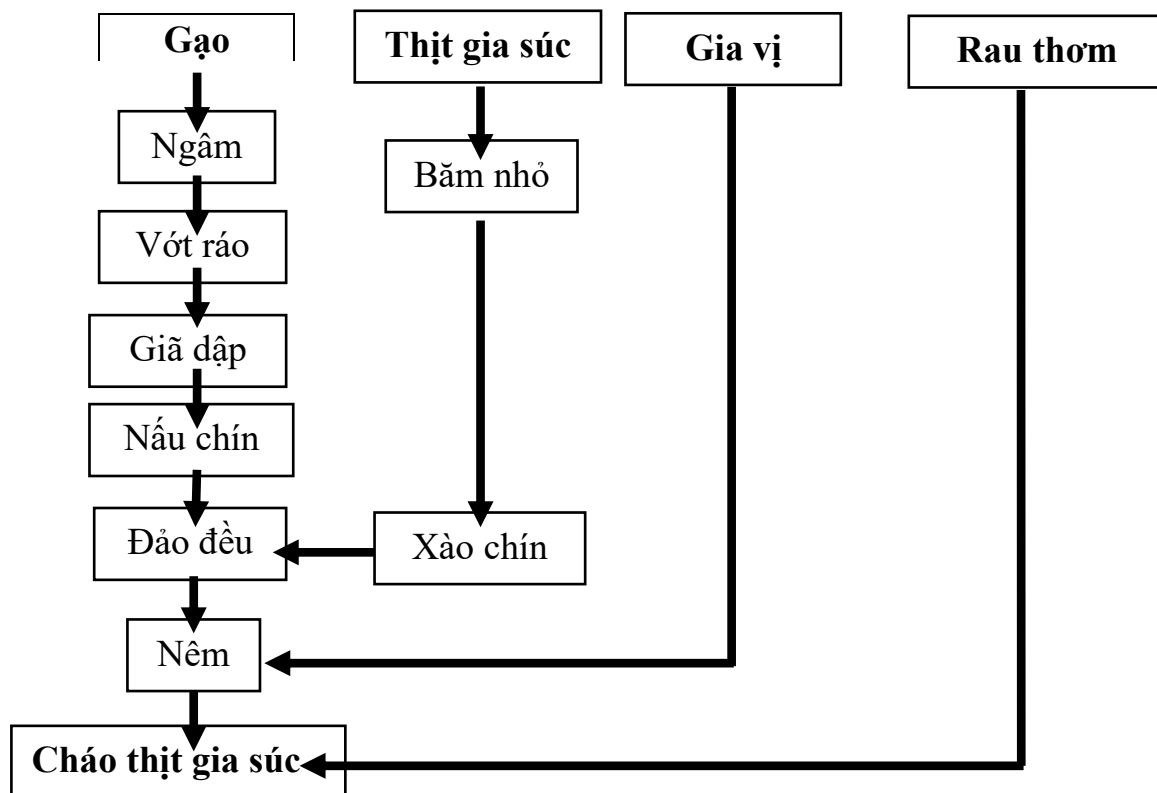
3.2. Quy trình chế biến

3.2.1. Quy trình nấu cháo với thịt gia súc

Thông thường, khi nấu cháo, gạo được ngâm qua, vớt ráo, giã dập hoặc giã nhỏ trước khi cho vào nấu. Cháo được đun sôi, hớt bọt, đun nhỏ lửa cho đến khi cháo nhừ có độ đặc cần thiết.

Thịt gia súc băm nhỏ xào chín (thịt lợn) hoặc ướp gia vị hành, tiêu, muối...(thịt bò). Khi gần ăn mới cho thịt vào đảo đều, thêm gia vị, rau thơm ăn nóng. Cháo nấu với tim, gan, bầu dục, trứng gà... cách làm tương tự nhưng chú ý đến độ chín cần thiết.

Sơ đồ quy trình nấu cháo với thịt gia súc



3.2.2. Quy trình nấu cháo thủy sản

Thủy sản được luộc, nướng, gỡ lấy thịt, xương nấu nước dùng, lọc lấy nước nấu cháo. Thịt có thể được xào kỹ, khi cháo được nêm vừa gia vị cho thịt thủy sản vào cùng các loại rau thơm thích hợp như: thì là, tiêu, hành, răm, tiêu...

3.2.3. Quy trình nấu cháo với thịt gia cầm

Gia cầm được luộc chín, gỡ lấy thịt thái nhỏ, nước luộc đem nấu cháo. Hoặc thịt gia cầm băm nhỏ ướp gia vị, xào kỹ. Khi ăn cho thịt thái nhỏ hoặc băm nhỏ, cùng các loại gia vị ăn nóng

3.3. Yêu cầu cảm quan

- Màu: Cháo có màu tự nhiên của nguyên liệu đem nấu.
- Mùi: Thơm, ngon, vị vừa ăn, thủy sản không tanh.
- Trạng thái: độ sánh vừa phải, đồng nhất.

4. Phở

Từ lâu đời, phở đã là món ăn được người Việt yêu thích. Phở có thể dùng làm bữa ăn điểm tâm, cũng có thể thay cơm khi muốn đổi bữa. Phở là món ăn cân đối về chất: Protein, chất béo, glucit, vitamin, chất khoáng, tương đối dễ hấp thu. Ngoài ra, phở còn là món ăn ngon có hương vị đặc biệt và tương đối đa dạng theo từng miền, từng địa phương. Phở nước thường được dùng nhiều, ngoài ra còn có phở xào mềm, phở xào giòn...cũng được nhiều người yêu thích.

4.1. Nguyên liệu

Nguyên liệu thực vật: Bánh phở, cần, tỏi tây, cà rốt, hành tây... cho phở xào.

Nguyên liệu động vật: Xương của gia súc, gia cầm, đuôi lợn...dùng để nấu nước dùng phở. Thịt gia súc, gia cầm để thái bày trên bát phở hay xào chín cho phở xào. Gia vị mắm, muối, mì chính, đường, xì dầu, dấm, tương ớt, chanh,... cho nước chấm để ăn theo khẩu vị. Ngoài ra không thể thiếu ớt, gừng, hành trần, hành hoa, rau thơm, húng láng. Các gia vị thơm để nấu nước dùng: Hoa hời, theo quả, quế chi, tôm nõn, hành khô...

4.2. Quy trình chế biến

- Chế biến bánh phở: muốn có phở ngon trước hết phải có bánh phở ngon – tức là bánh phở phải có độ mỏng vừa phải, dai, giòn, không bị vỡ, bánh phải trắng, mịn.

Gạo dùng để tráng bánh phở dùng loại gạo tẻ trắng, càng ít độ dính càng tốt, hạt gạo không chín, không hôi. Sau khi vo đãi sạch, ngâm gạo vào nước lạnh 4 đến 5 giờ rồi đem xay thành bột nước nhỏ mịn.

Bột hòa nước không đặc cũng không loãng quá, đem tráng thành bánh, không mỏng như bánh cuốn cũng không dày như bánh đa. Bánh tráng xong vắt lên xào cho bớt hơi nước, bánh ráo mặt để được lâu hơn.

Bánh tráng xong để nguội mới thái, yêu cầu thái nhỏ và đều, thông thường bề rộng gấp 2,5 lần bề dày của bánh, thái bánh to bánh nhúng lâu nóng, thái nhỏ khi nhúng bánh dễ bị nát. Nên sử dụng đến đâu thái đến đó, không thái sẵn quá nhiều.

- Chế biến nước dùng: nước dùng là bán thành phẩm quan trọng, có ảnh hưởng tới chất lượng của bát phở. Nước dùng phải đảm bảo các yêu cầu sau: nước dùng phải thật trong, màu khò phách, không có vẩn đục, mùi thơm đặc trưng của từng loại, vị ngọt đậm đà và phải luôn sôi để đảm bảo độ nóng cần thiết cho bát phở. Tỷ lệ nguyên liệu để nấu nước dùng như chế biến xúp trong trong ăn Âu.

- Kỹ thuật chế biến phở: từ bánh phở, nước dùng, các loại thịt, gia vị thích hợp chế biến được các loại phở khác nhau

4.2.1. Chế biến phở nước

Lấy bánh phở đã thái nhúng vào nước nóng già 70 – 80 độ, khò toi, vẩy ráo, bày vào bát. Tùy loại phở mà bày thịt gà, thịt xá xíu, thịt bò chín hoặc tái... lên trên cùng với các rau gia vị và chan nước dùng nóng vào. Ăn nóng kèm chanh, ớt, rau thơm...

4.2.2. Chế biến phở xào

- *Phở xào mềm*: bánh phở được gỡ toi, rắc ít muối bột, mì chính, xào sẵn bày vào đĩa. Nguyên liệu (thịt bò, gà, tim, bầu dục...)cào chần, xuống ít bột đao tạo độ sánh bày lên trên đĩa phở, rắc tiêu, rau mùi ăn nóng.

- *Phở xào giòn*: bánh phở được gỡ toi, rắc ít muối bột, bột đao, trộn đều. Đun mỡ nóng già cho ít bánh phở vào chảo vàng giòn vỏ, bày vào đĩa. Thịt (bò, gà...) xào chín bày lên trên đĩa phở, rắc mùi, tiêu ăn nóng.

4.2.3. Chế biến phở có sốt

thịt được tẩm ướp gia vị, đem nấu chín nhừ, thêm nước dùng xuống bột đao tạo độ sánh. Khi ăn nhúng bánh phở vào gỡ toi, vẩy ráo, bày vào bát. Múc thịt và nước sốt lên trên bát phở ăn nóng.

4.2.4. Chế biến phở chua

các loại thịt được tẩm ướp gia vị, làm chín, cắt thái theo yêu cầu. Bánh phở khò toi, trộn với xì dầu, mỡ nước, bày vào bát cùng các nguyên liệu khác. Phi thơm hành tỏi, gừng băm nhỏ, chế nước dùng vào đun sôi, nêm dấm, đường, tương ớt, xì dầu, mì chsinh cho vừa vị chua ngọt, hơi cay, xuống bột đao hòa nước cho tới khi sốt sánh là được. Múc nước sốt tưới đều lên bát phở đã trình bày, ăn nguội kèm xì dầu.

4.3. Yêu cầu cảm quan

-Tuỳ loại phở có trạng thái phù hợp: Phở nước: Bánh phở không bị vữa, nát,; Phở xào giòn: bánh phở không bị cứng, khô hoặc quá dai,...

- Vị vừa ăn, nổi vị đặc trưng của nguyên liệu ăn kèm

- Màu sắc hài hoà: màu trắng của bánh phở và màu đặc trưng của nguyên liệu ăn kèm.

5. Kỹ thuật chế biến chè ngọt

5.1. Chế biến chè loãng

Các loại chè ngọt được nấu theo phương pháp ninh như các loại ngũ cốc trong nước, sau đó thêm các thức đệm, đường và một số hương liệu như vani, tinh dầu bưởi, chuối, cốt dừa,...

5.1.1. Nguyên liệu

- Các loại ngũ cốc: Đỗ xanh, đỗ đen, hạt sen, các loại củ như khoai, sắn,...

- Các loại trái cây: Long nhãn, xoài, thanh long,...

- Các thức ăn đệm: hạt é, rau câu,...

- Đường

- Gừng

- Vani, tinh dầu chuối,...

5.1.2. Quy trình chế biến

Các nguyên liệu đặc trưng chế biến món chè được sơ chế theo yêu cầu:

- Đỗ đen vo, đãi, nhặt bỏ hạt thối, hạt lép (hạt nổi khi đãi), nấu chín

- Đỗ xanh đãi sạch, ngâm 2 đến 4 tiếng, đồ chín

- Hạt sen khô, ngâm nước lạnh 2 tiếng, nấu chín bỏ

- Các loại củ, quả, gọt vỏ, bỏ miếng, luộc chín, hoặc trộn nóng với bột đao tạo các loại chè dẻo như chè khoai, chè sắn dẻo

- Nguyên liệu ăn kèm sơ chế, chế biến tuỳ loại

- Đun sôi nước chè với đường, gừng, (cam, sả...) Tuỳ loại chè

Múc chè ra bát, ăn kèm 2-3 hoặc thập cẩm với các nguyên liệu kèm, thêm hoa quả theo mùa tuỳ loại chè, rắc thêm dừa tươi lạo sợi hoặc lạc rang, có thể thêm tinh dầu hoa quả thêm thơm.

Ứng dụng chế biến các món chè: Chè đậu đen, chè long nhãn hạt sen,...

5.1.3. Yêu cầu cảm quan

- Các nguyên liệu chín đều, không vỡ nát, giữ được hình dạng, tính chất đặc trưng

- Vị ngọt thanh mát, hài hoà của các nguyên liệu với đường
- Màu sắc của nguyên liệu đặc trưng
- Mùi thơm của tinh dầu và các nguyên liệu chế biến

5.2. Chế biến chè đặc

5.2.1. Nguyên liệu

- Các loại ngũ cốc: Đỗ xanh, đỗ đen, hạt sen, các loại củ như khoai, sắn,...
- Đường
- Vani, tinh dầu chuối,...
- Nguyên liệu tạo độ sánh: Bột đao, các loại củ, quả, hạt giàu tinh bột

5.2.2. Quy trình chế biến

Ngũ cốc được nấu chín, thêm đường, nghiền nhuyễn cho sánh đặc hoặc nấu chín tới sau đó xuống bột đao hoặc tinh bột của các loại củ quả, hạt giàu tinh bột. Sau khi nấu chín có thể thêm vani, tinh dầu trái cây cho thơm, ăn riêng hoặc ăn kèm các loại chè thập cẩm.

5.2.3. Yêu cầu cảm quan

- Chè nhuyễn, sánh đặc, đồng đều
- Vị ngọt của đường hoà quện với nguyên liệu đặc trưng
- Mùi thơm của tinh dầu và nguyên liệu đặc trưng
- Màu tự nhiên của nguyên liệu

❖ TÓM TẮT CHƯƠNG 3

Trong chương này, một số nội dung chính được giới thiệu:

- Kỹ thuật chế biến cơm
- Kỹ thuật chế biến xôi
- Kỹ thuật chế biến cháo
- Kỹ thuật chế biến phở
- Kỹ thuật chế biến chè ngọt

❖ CÂU HỎI VÀ TÌNH HUỐNG THẢO LUẬN CHƯƠNG 3

1. Nêu yêu cầu cơ bản trong lựa chọn nguyên liệu và chế biến cơm Á, Âu
2. Vẽ và mô tả quy trình chế biến một món xôi mà em biết
3. Trình bày quy trình chế biến món cháo thủy sản
4. Phân biệt kỹ thuật chế biến phở và cháo thịt gia súc

Câu hỏi thảo luận nhóm: Hãy giới thiệu một số món chè ngọt mà anh, chị đã được thưởng thức. Hãy vẽ và trình bày quy trình chế biến một món trong số đó.

Chương 4: KỸ THUẬT CHẾ BIẾN MÓN ĂN TỪ RAU, CỦ, QUẢ VÀ THỦY HẢI SẢN

❖ GIỚI THIỆU CHƯƠNG 4

Chương này cung cấp cho người đọc những kiến thức về các nguyên tắc, đặc điểm, yêu cầu của kỹ thuật chế biến món ăn từ rau, củ, quả và thủy hải sản; vận dụng để chế biến các món ăn từ rau, củ, quả, thủy hải sản theo yêu cầu của thực khách trong thực tiễn.

❖ MỤC TIÊU CHƯƠNG 4

Sau khi học xong chương này, người học có khả năng:

➤ Về kiến thức:

- Trình bày và giải thích được các nguyên tắc, đặc điểm, yêu cầu kỹ thuật chế biến món ăn từ rau, củ, quả và thủy hải sản
- Trình bày và phân biệt được phương pháp chế biến món ăn từ các loại rau, củ, quả
- Nhận thức đầy đủ về các quy trình kỹ thuật và đặc trưng của từng phương pháp chế biến món ăn từ nguyên liệu thủy, hải sản

➤ Về kỹ năng:

- Vận dụng được các quy trình kỹ thuật chế biến các món ăn phù hợp với nguyên liệu là rau, củ, quả hoặc thủy hải sản
- Phân tích, đánh giá được các thao tác kỹ thuật trong chế biến các món ăn từ nhóm các nguyên liệu này.

➤ Về năng lực tự chủ và trách nhiệm:

- Ý thức được tầm quan trọng và ý nghĩa thực tiễn của việc áp dụng các phương pháp chế biến món ăn phù hợp với nhóm nguyên liệu rau, củ, quả và thủy, hải sản
- Cân nhắc đưa ra lựa chọn phương pháp chế biến phù hợp
- Tuân thủ nội quy, quy định nơi học tập và làm việc.

❖ PHƯƠNG PHÁP GIẢNG DẠY VÀ HỌC TẬP CHƯƠNG 4

- Đối với người dạy: sử dụng phương pháp giảng dạy tích cực (diễn giảng, vấn đáp, dạy học theo vấn đề); yêu cầu người học thực hiện câu hỏi thảo luận và bài tập chương 4 (cá nhân hoặc nhóm).
- Đối với người học: chủ động đọc trước giáo trình (chương 4) trước buổi học; hoàn thành đầy đủ câu hỏi thảo luận và bài tập tình huống chương 4 theo cá nhân hoặc nhóm và nộp lại cho người dạy đúng thời gian quy định.

❖ ĐIỀU KIỆN THỰC HIỆN CHƯƠNG 4

- **Phòng học chuyên môn hóa/nhà xưởng:** Không
- **Trang thiết bị máy móc:** Máy chiếu và các thiết bị dạy học khác

- **Học liệu, dụng cụ, nguyên vật liệu:** Chương trình môn học, giáo trình, tài liệu tham khảo, giáo án, phim ảnh, và các tài liệu liên quan.
- **Các điều kiện khác:** Không có

❖ KIỂM TRA VÀ ĐÁNH GIÁ CHƯƠNG 4

- **Nội dung:**
 - ✓ Kiến thức: Kiểm tra và đánh giá tất cả nội dung đã nêu trong mục tiêu kiến thức
 - ✓ Kỹ năng: Đánh giá tất cả nội dung đã nêu trong mục tiêu kỹ năng.
 - ✓ Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Trong quá trình học tập, người học cần:
 - + Nghiên cứu bài trước khi đến lớp
 - + Chuẩn bị đầy đủ tài liệu học tập.
 - + Tham gia đầy đủ thời lượng môn học.
 - + Nghiêm túc trong quá trình học tập.
- **Phương pháp:**
 - ✓ **Điểm kiểm tra thường xuyên:** 1 điểm kiểm tra (hình thức: kiểm tra miệng). Kiểm tra ngẫu nhiên theo danh sách
 - ✓ **Kiểm tra định kỳ lý thuyết:** 1 điểm kiểm tra định kỳ (hình thức tự luận hoặc trắc nghiệm)

❖ NỘI DUNG CHƯƠNG

1. Kỹ thuật chế biến các món ăn từ rau, củ, quả

1.1. Các món luộc

Trừ một số loại rau, củ, quả có độ nhớt cao như mồng tơi, rau đay, còn hầu hết các loại rau, củ đều có thể chế biến theo phương pháp này.

Các món luộc rau, củ, quả được sử dụng rất thông dụng trong bữa ăn hàng ngày, ăn trực tiếp (ăn Á), hay làm thức đệm ăn kèm (ăn Âu). Nguyên liệu chọn loại non, mềm hoặc bánh tẻ, bỏ những phần già, sâu, ủng... tùy theo loại nguyên liệu mà sơ chế cho phù hợp, các loại rau sơ chế, cắt khúc đều nhau, các loại củ thái miếng, các loại quả thái lát hay bẻ khúc (đậu), một số loại củ giàu tinh bột như khoai tây, khoai lang... khi luộc để nguyên.

Nhìn chung, cả ăn Âu và ăn Á, món luộc tuân theo các nguyên tắc sau:

- Đun sôi nước cho nguyên liệu đã sơ chế vào luộc đến khi nguyên liệu chín đạt yêu cầu chế biến.
- Lượng nước luộc phụ thuộc vào nguyên liệu và nhu cầu sử dụng nước. Để luộc rau lượng nước cần 2,3 đến 3 lít/kg nguyên liệu. Luộc các loại củ giàu tinh bột

cần 0,6 đến 0,7 lít/kg vớ nguyên liệu này dễ dàng phân hủy bởi sự hồ hóa tinh bột nên khi chế biến không cần nhiều nước.

- Nhiệt độ khi luộc cần sôi đều, liên tục. Thời gian chế biến nhanh. Nguyên liệu sau khi luộc xong cần vớt hay đổ ra ngay để tránh hiện tượng bị nhũn, nát.

- Các món luộc thường sử dụng các loại nước chấm tương ứng như: rau muống chấm nước chấm chanh, tỏi, ớt hoặc chấm tương. Su hào, cải bắp chấm nước mắm hoặc xì dầu đậm trứng luộc. Mướp, bầu chấm muối vừng...

Các món Âu, các loại củ như khoai tây sau khi luộc có thể bóc vỏ để nguyên củ, đánh tan với bơ... Các loại rau luộc thường ăn kèm với các món sốt, món trộn.

* Yêu cầu thành phẩm:

Nguyên liệu chín tới hay chín mềm, không nát, nhũn, có màu sắc tự nhiên của nguyên liệu.

1.2. Các món nấu, ninh, hầm

Trong ăn Á, các món nấu từ rau, củ, quả còn gọi là các món canh. Canh là thành phần món ăn không thể thiếu trong bữa ăn hàng ngày, kể cả các bữa cỗ, tiệc. Thành phần chủ yếu của canh luôn có sự tham gia của các nguyên liệu thực vật là rau, củ, quả. Rau, củ, quả góp phần bổ xung thêm năng lượng, vitamin cho cơ thể. Có các loại canh khác nhau, nếu căn cứ vào đặc điểm nguyên liệu chia ra: canh nấu với nguyên liệu động vật (canh nấu lươn) và canh nấu bằng nguyên liệu thực vật.

Nguyên liệu để nấu canh chọn loại củ, quả non hay bánh tẻ pha khô mỏng, nhỏ, đều. Các món canh lấy cả nước và cái, nước phải trong, ngọt, cái chín mềm hay chín tới, không nhũn nát. Có mùi thơm đặc trưng của nguyên liệu đem nấu.

Các món ninh, hầm chủ yếu để lấy nước ngọt từ nguyên liệu tiết ra môi trường nước. Nguyên liệu cho ninh, hầm pha miếng to bản hoặc thái khối, có thể xào với bơ trước (hầm trong ăn Âu). Lượng nước sử dụng trong ninh thường nhiều nước, trung bình 6 lít/kg hầm ít hơn bằng 2,5 đến 3 lít/kg.

Nhiệt độ khi chế biến: Các món nấu canh nhiệt thường mạnh, đều để nguyên liệu chín nhanh, hạn chế tổn thất vitamin, dinh dưỡng, tránh làm nhạt nguyên liệu (hòa tan vào môi trường nấu). Các món ninh, sau khi sôi, hớt bọt, đun nhỏ lửa đến khi thực phẩm chín nhừ, nước ngọt.

Thời gian nấu canh thường nhanh chỉ 15 đến 20 phút tùy thuộc vào nguyên liệu và lượng nước khi nấu. Ninh thời gian lâu hơn thường từ 1,5 giờ đến 2 giờ. Hầm thời gian lâu hơn nữa.

Trong chế biến ăn Âu, rau, củ, quả trước khi ninh hầm thường được xào, rán hoặc bỏ lò với bơ. Có thể sử dụng các loại sốt như sốt trắng, sốt đỏ, sốt kem... tùy thuộc từng món ăn

Thành phẩm yêu cầu:

- Canh phải ngọt.
- Món ninh nước phải trong, ngọt, thơm mùi của nguyên liệu nấu.
- Các món hầm phải ngọt đậm thơm mùi của nguyên liệu và các gia vị thơm đặc trưng.

1.3. Các món kho

Thường dùng cho các món ăn Á. Nguyên liệu chọn loại ăn củ, cắt thái khối hay miếng to. Các món kho từ từ rau, củ có thể kho bằng một loại nguyên liệu hoặc kho lẫn với nguyên liệu động vật. Gia vị để kho chủ yếu là gia vị mặn, gia vị tạo màu như xì dầu, nước hàng...

Yêu cầu thành phẩm: Nguyên liệu phải chín mềm nhưng không nhừ nát, có màu sắc đẹp và vị hơi mặn.

1.4. Các món xào

Trong ăn Á các loại rau củ có thể sử dụng để xào. Nguyên liệu rau củ có tác dụng cung cấp vitamin và các chất dinh dưỡng cho cơ thể.

Trong ăn Âu nguyên liệu rau, củ thường xào để khi ninh, hầm lấy nước cho các loại xúp, hay để nấu nước dư cho chế biến xốt.

Nguyên liệu rau, củ, quả xào cho món Á thường chọn loại non, mềm, có thể tươi hoặc khô. Cắt thái: rau cắt khúc, củ thái miếng mỏng, quả thái lát hoặc thái chỉ. Rau quả để xào lẫn với các nguyên liệu động vật thường xào nguyên liệu động vật trước, xào nguyên liệu thực vật sau, cho nguyên liệu động vật vào nêm gia vị, có thể xuống bột đao hoặc bột năng đối với xào có xốt.

Nguyên liệu dùng để xào có thể chần qua để các nguyên liệu có độ chín khác nhau khi xào, đồng thời tăng thêm độ bóng cho nguyên liệu.

1.5. Các món rán

Rau, củ, quả dùng để rán thường là khoai tây, khoai lang, bầu, bí, cà tím, cà dài, cà chua...chế biến làm món ăn hoặc làm thức đệm trong ăn Âu.

Các nguyên liệu phụ là bột mì, bột bánh mì, trứng..., tùy theo từng món cụ thể mà các nguyên liệu này được sử lý khác nhau.

Nguyên liệu gia vị là muối, tiêu, rau thơm...

Các loại rau, củ, quả sau khi sơ chế, cắt thái theo yêu cầu, tùy từng món có thể được tẩm bột (bột bánh mì hoặc hỗn hợp bột với trứng) và rán ít mỡ (đối với khoai lang mỏng không cần bột) hoặc ngập mỡ (đối với nguyên liệu có tẩm bột) đến khi sản phẩm chín có lớp vỏ màu vàng đều, bày ra đĩa làm món ăn kèm hoặc sau khi bày ra đĩa được dội xốt hoặc bơ, rắc rau thơm lên trên.

Các món rán khi chế biến xong yêu cầu có màu vàng đặc trưng, mùi thơm, vị ngon béo ngậy. Trạng thái tùy theo từng món có những yêu cầu cụ thể.

1.6. Các món bỏ lò

Áp dụng trong chế biến các món ăn Âu đối với cà chua, cà tím, khoai tây, bắp cải, măng tây... Nguyên liệu phụ và gia vị: tiêu muối, xốt, bơ...

Rau, củ, quả bỏ lò có thể có nhân hoặc không nhân. Nhân có thể là rau, hành, nấm, tiêu muối... nhân thịt với cơm, nhân thịt với nấm...

Với các món không có nhân thường là các loại như nấm, hoa lơ, măng tây...sau khi sơ chế, cắt thái được chần qua rồi trộn với gia vị thích hợp, phủ nguyên liệu như xốt, bơ... bỏ lò trong thời gian 15 đến 20 phút.

Đối với các món có nhân, tùy từng loại mà có cách xử lý thích hợp sau khi đã sơ chế. Ví dụ: bầu, bí cắt khoanh dày 4 - 5cm, bỏ ruột, chần qua nước sôi; cà chua, cà tím bỏ đôi, bỏ hạt và ít ruột, chần tái sau đó tùy từng món mà nhồi nhân thích hợp, bỏ lò 15 đến 20 phút lấy ra dội xốt hoặc bơ lên trên, tùy từng món, ăn nóng.

Khi chế biến các món rau bỏ lò cần chú ý đến nhiệt độ lò phải đảm bảo từ 250⁰C đến 270⁰C để sản phẩm không bị cháy nát, lớp vỏ tạo thành nhanh, màu sắc sản phẩm đẹp, mùi vị thơm ngon.

1.7. Các món trộn

Rau, củ, quả sử dụng cho các món trộn khá phổ biến, chủ yếu là các nguyên liệu có thể ăn sống. Đối với các món trộn nguyên liệu thông thường là các loại rau, củ, quả đã được sơ chế sạch, loại ăn sống được như cà chua, dưa chuột, rau sống (xà lách, mùi, thơm...), một số loại được tẩm ướp thêm gia vị như su hào, cà rốt, cà tím hoa chuối... cắt thái nhỏ, bóp muối kỹ rồi nêm gia vị. Các loại rau, củ bắt buộc phải làm chín như đậu quả, khoai tây, cà rốt thái hạt lựu. Trong các món trộn nguyên liệu thường được cắt thái đồng nhất như: nộm nguyên liệu thái chỉ, xe phay nguyên liệu thái mỏng, to bản, salad Nga nguyên liệu thái hạt lựu, salad dầu dấm nguyên liệu thái khoanh hoặc thái lát đều nhau.

Trong các món trộn, nguyên liệu phụ và gia vị chiếm vai trò quan trọng trong việc tạo nên hương vị và cảm quan cho món ăn. Ví dụ: vùng, lạc, dầu vùng tăng thêm mùi thơm, béo cho sản phẩm, các loại rau thơm như mùi, lá chanh... tăng mùi thơm đặc trưng. Điều quan trọng nhất trong các món trộn tiêu chuẩn về vị và trạng thái sản phẩm. Đối với nộm phải nổi vị chua, cay, mặn, ngọt, đối với salad dầu dấm phải nổi vị chua béo.

Món nộm sau khi hoàn thành, ngoài yêu cầu nổi vị còn phải trình bày hài hòa, đẹp mắt, đĩa nộm ráo, ăn giòn. Để món nộm không bị chảy nước chỉ nên trộn nộm từ 15 đến 20 phút.

Yêu cầu thành phẩm các món trộn phải có màu sắc tự nhiên của nguyên liệu, như màu xanh của rau, đỏ của ớt, vàng của cà rốt... có mùi vị đặc trưng của từng loại món ăn, nguyên liệu cắt thái đều, trạng thái đồng nhất.

2. Kỹ thuật chế biến món ăn từ thủy hải sản

2.1. Các món luộc

Thủy sản luộc thường chọn loại tươi, to, đều con, có thể luộc nguyên con hoặc cắt khúc lớn, khi luộc kết hợp với các loại gia vị thơm như cần tỏi tây, thì là... có thể thêm rượu vang trắng, bia trong quá trình luộc để giảm tanh. Khi luộc tùy loại nguyên liệu mà cho vào từ nước lạnh hay nước sôi.

Trong ăn Á nước chấm thường là muối tiêu, nước mắm chanh, ớt, tỏi, gừng, đường...

Đối với ăn Âu, thủy sản luộc thường ăn kèm với các loại sốt như sốt mayonnaise, sốt dầu, sốt kem, và chanh thái lát. Thức đệm đi kèm cho ăn Âu có thể là khoai luộc, khoai rán hoặc dưa chuột muối,...

Yêu cầu chất lượng cảm quan:

- Có màu đặc trưng: Cá trắng, tôm, cua đỏ hồng.
- Mùi thơm, không tanh
- Vị ngọt đậm đà
- Thủy sản không bị gãy, nát, vỡ, hình thức trình bày đẹp, hấp dẫn.

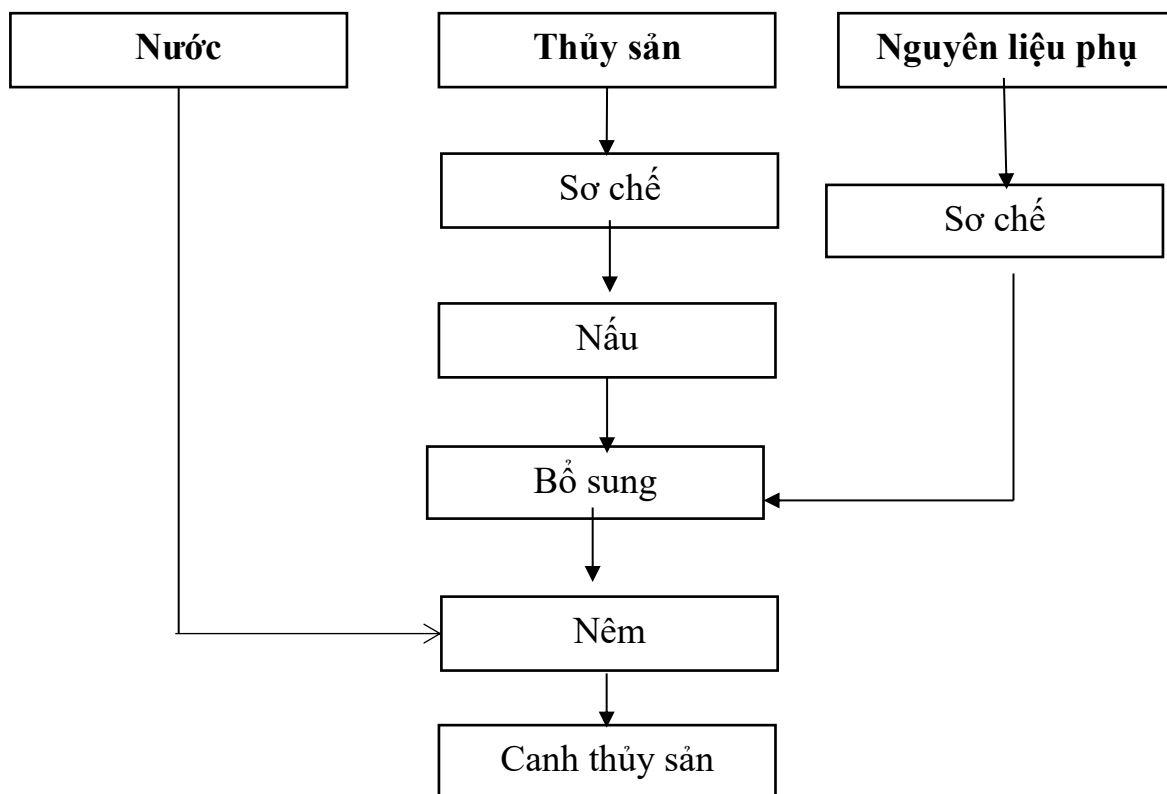
2.2. Các món nấu (nấu)

Thủy sản trong các món nấu Á thường là cua, cá, trai, ốc, hến...khi nấu canh thường kèm với các loại rau như rau ngót, mồng tơi, bầu, bí, các loại rau thơm như rau răm, thì là, lá lốt, tía tô với các gia vị chua như các loại quả chua (me, dứa, sấu, ...) các món canh thủy sản có thể nấu trực tiếp từ nước dùng thủy sản. Nguyên liệu thủy sản có thể xay rồi lọc, thái miếng hay để nguyên.

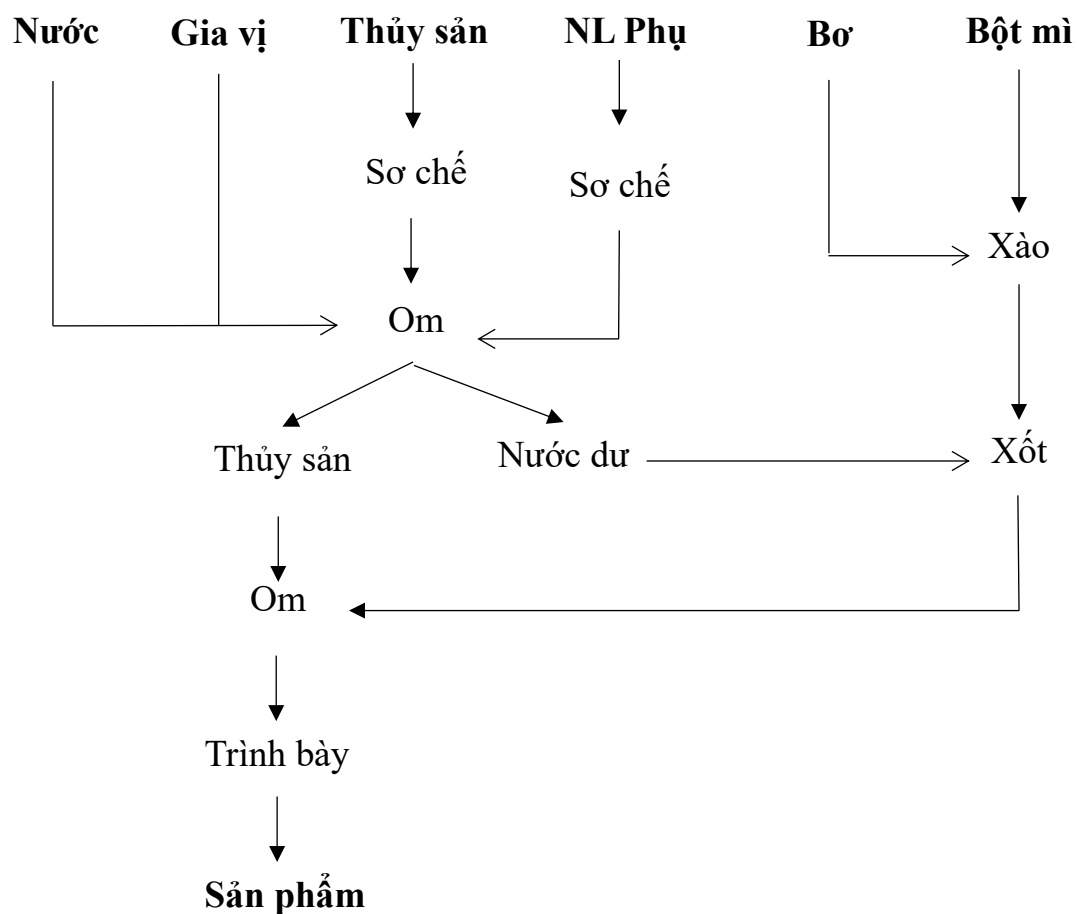
Nguyên liệu phụ chủ yếu là các loại rau nấu hay ăn kèm với canh thủy sản. Gia vị có tính chất điều vị, chua cay, gia vị thơm.

Đối với các món nấu từ thủy sản của ăn Âu thường sử dụng gia vị, nguyên liệu phụ như: hành tây, cần, tỏi tây, nấm. Ngoài ra còn sử dụng rượu bia và các loại sốt. Các món nấu thủy sản ăn kèm khoai tây luộc, rán, bánh mì rán.

Sơ đồ quy trình chế biến canh thủy sản (nấu Á)



Sơ đồ quy trình chế biến các món nấu trong ăn Âu



Yêu cầu thành phẩm:

Đối với ăn Á: Màu sắc tự nhiên của nguyên liệu, mùi thơm, vị ngọt, không tanh, nguyên liệu chín mềm (cá) hay chín tới (traí, ốc). Nước thường nhiều hơn cái, riêng canh ốc còn lại nước sánh.

Đối với ăn Âu: Nguyên liệu có màu của xốt, mùi thơm, vị vừa ăn, không tanh, nếu có xốt thì xốt sánh, ngấm đều.

2.3. Các món hấp, tần

*** Thủy sản hấp**

Chọn nguyên liệu có kích thước đều, tươi, nạc, ít xương: tôm, ốc, cá, mực... Nguyên liệu phụ: Thịt lợn, mộc nhĩ, nấm hương. Gia vị sử dụng trong tầm ướp: muối, tiêu. Gia vị thơm như thìa là, cần tỏi tây. Ngoài ra rượu, bia cũng được sử dụng. Khâu phối trộn có thể là trộn, nhồi như ốc hấp, xóc đều như tôm hấp, xếp tạo hình hay nhồi trong bụng như cá hấp... Khâu gia công thêm đối với món hấp có xốt thường lấy nước dư xuống bột đao để làm xốt trong.

+ Yêu cầu cảm quan đối với các món hấp từ thủy sản: sản phẩm có mùi thơm, không tanh, vị ngon, ngọt đặc trng, thịt thủy sản nguyên con, nguyên miếng, không khô xác, không vỡ nát.

b. Thủy sản tần

Thường áp dụng đối với một số món đặc sản: Ba ba, hải sâm ... Gia vị: bao gồm gia vị mặn, ngọt, đắng (vỏ quýt – ba ba tần, nấm hương – hải sâm; ...) Nguyên liệu phụ, thịt gà, thịt lợn, thuốc bắc...

Thủy sản sau khi sơ chế sạch được tẩm ướp gừng, tiêu, muối,... có thể rán qua hoặc không. Các nguyên liệu khác như thịt lợn, thịt gà, chim,... sau khi sơ chế, tẩm ướp gia vị, rán qua hoặc không rán cho vào tần cùng với thủy sản. Tùy theo món ăn cụ thể mà cho thêm một số gia vị: vỏ quýt, nấm hương,... Thời gian tần khoảng 40 – 60 phút, khi sản phẩm được bắc ra, ăn nóng.

+Yêu cầu sản phẩm:

- Giữ được màu sắc tự nhiên của nguyên liệu.
- Mùi thơm hấp dẫn của nguyên liệu và gia vị.
- Vị ngọt đậm đà
- Không tanh, thủy sản còn nguyên miếng, không vỡ nát, chín nhừ, có 1 ít nước dùng trong.

2.4. Các món rán

Nguyên liệu để chế biến các món rán từ thủy sản gồm: Cá, tôm,...Chất béo dùng để rán là bơ, dầu. Gia vị: Hành củ, tỏi, muối, tiêu. Nguyên liệu phụ: Trứng, bột mì,...

Đối với sản phẩm bao gói thường sử dụng bột mì, bột năng, bột đao, bột bánh mì. Trứng đóng vai trò trong việc tạo kết dính, màu sắc, tăng giá trị dinh dưỡng, khi dùng thường sử dụng ở dạng nhúng hay trộn với bột mì (bạt trứng).

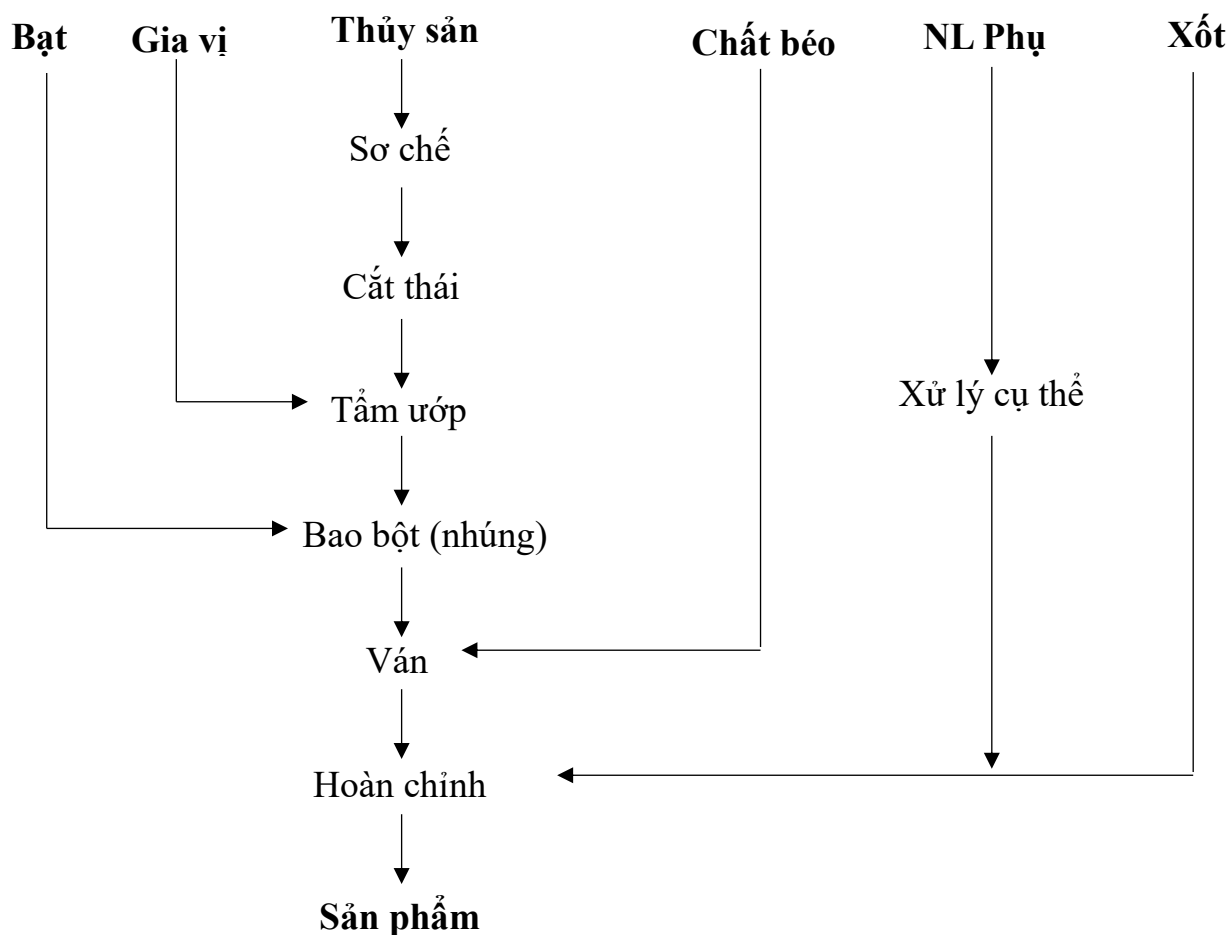
Trong các món ăn Âu còn sử dụng một số loại sốt như: bơ chanh. Thủy sản rán xong được dội sốt lên trên hoặc om với các loại sốt tương ứng.

Khâu sơ chế tùy thuộc vào mỗi loại nguyên liệu có cách sơ chế khác nhau. Ví dụ như cá cắt khúc hoặc phi lê; tôm bóc vỏ, bỏ đầu; mực bỏ mai, túi mực...

Khâu nhúng có thể sử dụng bột bao là khô hay ướt. Đối với bột khô cần nhúng nguyên liệu vào trứng đánh tan để tạo độ kết dính, đối với bột ướt thì không cần. Khâu hoàn chỉnh sản phẩm đối với ăn Á là trình bày với rau thơm, nước chấm hay sốt (thường dùng sốt chua cay, ngọt hay sốt hoa quả). Đối với ăn Âu khâu này là dội sốt hay om sản phẩm trong sốt, sản phẩm chín mềm.

Rán ở nhiệt độ 140⁰C-1800⁰C đến khi thủy sản chín có lớp vỏ màu vàng, giòn là được.

Sơ đồ quy trình chế biến món rán thủy sản



- Yêu cầu thành phẩm: Các món rán thường có màu vàng rơm, mùi thơm đặc trưng, nếu bột khô lớp ngoài cùng phải vàng giòn, phủ đều. Nếu bao bột ướt, bột phải bao đều, nở xốp, hình dáng đẹp.

2.5. Các món nướng, bỏ lò

* Đối với ăn Á

Nguyên liệu sơ chế tùy theo mỗi loại. Ví dụ lươn lọc bỏ xương; cá lọc thịt, thái miếng hoặc khía...Khâu tẩm ướp thường sử dụng các gia vị khử tanh như gừng, rượu, bóp muối. Khâu phối trộn tùy theo món ăn khác nhau mà phối hợp nguyên liệu gia vị cho phù hợp. Nguyên liệu được làm chín bằng nướng than hoa hoặc bỏ lò. Sản phẩm thường ăn kèm cơm, bún, bánh đa và các loại rau sống.

- Yêu cầu thành phẩm: Nguyên liệu nướng, bỏ lò phải có lớp vỏ màu, có độ giòn, mùi thơm của sản phẩm nướng, không tanh. Sản phẩm bao gói đều, chắc, nhân kết dính, không khô, bã.

* Đối với ăn Âu

Nguyên liệu: cá, tôm, ốc, cua bể...

Nguyên liệu phụ: bơ, pho mát, bột mỳ, kem... Các loại xốt (xốt chanh, xốt trắng, xốt đỏ...

Thức đệm: Khoai luộc, mì ống luộc, xúp lơ, cà rốt luộc...

Nguyên liệu thủy sản sau khi đã sơ chế được ướp gia vị, để ngấm rồi xếp vào dụng cụ đã xoa bơ, thêm các nguyên liệu phụ như: nấm, bơ, phomai, bột mì... đem nướng (bỏ lò). Khi ăn thường ăn kèm với các nguyên liệu rau thơm, chanh thái lát, nguyên liệu giàu tinh bột như khoai tây, mì ống. Thủy sản bỏ lò thường ăn nóng. Sản phẩm có màu nâu, mùi thơm, vị ngon, béo, không nát.

2.6. Các món xào

Nguyên liệu: Thủy sản dùng để xào thường là cá, lươn, ốc, ếch, mực... Chọn những nguyên liệu nạc, béo. Nguyên liệu phụ: cần tỏi tây, thìa là, chuối, xả, ớt... Gia vị: tiêu, muối, ớt, gừng...

Khâu sơ chế: cá lọc bỏ da, xương, thái mỏng vừa, dọc thớ; mực: làm sạch, khía rồi thái miếng vuông, chần qua nước sôi có pha muối, gừng đập dập. Các loại có vỏ cứng (ốc) bỏ vỏ, làm sạch. Nguyên liệu được ướp gia vị: tiêu, muối...

Khi xào: Nguyên liệu thủy sản xào trước, để ngoài, xào tiếp các nguyên liệu phụ, cho tiếp thủy sản vào, nêm gia vị, xuống xốt (đối với món xào có xốt) bắc ra. Trình bày bằng mùi, thìa là, rắc hạt tiêu, ăn nóng.

Yêu cầu sản phẩm:

- Có màu sắc tự nhiên của nguyên liệu
- Mùi thơm, không tanh.
- Vị ngọt của thủy sản
- Thủy sản xào phải giữ được nguyên miếng, không vỡ nát, đĩa xào ráo nước, bóng, giữ được màu sắc tự nhiên của nguyên liệu.

❖ TÓM TẮT CHƯƠNG 4

Trong chương này, một số nội dung chính được giới thiệu:

- Các kỹ thuật chế biến món ăn từ rau, củ, quả
- Các kỹ thuật chế biến món ăn từ thủy, hải sản

❖ CÂU HỎI VÀ TÌNH HUỐNG THẢO LUẬN CHƯƠNG 4

1. Phân tích đặc trưng các nguyên liệu phù hợp đối với từng phương pháp kỹ thuật chế biến món ăn từ rau, củ, quả
2. Vẽ và phân tích quy trình chế biến các món luộc, rán, kho, rim thủy, hải sản

Câu hỏi thảo luận: Hãy so sánh và phân tích những đặc trưng trong chế biến các món thủy sản bỏ lò theo phong cách chế biến Á và chế biến Âu.

Chương 5: KỸ THUẬT CHẾ BIẾN MÓN ĂN TỪ THỊT GIA SÚC VÀ THỊT, TRỨNG GIA CẦM

❖ GIỚI THIỆU CHƯƠNG 5

Chương này cung cấp cho người đọc những kiến thức về kỹ thuật, quy trình chế biến các món ăn từ thịt gia súc, thịt và trứng gia cầm. Đồng thời, cung cấp các quy trình kỹ thuật tương ứng với từng phương pháp làm chín cơ bản trong chế biến các nhóm thực phẩm. Sau khi nghiên cứu xong chương này, người học được trang bị những kiến thức cơ bản nhất để chế biến hầu hết các món ăn sử dụng thịt gia súc, gia cầm và trứng gia cầm

❖ MỤC TIÊU CHƯƠNG 5

Sau khi học xong chương này, người học có khả năng:

➤ Về kiến thức:

- Nhận biết, phân loại được các nhóm nguyên liệu là thịt gia súc, gia cầm
- Trình bày và phân biệt được các quy trình tương ứng với từng phương pháp chế biến của các nhóm thực phẩm
- Nhận thức đầy đủ về các quy trình kỹ thuật chế biến món ăn

➤ Về kỹ năng:

- Vận dụng được các quy trình chế biến món ăn phù hợp với nhóm nguyên liệu là thịt gia súc, gia cầm và trứng
- Phân tích, đánh giá được các thao tác kỹ thuật trong chế biến từng món ăn tương ứng với các nhóm thực phẩm

➤ Về năng lực tự chủ và trách nhiệm:

- Ý thức được tầm quan trọng và ý nghĩa thực tiễn trong kỹ thuật chế biến các sản phẩm ăn uống
- Cân nhắc đưa ra lựa chọn phương thức chế biến phù hợp với từng đối tượng thực phẩm
- Tuân thủ nội quy, quy định nơi học tập và làm việc.

❖ PHƯƠNG PHÁP GIẢNG DẠY VÀ HỌC TẬP CHƯƠNG 5

- Đối với người dạy: sử dụng phương pháp giảng dạy tích cực (diễn giảng, vấn đáp, dạy học theo vấn đề); yêu cầu người học thực hiện câu hỏi thảo luận và bài tập chương 5 (cá nhân hoặc nhóm).
- Đối với người học: chủ động đọc trước giáo trình (chương 5) trước buổi học; hoàn thành đầy đủ câu hỏi thảo luận và bài tập tình huống chương 5 theo cá nhân hoặc nhóm và nộp lại cho người dạy đúng thời gian quy định.

❖ ĐIỀU KIỆN THỰC HIỆN CHƯƠNG 5

- **Phòng học chuyên môn hóa/nhà xưởng:** Không
- **Trang thiết bị máy móc:** Máy chiếu và các thiết bị dạy học khác

- **Học liệu, dụng cụ, nguyên vật liệu:** Chương trình môn học, giáo trình, tài liệu tham khảo, giáo án, phim ảnh, và các tài liệu liên quan.
- **Các điều kiện khác:** Không có

❖ KIỂM TRA VÀ ĐÁNH GIÁ CHƯƠNG 5

- **Nội dung:**
 - ✓ Kiến thức: Kiểm tra và đánh giá tất cả nội dung đã nêu trong mục tiêu kiến thức
 - ✓ Kỹ năng: Đánh giá tất cả nội dung đã nêu trong mục tiêu kỹ năng.
 - ✓ Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Trong quá trình học tập, người học cần:
 - + Nghiên cứu bài trước khi đến lớp
 - + Chuẩn bị đầy đủ tài liệu học tập.
 - + Tham gia đầy đủ thời lượng môn học.
 - + Nghiêm túc trong quá trình học tập.
- **Phương pháp:**
 - ✓ **Điểm kiểm tra thường xuyên:** kiểm tra ngẫu nhiên theo danh sách (hình thức: kiểm tra miệng)
 - ✓ **Kiểm tra định kỳ lý thuyết:** 1 điểm kiểm tra (hình thức tự luận hoặc trắc nghiệm)

❖ NỘI DUNG CHƯƠNG 5

1. Chế biến các món ăn từ thịt gia súc

1.1. Các món luộc

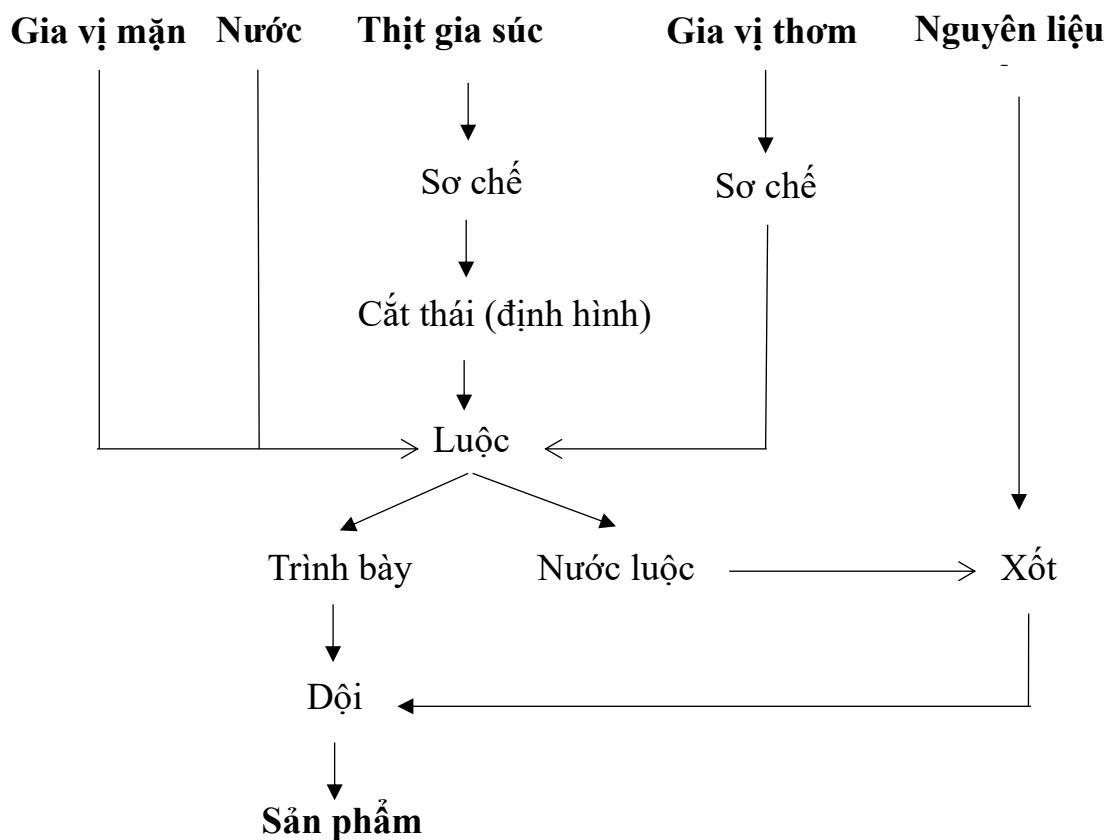
1.1.1. Đối với ăn Á

* Đối với ăn Á: thịt gia súc sử dụng cho món luộc thường pha miếng to. Chọn thịt loại ngon cho các món trộn, cuốn, nhúng. Có thể xẻ các đường dọc thớ để nguyên liệu dễ chín. Sản phẩm chín mềm, thái mỏng, khi ăn sử dụng nước chấm thích hợp.

1.1.2. Đối với ăn Âu

* Đối với ăn Âu: trong ăn Âu, có các món luộc thịt gia súc đi kèm với một loại sốt nhất định. Trong chế biến, khi luộc thịt gia súc thường cho các gia vị như hành củ, nụ đinh, lá nguyệt quế, muối... Thịt luộc chín, vớt ráo, thái miếng, bày vào đĩa rồi dội sốt tương ứng lên hoặc để sốt riêng. Sốt ăn với thịt luộc là sốt đỏ, sốt trắng, sốt mayonnaise, sốt dầu dấm, sốt crême, cùng với các thức đệm đi kèm như khoai tây luộc, hỗn hợp các loại rau luộc.

Sơ đồ quy trình chế biến các món luộc từ thịt gia súc



* Yêu cầu thành phẩm:

Nguyên liệu có màu nâu sẫm, mùi thơm của các gia vị thơm. Nguyên liệu chín mềm, không nát, không dai, không khô.

Đối với ăn Âu, xốt được sử dụng như gia vị để ăn kèm.

1.2. Các món nấu, hầm

1.2.1. Đối với ăn Á

Nguyên liệu chọn phần thịt, xương hoặc lẫn cả xương và thịt. Nguyên liệu chặt miếng to, tẩm ướp gia vị, đổ nước xâm xấp, đun đến khi nguyên liệu chín mềm, nước còn lại sánh là được.

Nguyên liệu phụ thường là rau, củ, quả như: măng, khoai tây, su hào, khoai sọ. Gia vị gồm: hành, tỏi khô, muối, tiêu, mì chính, mẻ, mắm tôm, nghệ... Khi nấu phải tuân theo nguyên tắc chế biến, nguyên liệu lâu chín cho vào trước, nhanh chín cho vào sau để đảm bảo sản phẩm có độ chín đồng đều.

1.2.2. Đối với ăn Âu

Nguyên liệu chọn phần thịt mỡ, vai, bắp của bò, dê, lợn, cừu, thỏ... Gia vị: hành tỏi khô, tiêu, muối, dấm, ớt bột, rượu vang trắng vang đỏ khi nấu (thịt bò nấu sốt vang dùng rượu vang đỏ của Pháp; các món cá sử dụng rượu vang trắng)

Nguyên liệu phụ trong ăn Âu là các loại củ có chất ngọt như khoai tây, củ cải, cà rốt, những nguyên liệu này được xào qua với bơ

Thức đệm thường là bánh mì, cơm, khoai tây luộc...

Cách làm:

- Thịt gia súc thái miếng to (50g - 70g) hình bao diêm hoặc miếng to bản.
- Tẩm ướp gia vị hoặc phối hợp với các nguyên liệu phụ (bột, cà chua, bơ, nấm...)
- Xào hoặc rán qua, cho nớc dùng, rượu vang, bột cà chua, cần tây, lá nguyệt quế, nụ đinh...

** Yêu cầu thành phẩm*

Sản phẩm làm chín bằng phương pháp nấu có màu sắc của nguyên liệu và gia vị tẩm ướp, mùi thơm, ngon đặc trưng của các gia vị. Nguyên liệu chín mềm, không nát, nguyên miếng, có nước sánh để ăn kèm với các món bún, cơm...

1.3. Các món rán, quay

1.3.1. Đối với ăn Á

Nguyên liệu gia súc chọn phần thịt nạc, ít xương, có thể dùng sườn.

Nguyên liệu gia súc pha khối được tẩm ướp qua rồi đem rán, để nhanh chín nguyên liệu có thể luộc qua rồi mới rán, quay.

Sản phẩm quay, rán thường ăn kèm dưa, kiệu chua, rau sống, ăn cùng với cơm, mì, bún...

Yêu cầu thành phẩm: Nguyên liệu có màu sắc đặc trưng của món rán, màu vàng đỏ cánh rán, mùi thơm, nổi vị ngọt của thịt và vị tẩm ướp. Nguyên liệu chín tới, không bở.

1.3.2. Đối với ăn Âu

Nguyên liệu gia súc chọn loại thịt thăn là chủ yếu, nguyên liệu được làm mềm, tẩm ướp trước khi đem rán.

Khi rán có thể lăn trứng, tẩm bột bánh mỳ rán (Thăn bò rán kiểu Anh, thịt bò bít tết Pháp). Các món rán Âu hay dùng các loại sốt như sốt trắng, đỏ, kem, bơ, hành.

Thức đệm ăn kèm là khoai tây rán, nghiền, mỳ ống luộc, bánh mỳ...

Trong ăn Âu nguyên liệu cắt thái theo định lượng từng suất, mỗi suất từ 100g đến 200g tùy theo lượng món ăn nhiều hay ít. Kích thước thông thường miếng nguyên liệu là 7 x 10 x 0,5cm. Sốt có thể dội trực tiếp lên sản phẩm hay bày riêng bên cạnh để người ăn lấy theo khẩu vị.

Yêu cầu thành phẩm : Nguyên liệu có màu vàng đến nâu, mùi thơm của bơ và sốt. Vị ngọt đậm của thịt mềm, không dai.

1.4. Các món nướng

Các món nướng có đặc điểm thơm, ngon, hấp dẫn, dễ chế biến. Nguyên liệu là: Thịt bò, dê, lợn, thỏ...Nguyên liệu chọn loại non, mềm, phần nạc, dễ chín. Cắt thái pha khối nhỏ, miếng, băm nhỏ, có thể cuộn hoặc bao gói.

Nguyên liệu được tẩm ướp rồi kẹp vào vỉ, hoặc xiên, nướng trên than hoa, trong lò, tủ nướng.

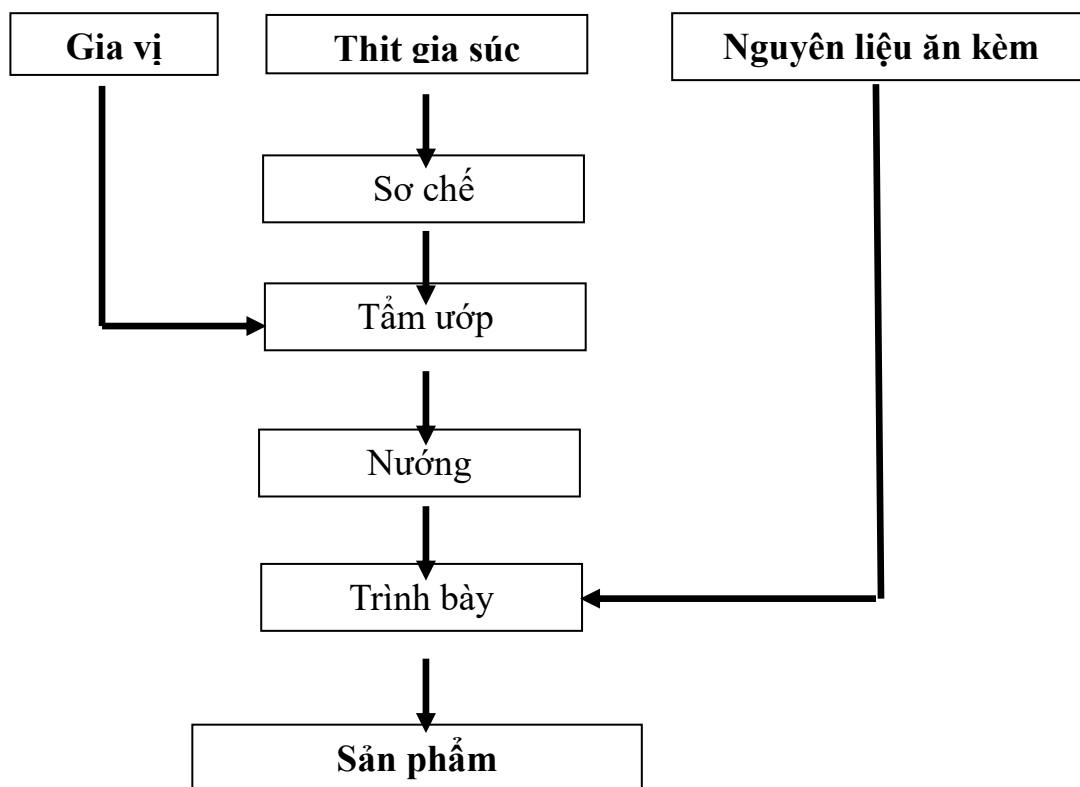
Tùy loại nguyên liệu chọn nhiệt độ nướng thích hợp, đối với những loại nguyên liệu ít chất béo thường tưới thêm mỡ trong quá trình nướng.

Các món nướng ăn kèm với rau sống, khoai tây rán, dưa góp, dưa chua...

Sản phẩm nướng có màu đặc trưng của thịt nướng, mùi thơm, chín tới, không khô xác.

Ứng dụng các món nướng: Bò nướng kim tiền, thỏ nướng lá chanh, thịt lợn xiên nướng kiểu Nga...

Sơ đồ quy trình chế biến các món nướng từ thịt gia súc



1.5. Các món xào

Các món xào sử dụng trong các món ăn Á.

Nguyên liệu: Thịt bò, dê, lợn...nguyên liệu chọn loại non, mềm, khi xào nguyên liệu cắt thái mỏng, to bản, được tẩm ướp qua (tùy loại nguyên liệu mà sử dụng gia vị cho thích hợp).

Khi xào lửa to, nhiệt độ xào cao, nguyên liệu chín tới, không có nước, có thể có xốt hay không có xốt. Nguyên liệu chính được xào trước, nguyên liệu phụ có thể chần qua cho chín đều, xào nguyên liệu phụ, cho tiếp nguyên liệu chính vào, nêm gia vị, xuống bột đao, bắc ra cho gia vị rau, tiêu.

Yêu cầu thành phẩm: Các món xào nguyên liệu có màu sắc tự nhiên, mùi thơm, vị vừa ăn, ngọt, nguyên liệu chín tới, không dai, không chảy nước.

1.6. Các món hấp

Nguyên liệu: thịt bò, dê, chó... chọn phần thịt nạc, non, mềm dễ chín.

Nguyên liệu được định hình như chân giò bó thỏ, dạ dày giả voi...hoặc nguyên liệu hấp một phần thịt ở dạng miếng to như thịt bê, thịt chó...

Yêu cầu thành phẩm: Thịt có màu tự nhiên, mùi thơm, vị ngọt, kết dính nhân tốt, lát cắt mịn.

1.7. Các món giò, chả

Các món giò, chả áp dụng trong ăn Á

Nguyên liệu chủ yếu là thịt bò, lợn. Chọn thịt nạc, bỏ hết gân, xơ, đem giã hoặc xay nhuyễn thành dạng quánh, dẻo, nêm gia vị, luộc chín (giò), hấp (chả lợn), nướng (chả quế).

Nguyên liệu chính: thịt gia súc

Nguyên liệu phụ: Mỡ, bì lợn, cốm...

Gia vị: muối, mắm, mì chính, chất tạo độ cứng, tạo mùi thơm.

Yêu cầu thành phẩm: Sản phẩm có mùi vị thơm, ngon, vị ngọt không bã. Trạng thái chín, ăn giòn, nhát cắt mịn.

1.8. Các món trộn

Các món trộn sử dụng trong ăn Á.

Nguyên liệu: thịt bò, thỏ, lợn, dê,... được thái chỉ hay thái chân hương trộn với thính, rau gia vị.

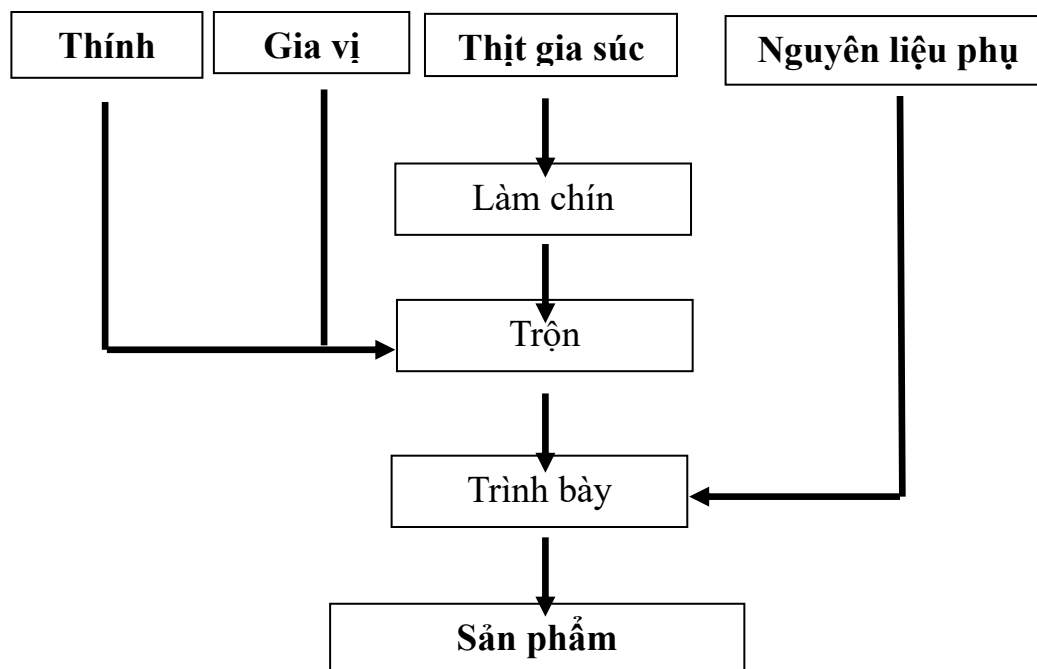
Nguyên liệu phụ: mỡ khô, bì lợn, rau gia vị...

Gia vị: muối, mắm, mì chính, riêng giã nhỏ, tỏi, ớt băm, chanh...

Thịt gia súc được làm chín bằng cách rán (thịt dê, thỏ) hoặc luộc (thịt lợn).

Thính làm bằng đậu tương, đậu xanh, gạo, vừng rang chín, xay nhỏ

Sơ đồ quy trình chế biến các món trộn từ thịt gia súc



Yêu cầu thành phẩm: nguyên liệu khô, rời, có mùi thơm, vị ngon, hơi chua, cay, béo.

2. Chế biến các món ăn từ thịt gia cầm

2.1. Các món luộc

Các món luộc từ nguyên liệu gia cầm sử dụng: gà, vịt, ngan, ngỗng, chọn loại non, béo. Gia cầm sơ chế sạch, mổ moi hay mổ phanh, đem luộc từ nước lạnh hoặc nước ấm 30 - 40°C.

** Đối với ăn Á*

Gia cầm luộc chín, chặt miếng vừa ăn, bày đĩa, khi ăn chấm gia vị phù hợp với nguyên liệu.

Ví dụ: gà chấm muối, chanh, ớt

Sản phẩm luộc có thể được chế biến tiếp như gà xé phay, gà quay giòn...

** Đối với ăn Âu*

Nguyên liệu sau khi luộc được lọc bỏ xương, thái miếng theo suất, dội xốt hay bày cùng, ăn kèm các món như khoai, mì luộc.

** Yêu cầu thành phẩm:*

Nguyên liệu gia cầm luộc có màu tự nhiên của nguyên liệu, vị ngọt, không khô, xác, trình bày đẹp.

2.2. Các món nấu

** Đối với ăn Á*

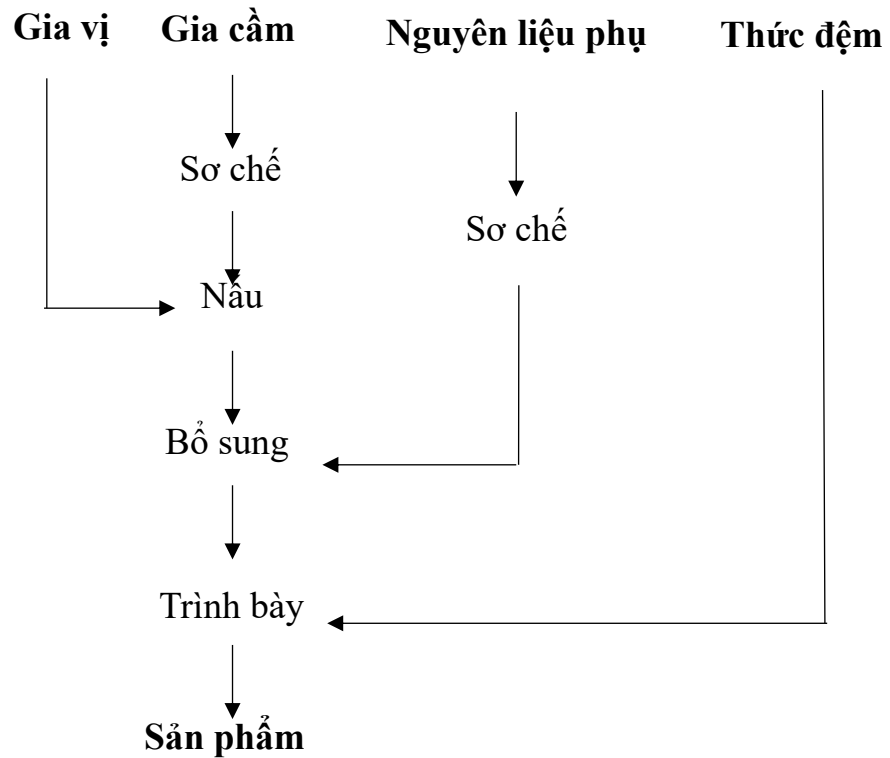
Nguyên liệu chọn loại chắc, già để quá trình chế biến lâu không bị nát, nhạt thịt.. Nguyên liệu có thể được xào hoặc rán qua, nấu hay ăn kèm với các loại rau củ như su hào, cà rốt, dưa, khoai, măng, hoa lơ...

Gia vị : muối, tiêu, mì chính, hành, tỏi...

** Đối với ăn Âu*

Ngoài các nguyên liệu trên còn sử dụng cam, nấm, các loại rượu, các loại xốt như xốt trắng, xốt đỏ...Thức đệm là khoai tây rán, bánh mì rán.

Sơ đồ quy trình chế biến các món nấu từ gia cầm



* *Yêu cầu thành phẩm:* Màu sắc đặc trưng của nguyên liệu, mùi thơm, vị vừa ăn, trạng thái chín mềm, không nát, không dai.

2.3. Các món quay, rán, bỏ lò

Nguyên liệu chọn loại non, béo, sơ chế mỡ moi hay mỡ phanh, tẩy hôi (ngan vịt). Có các cách quay, rán khác nhau.

Gia vị: tiêu, muối, hành tỏi khô, đường, mạch nha, mật ong...

Nguyên liệu ăn kèm: khoai tây rán, om bơ, các sản phẩm ngâm dấm (kiệu chua, măng ngâm dấm, ớt).

* *Phương pháp quay mềm*

Nguyên liệu được sơ chế, bôi gia vị quay để tạo màu rồi cho vào nồi gang, sâu đáy, đậy kín om với một ít nước và gia vị thơm đến khi nguyên liệu chín mềm là được.

Yêu cầu thành phẩm: Nguyên liệu có màu đỏ, màu cánh gián, mùi thơm, vị ngọt, nguyên liệu chín mềm.

* *Phương pháp quay giòn*

Nguyên liệu được làm chín tương đối (60 đến 70% bằng cách luộc, trong nước luộc có gia vị mặn, thơm). Sau đó để ráo, phết gia vị tạo màu bên ngoài rồi quay để tạo màu.

Yêu cầu thành phẩm: Nguyên liệu có màu đỏ cánh gián, mùi thơm, vị ngon, ngọt, béo, không khô xác, trình bày đẹp.

2.4. Các món hầm, ninh

Nguyên liệu gia cầm: Gà, vịt, chim....

Nguyên liệu phụ: Nấm, hạt sen, dưa, củ đậu, cốm, thuốc bắc...

Gia vị: các gia vị mặn, ngọt.

Nguyên liệu chặt miếng to, tẩm ướp gia vị, có thể xào hoặc rán qua, đổ nước xâm xấp đun nhỏ lửa đến khi chín mềm. Các loại rau, củ, quả đem nấu cùng thái khối to, bỏ vào đun tới khi rau quả chín, gia cầm không nát, nguyên miếng.

Yêu cầu thành phẩm:

- + Màu sắc tự nhiên của nguyên liệu.
- + Mùi thơm của nguyên liệu và gia vị đặc trưng, vị ngọt.
- + Trạng thái còn nước sánh, thịt chín mềm, nguyên miếng, không nát.

Đối với ăn Á thường sử dụng cả nước và cái. Ăn Âu chủ yếu sử dụng nước ở trạng thái ninh kỹ, nghiền, lọc. Nước hầm để ăn trực tiếp hay chế biến xốt, xúp.

2.5. Các món tần, hấp

Phương pháp này sử dụng phổ biến với gia cầm. Nguyên liệu chọn loại non, béo để tần, hấp trực tiếp hay để nhồi (kết hợp với nguyên liệu phụ khác).

Nguyên liệu tần, hấp thường dùng cả con, có thể pha miếng, lọc lấy da để nhồi nhân vào trong.

Yêu cầu thành phẩm: Sản phẩm có màu sắc tự nhiên của nguyên liệu, mùi thơm, vị ngọt, sản phẩm chín mềm, không nát, bã, nhân kết dính tốt. Trình bày đẹp.

3. Các món ăn từ trứng gia cầm

3.1. Các món luộc

* Trứng luộc có vỏ

- + Nên luộc trứng khi nước lạnh tránh nứt, vỡ vỏ
- + Độ chín của trứng được căn theo thời gian luộc
- Chín kỹ: 10 phút
- Chín lòng đào: 6-9 phút theo yêu cầu

* Trứng luộc không vỏ

- Trứng chần: Trứng được đập vào các dụng cụ chứa đựng rồi chần qua nước sôi

- Trứng luộc tạo hình: Lòng đỏ và lòng trắng trứng được tách khéo léo, sau đó đưa vào các khuôn tạo hình trước khi luộc

3.2. Các món rán

* Các món trứng rán nguyên tròng

- Trứng ốp: Đun nóng chảo, thêm lượng nhỏ chất béo, đập trứng chiên áp chảo 1 mặt hoặc 2 mặt, độ chín theo yêu cầu người dùng

- Trứng rán ngập dầu: Trứng được làm tương tự như trứng ốp nhưng lượng dầu ngập trứng để tạo độ phồng, xốp cho trứng

* Các món trứng rán cuộn

- Trứng cuộn không kèm nguyên liệu: Trứng được đánh tan, thêm gia vị, sau đó láng mỏng trên mặt chảo đến khi hơi khô bề mặt thì cuộn lại nhiều lớp

- Trứng cuộn kèm nguyên liệu: Ngoài trứng có thể thêm hành hoa, hành khô, thịt băm, cà rốt băm

3.3. Các món bỏ lò

+ Nguyên liệu gồm có : trứng gà, gia vị: tiêu, muối, hành...

- Nguyên liệu phụ: Các loại củ, quả, thịt gia súc, gia cầm...

- Thức đệm: rau củ quả, bánh mì...

- Các món bánh tráng miệng được làm từ trứng với bơ, đường, sữa, kem như bông lan, tart, bánh quy,...

+ Quy trình chế biến

Trứng được đánh tan, phối trộn cùng nguyên liệu phụ, sau đó đem bỏ lò, nướng ở nhiệt độ từ 160 đến 220 độ C, tùy thuộc yêu cầu đối với sản phẩm

+ Yêu cầu sản phẩm

-Màu sắc: Màu vàng, hơi xém cạnh

- Mùi: thơm đặc trưng của trứng ở nhiệt độ cao kết hợp với mùi gia vị, nguyên liệu nấu cùng.

- Vị: ngọt, bùi

- Trạng thái: Chín đều, đồng nhất

3.4. Các món canh

+ Nguyên liệu gồm có: nước dùng, nguyên liệu phụ, gia vị, trứng.

+ Quy trình chế biến

Nước dùng được đun sôi, trứng đánh tan. Đổ từ từ trứng vào nước dùng đang sôi hoặc đổ toàn bộ trứng vào nồi và dùng đũa hoặc muôi khuấy để trứng phân bố đều trong môi trường nước.

Canh trứng có thể nấu kèm các nguyên liệu khác như: Thịt băm, cà chua, hành hoa, hành Baro, rong biển, tảo biển,...

+Yêu cầu sản phẩm

-Màu sắc: Màu vàng của trứng và màu sắc biến đổi tự nhiên của các nguyên liệu nấu kèm

- Mùi: Thơm, không tanh

- Vị: Ngọt, bùi của trứng và nguyên liệu nấu kèm, ăn cùng

- Trạng thái: Các vân trứng đều, nổi trên bề mặt, nước dùng trong

❖ TÓM TẮT CHƯƠNG 5

Trong chương này, một số nội dung chính được giới thiệu:

- Kỹ thuật chế biến nước các món ăn từ thịt gia súc
- Kỹ thuật chế biến nước các món ăn từ thịt gia cầm
- Kỹ thuật chế biến nước các món ăn từ trứng gia cầm

❖ CÂU HỎI VÀ TÌNH HUỐNG THẢO LUẬN CHƯƠNG 5

1. So sánh các quy trình kỹ thuật chế biến các món nướng, xào, hấp trộn nguyên liệu từ thịt gia súc
2. Phân tích tính chất các loại nguyên liệu được sử dụng trong các món luộc, nấu, quay rán nguyên liệu thịt gia cầm
3. Trình bày những ứng dụng phổ biến trong chế biến trứng gia cầm mà em biết trong thực tế.

Chương 6: KỸ THUẬT CHẾ BIẾN BÁNH

❖ GIỚI THIỆU CHƯƠNG 6

Chương này cung cấp cho người đọc những kiến thức về kỹ thuật, quy trình chế biến nước dùng các loại bánh Việt Nam, Âu. Cung cấp cho người học những kiến thức cơ bản trong phân biệt các loại bánh Á, Âu, sử dụng được các nguyên liệu và kỹ thuật chế biến phù hợp yêu cầu từng loại bánh.

❖ MỤC TIÊU CHƯƠNG 6

Sau khi học xong chương này, người học có khả năng:

➤ Về kiến thức:

- Trình bày và giải thích được khái niệm, ý nghĩa, các yêu cầu kỹ thuật chế biến bánh Việt Nam, bánh Âu
- Trình bày và phân biệt được các quy trình tương ứng với từng phương pháp chế biến chế biến bánh ngọt, bánh mặn, bánh có bột,... trong chế biến các loại bánh Á, bánh Âu
- Nhận thức đầy đủ về các quy trình kỹ thuật chế biến món ăn

➤ Về kỹ năng:

- Vận dụng được các quy trình chế biến một số loại bánh phổ biến
- Phân tích, đánh giá được các thao tác kỹ thuật trong chế biến từng món ăn tương ứng với các nhóm thực phẩm

➤ Về năng lực tự chủ và trách nhiệm:

- Ý thức được tầm quan trọng và ý nghĩa thực tiễn trong kỹ thuật chế biến các sản phẩm ăn uống
- Cân nhắc đưa ra lựa chọn phương thức chế biến phù hợp với từng đối tượng thực phẩm
- Tuân thủ nội quy, quy định nơi học tập và làm việc.

❖ PHƯƠNG PHÁP GIẢNG DẠY VÀ HỌC TẬP CHƯƠNG 6

- Đối với người dạy: sử dụng phương pháp giảng dạy tích cực (diễn giảng, vấn đáp, dạy học theo vấn đề); yêu cầu người học thực hiện câu hỏi thảo luận và bài tập chương 5 (cá nhân hoặc nhóm).
- Đối với người học: chủ động đọc trước giáo trình (chương 5) trước buổi học; hoàn thành đầy đủ câu hỏi thảo luận và bài tập tình huống chương 5 theo cá nhân hoặc nhóm và nộp lại cho người dạy đúng thời gian quy định.

❖ ĐIỀU KIỆN THỰC HIỆN CHƯƠNG 6

- **Phòng học chuyên môn hóa/nhà xưởng:** Không
- **Trang thiết bị máy móc:** Máy chiếu và các thiết bị dạy học khác
- **Học liệu, dụng cụ, nguyên vật liệu:** Chương trình môn học, giáo trình, tài liệu tham khảo, giáo án, phim ảnh, và các tài liệu liên quan.
- **Các điều kiện khác:** Không có

❖ KIỂM TRA VÀ ĐÁNH GIÁ CHƯƠNG 6

- Nội dung:

- ✓ Kiến thức: Kiểm tra và đánh giá tất cả nội dung đã nêu trong mục tiêu kiến thức
- ✓ Kỹ năng: Đánh giá tất cả nội dung đã nêu trong mục tiêu kỹ năng.
- ✓ Năng lực tự chủ và trách nhiệm: Trong quá trình học tập, người học cần:
 - + Nghiên cứu bài trước khi đến lớp
 - + Chuẩn bị đầy đủ tài liệu học tập.
 - + Tham gia đầy đủ thời lượng môn học.
 - + Nghiêm túc trong quá trình học tập.

- Phương pháp:

- ✓ **Điểm kiểm tra thường xuyên:** 1 điểm kiểm tra (hình thức: kiểm tra miệng).
Kiểm tra ngẫu nhiên theo danh sách
- ✓ **Kiểm tra định kỳ lý thuyết:** không có

❖ NỘI DUNG CHƯƠNG 6

1. Kỹ thuật chế biến bánh Việt Nam

1.1. Khái quát chung

1.1.1. Khái niệm

Bánh là món ăn gọn nhẹ, dễ sử dụng và thuận tiện. Bánh thường được chế biến từ các nguyên liệu chủ yếu là gạo, bột mì, ngô, khoai, sắn... với đường, trứng, sữa... Là món ăn quen thuộc trong đời sống hàng ngày, thường được sử dụng trong các bữa phụ, ăn đêm tâm.

1.1.2. Phân loại bánh

Để dễ phân biệt, việc phân loại bánh được căn cứ vào nguồn gốc xuất xứ và phân thành hai nhóm chính sau:

* Bánh Việt Nam là những loại bánh có đặc điểm chính sau:

- Được làm từ gạo, ngô, khoai, sắn... ở dạng nguyên hạt hoặc dạng bột.
- Bao bì, bao gói chủ yếu là dùng lá chuối, lá dong.
- Cấu tạo gồm hai phần chính là lớp vỏ và nhân.

* Bánh Âu là những loại bánh có đặc điểm chính sau:

- Được làm từ bột mì
- Cấu tạo gồm ba phần chính: Bật, kem và nhân

- Trình bày, trang trí luôn được coi trọng do đó từng cái bánh và các chi tiết khác, như: lớp kem, lớp bột, nhân đẹp, hấp dẫn.

- Bao bì đa dạng: bằng túi nilon, giấy carton, hộp kim loại in ấn đẹp, trình bày đa dạng có tính thẩm mỹ mang lại hiệu quả cao về dự trữ, bảo quản, vận chuyển, giá trị thương mại...

1.2. Dụng cụ chế biến bánh

a. Dụng cụ để gia công bánh

- Bàn chế biến
- Thùng chứa bột nhào
- Trục lăn
- Dao cắt bột
- Bàn xoa
- Khuôn bánh
- Dụng cụ trang trí bánh,...

b. Dụng cụ để làm chín bánh

- Nồi xoong, chảo, lòng hấp
- Khay để nướng bánh
- Khuôn để nướng bánh
- Lò nướng

1.3. Nguyên liệu chế biến bánh

1.3.1. Nguyên liệu là lương thực

- Nguyên liệu là ngô, gạo, khoai sắn chiếm một tỷ lệ lớn trong bánh, cấu tạo nên bánh hay giữ vị trí làm nền cho bánh như vỏ bánh... các nguyên liệu này tùy theo yêu cầu của bánh mà sử dụng bột khô hay bột ướt. Yêu cầu chung là phải sạch, không vón cục, không hôi, mốc, mốc. Thường có hai loại bột khô và bột tinh.

- Bột khô hay còn gọi là bột ngang, kích thước hạt bột to hơn bột tinh. Loại bột này gồm các loại bột chế biến từ gạo, ngô, khoai, sắn đem đi nghiền hoặc xay nhỏ.

- Bột tinh là bột có kích thước nhỏ, mịn hơn bột khô nhiều lần. Bột tinh được chế biến qua một quá trình nghiền, xay, giã, mài rồi ngâm, lọc kỹ, sấy khô, đặc biệt bột tinh sau khi chế biến bao giờ cũng trong suốt, giòn và dai.

1.3.2. Nguyên liệu là thực phẩm

+ Đường gồm có đường kính, đường cát, đường phèn... tùy loại đường cụ thể mà có yêu cầu chất lượng cụ thể.

+ Mật thường dùng là mật mía. Mật có phẩm chất tốt là mật có mùi thơm, trong, không cặn, bụi, rác. Có màu đỏ cánh gián và vị ngọt đậm, không chua.

+ Thực phẩm tươi sống như: thịt, trứng, các loại rau củ, quả.

+ Gia vị dùng để chế biến bánh mận như gia vị mắm, muối, mì chính,...

+ Chất béo: mỡ, dầu thực vật

+ Nguyên liệu khác:

Chất thơm: các chất thơm tự nhiên hoặc nhân tạo cho vào bánh để tạo cho bánh có mùi thơm, ngon hấp dẫn. Chất thơm tự nhiên là các loại tinh dầu lấy từ thực vật chứa tinh dầu bằng phương pháp chiết xuất như tinh dầu cam, dứa, bưởi... quan trọng là vani có dạng tinh thể màu trắng và có mùi thơm hấp dẫn dễ chịu. Các chất thơm để lâu thường mất mùi, khi sử dụng liều lượng cho vào rất nhỏ, nếu nhiều sẽ không có lợi về mùi và vị. Các chất màu: chất màu tự nhiên như lá gai, lá dong, lá khúc, dành dành, gấc, nghệ, trà xanh... chất tạo màu xanh đỏ, vàng tằm tại ở dạng bột hay tinh thể, dễ hòa tan trong nước. Các chất làm nở bột để làm tăng độ xốp, độ nở của bánh như bánh mì, bánh bao, quẩy.

1.4. Kỹ thuật chế biến bánh

1.4.1. Kỹ thuật sủ bột

Một số bánh như: bánh bột lọc, bánh xu xê, phải có cách nhào riêng, vì các loại bánh này khi nặn bánh phải có độ dẻo nhất định và sau khi chín, bánh cần có độ trong suốt, dẻo, giòn...

+ Sủ bột bằng đun cách thủy. Bột hoà vào nước cho tan với tỷ lệ lượng nước gấp hai lượng bột.

- Đun cách thủy, vừa đun vừa khuấy liên tục, cho tới khi bột nửa sống, nửa chín.

- Đổ bột ra bàn nhào nhanh cho bột dẻo, mịn, mượt, quánh là được.

+ Sủ bột bằng nước sôi

- Bột cần phải có một độ ẩm nhất định.

- Để bột trên mặt bàn, đổ nước sôi vào, cho bột chín khoảng 1/2 tổng số bột, nhào nhanh tay cho bột mịn, dẻo, quánh là được.

1.4.2. Kỹ thuật chế biến đường

+ Kỹ thuật hoán đường

Nguyên liệu:

Đường: 100%.

Nước: 35% đến 40%.

Lòng trắng trứng 2% đến 2,5%

Phèn chua: 0,02%

Hương liệu: 0,001%

Kỹ thuật chế biến: Cho đường hòa vào nước cùng lòng trắng trứng, đun sôi hớt hết bọt, tiếp tục đun nhỏ lửa cho tới khi đường có bọt sủi nhỏ, sánh, trắng dẻo. Cho phèn chua vào đánh thật dẻo, quánh cuối cùng cho hương liệu vào đánh đều. Chú ý: Khuấy đều liên tục trong quá trình đun sôi.

+ Kỹ thuật đường thắng

Nguyên liệu:

Đường: 100%.

Nước: 35% đến 40%.

Nước cốt chanh: 0,002%

Tinh dầu thơm: 0,001%

Kỹ thuật chế biến: Đường hòa tan với nước, đun sôi hớt bọt, tiếp tục đun đến khi dòng đường kéo dài khoảng 4cm là được, sau đó cho nước chanh và tinh dầu thơm vào khuấy đều, tắt bếp. (Yêu cầu nước đường phải trong suốt, không bị mờ đục, nước đường này là nguyên liệu chế biến bánh dẻo).

+ Kỹ thuật làm đường Caramen

Cách làm tương tự như thắng đường, nhưng đun đến khi đường đổi sang màu nâu (đường đã bị caramen hoá), thì cho nước vào tiếp tục đun cho đường tan đều là được.

1.4.3. Phương pháp làm chín bánh

a. Phương pháp làm chín bằng đun trong nước sôi

Phương pháp này được áp dụng để chế biến nhiều loại bánh điển hình như: bánh chưng, bánh trôi, bánh chay...

b. Phương pháp làm chín bằng hơi nước

Phương pháp này cũng được dùng để chế biến nhiều loại bánh như: Bánh bao, bánh cuốn, bánh gai, bánh khúc, bánh giò...vv.

c. Phương pháp làm chín bằng chất béo

Phương pháp này cũng được dùng để chế biến một số loại bánh thông dụng như: bánh rán, bánh xèo, bánh quẩy...vv.

d. Phương pháp làm chín bằng hơi nóng trực tiếp

Dùng để chế biến một số loại bánh như: Bánh nướng, bánh quy, bánh mỳ....

+ Phương pháp làm chín hỗn hợp

Dùng để chế biến một số loại bánh thông dụng, như: Bánh dẻo, bánh khảo, bánh đậu xanh....

2. Kỹ thuật chế biến bánh Âu

2.1. Khái quát chung về bánh Âu

2.1.1. Khái niệm

Các loại bánh được chế biến bằng nguyên liệu và phương pháp đặc trưng của các nước châu Âu

2.1.2. Phân loại bánh Âu

+ Theo khẩu vị bánh

Bánh mặn: bao gồm các loại bánh nổi vị mặn là chủ yếu, loại bánh này chế biến từ các nguyên liệu là bột (bột gạo, mì, ngô, khoai, sắn) với trứng, sữa, bơ, ...bánh được sử dụng trong các bữa ăn thường, bữa phụ, hoặc ăn tiệc.

Bánh ngọt: được chế biến từ các nguyên liệu chính là bột, đường, bơ, trứng, sữa, mứt, quả tươi cùng các nguyên liệu phụ như socola, cà phê, chất màu, rượu ngọt... sử dụng ăn tráng miệng, dùng vào bữa phụ.

+ Theo đặc điểm công nghệ chế biến

Bánh choux: bao gồm bánh được làm từ bột choux (bánh xu kem)

Bánh biscuit (bích quy): loại bánh này có nhiều loại khác nhau, mỗi loại bánh có nhiều cách chế biến bột bích quy khác nhau về cấu tạo nguyên liệu và sự tạo thành trạng thái bột.

Bánh tarte (tác to): là loại bánh làm từ bột gấp saflé có nhân là kem, mứt trái cây...

Bánh Creps: là loại bánh được tráng mỏng làm từ bột crep (crep xoài, crep sầu riêng...)

Bánh gâteaux (ga tô): bao gồm các loại bánh làm từ bột savoa.

Bánh soufflé (suflê) là loại bánh có thành phần lòng trắng trứng đánh nổi bọt khi nhào bột, bánh chín nở to.

Bánh brioche: làm từ bột nhào lên men.

2.2. Nguyên liệu và dụng cụ chế biến bánh Âu

2.2.1. Nguyên liệu làm bánh

Bột để chế biến: Thông dụng là bột mì, ngoài ra còn có bột ngô, bột khoai... là nguyên liệu chủ yếu để làm bột bánh và cũng là nền của bánh.

- Đường thường dùng là đường kính.

- Sữa: thường dùng là sữa tươi, sữa đặc, sữa bột dùng làm nhân trang trí bánh ngọt, làm bánh dậy mùi thơm, tăng giá trị dinh dưỡng.

- Trứng: có loại bánh chỉ lấy lòng trắng, có loại chỉ lấy lòng đỏ hoặc lấy cả hai. Làm bánh thơm ngon và bở, làm bánh nở xốp và tạo màu làm đẹp cho sản phẩm.

- Kem: dùng để làm nhân bánh hoặc phủ lên bánh

- Bơ: làm cho bánh to xốp, bánh thơm ngon hơn.

- Nước: là thành phần quan trọng tạo nên bột bánh

- Trái cây: là thành phần không thể thiếu trong một số loại bánh ngọt, trái cây làm tăng vẻ đẹp tự nhiên, giá trị dinh dưỡng của bánh.

- Mứt: làm nhân bánh hoặc trang trí bánh

- Cà phê: Là bột hòa tan hay cà phê bột, yêu cầu thơm, không mùi lạ, không mốc

- Socola: Là nguyên liệu hay dùng trong chế biến bánh kẹo, có đặc điểm màu nâu đen, dễ hút ẩm và chảy nước nếu không có thì có thể thay thế bằng ca cao. Yêu cầu phải khô, không mốc, vón cục và thơm

- Rượu ngọt: Có rượu cam, chanh, rum, táo, dứa...nói chung là các loại rượu có vị ngọt mùi thơm mạnh, thường dùng để rưới vào bánh hoặc cho lẫn vào caramen bánh với lượng ít.

- Bột nở, chất thơm và một số phụ gia khác...

2.2.2. Dụng cụ chế biến bánh Âu

a. Dụng cụ để gia công bánh

- Bàn chế biến

- Thùng chứa bột nhào

- Trục lăn

- Dao cắt bột

- Bàn xoa

- Khuôn bánh

- Dụng cụ đánh trứng, kem

b. Dụng cụ để làm chín bánh

- Nồi xoong, chảo, lòng hấp

- Khay để nướng bánh

- Khuôn để nướng bánh

- Lò nướng

c. Các dụng cụ tạo hình, trang trí bánh

- Khuôn
- Đui bắt kem
- Cây tạo hình
- Dụng cụ láng bánh
- Cọ vẽ...

2.3. Chế biến một số sản phẩm

2.3.1. Kỹ thuật chế biến bột bánh

- Bột gấp: Là bột có nhiều lớp, chúng đặt chồng lên nhau, giữa hai lớp bột xen kẽ một lớp bơ đặc, đặc điểm này giúp bột trở lên toï xốp và béo ngậy. Bột gấp để làm nhiều bánh mặn và nhân ngọt

Nguyên liệu: (Tỷ lệ tính theo khối lượng)

Bột mì 100%

Bơ 80%

Nước 40%

Muối

Cách làm: Bột mì rây sạch, quây thành miếng giềng, cho muối, nước nhào kỹ, đặt vào khay để lạnh 15 phút rồi đem cán khối bột thành hình vuông có độ dày bằng 4mm. Xếp bơ phủ kín $\frac{1}{2}$ diện tích, gấp nửa bột còn lại phủ kín bơ, để bột trong tủ lạnh 15 phút sau đó cán bột thành hình chữ nhật có chiều dài bằng 3 lần chiều rộng, tiếp tục gấp bột thành hình vuông rồi đưa vào làm lạnh 15 phút sau đó tiếp tục cán, cứ như vậy đến 4-6 lần.

Chú ý: Độ rắn của bơ và bột cũng gần bằng nhau, bơ không nên mềm quá Nếu không có bơ có thể thay bằng magarin.

Mùa hè không cán quá 5 lần, mùa đông không cán quá 6 lần, mỗi lần cán và gấp phải để trong điều kiện lạnh.

Không đặt bột lên nước đá mà phải đặt vào khay

Cán đều tay để bột mỏng bằng nhau, khi chín không bị méo mó

Cán xong phải làm chín ngay. Nếu để lâu bột sẽ không nở, bị chảy bơ và bột không thành lớp.

- Bột crep: Là loại bột ở dạng nước bột sắn, loãng, được pha trộn từ bột mì, trứng, sữa tươi hoặc nước, đường, muối. Loại này dùng để chế biến bánh crep mặn và crep ngọt.

Nguyên liệu: (Tỷ lệ tính theo khối lượng)

Bột mì 100%

Sữa tươi 200%

Đường 20%

Trứng 40-50%

Cách làm: Bột rây sạch cho vào chậu cùng trứng, sữa tươi hoặc nước, đường, muối khuấy đều cho tới khi dung dịch sánh loãng, đồng nhất, mượt. Khi tráng tạo thành lớp bột mỏng rộp đều.

- Bạt bích quy

Nguyên liệu (Tỷ lệ tính theo khối lượng)

Bột mì 100%

Đường 40-60%

Trứng 25-50%

Bột nở 0,1- 0,3%

Bơ hoặc mỡ 10 - 15%

Nước 10 -15 %

Chất thơm vani

Cách làm: Bột mì rây sạch quay thành hình miệng giếng, trứng với đường đánh nổi bông. Bột nở hòa tan trong nước. Cho tất cả những thứ trên cùng với bơ vào giữa khối bột rồi dùng dao cắt bột gạt bột từ từ vào giữa, trộn đều tất cả sao cho bột thấm đều các nguyên liệu trên, sau đó thu khối bột lại, phủ trên bằng khăn bông ẩm cho bột nở.

- Bạt savoa: Loại bột này để chế biến bánh ga tô

Nguyên liệu: (Tỷ lệ theo khối lượng)

Bột mì 50%

Trứng 100%

Đường 50%

Vani

Cách làm: Dùng máy hoặc phới đánh trứng, vừa đánh vừa rắc đường từ từ đến hết đường. Đánh tiếp tục và với tốc độ cao hơn khoảng 10-15 phút. Sau đó ngừng đánh rắc bột vào một cách từ từ, trộn đều.

Bạt sau khi đánh xong yêu cầu: Nhẹ, xốp, bột không vón cục và phân phối đều khắp, mềm mại, đàn hồi, màu vàng, mùi thơm.

2.3.2. Kỹ thuật chế biến một số bánh Âu điển hình

a. Bánh choux

*** Nguyên liệu:**

Bột choux dùng làm cốt bánh, vỏ bánh. Crème các loại (crème beurre, crème chocolate, crème café). Mút đông, đường (ở các giai đoạn dùng để làm nhân bánh hoặc trang trí bánh).

Nguyên liệu phụ : Đường, trứng, hạt dẻ, rượu (Rhum, kirch) dùng để tăng hương vị của bánh

Cách làm: Cho bột choux vào túi vải có gắn đót. Tùy theo tên bánh khác nhau mà dùng đót để thụt ra các hình thù khác nhau vào khay đã xoa mỡ. Giai đoạn này được gọi là định hình bánh. Sau đó tùy thuộc vào bánh mà có thêm hạt dẻ hoặc hạnh nhân băm nhỏ hoặc đường rắc lên trên mặt bánh. Giai đoạn này được gọi là khâu gia công thêm. Sau đó bánh được làm chín bằng lò nướng ở nhiệt độ thích hợp là 200°C - 250°C trong điều kiện cửa lò mở

*** Yêu cầu thành phẩm :**

Bánh sau khi chín phải đạt yêu cầu ruột phải nở rỗng hoàn toàn, khô, không ướt. Bánh nướng xong tùy theo bánh mà mở ngang hông giữa hoặc giữ nguyên mà cho mút đông, xi rô, rượu mùi... vào làm nhân hoặc phủ lên trên bánh để trang trí bánh giai đoạn này gọi là hoàn chỉnh bánh.

b. Bánh gato

*** Nguyên liệu :**

Bột savoa dùng làm cốt bánh.

Nguyên liệu phụ : Bột hạnh nhân hoặc bột hạt dẻ để trộn lẫn với bột savoa.

Nguyên liệu làm nhân bánh và trang trí: Crème các loại (kể cả pha màu), rượu ngọt có mùi thơm (rhum, kirch, cam, chanh...), mút, quả tươi, xi rô đường (nấu ở các giai đoạn), chocola, cà phê, hạt dẻ...

*** Cách làm:**

Cho bột savoa vào khay hoặc khuôn có kích thước và hình dáng thiết kế sẵn. Trường hợp có nguyên liệu phụ gia phối trộn thêm như bột hạt dẻ gateaux avelines) bột hạnh nhân (gateaux anglais)... được phối trộn một cách nhẹ nhàng và khối bột phải đồng nhất rồi mới đổ vào khuôn hoặc khay. Đây là khâu định hình bánh. Bột được đem vào nướng. Nhiệt độ nướng ban đầu là để 170°C trong thời gian 5 phút sau đó tăng lên 200°C đến khi bánh chín. Khâu gia công bánh: Bánh được lấy ra khỏi khay và để nguội, cắt sửa theo hình dáng riêng của bánh, sau đó bánh được lạng mỏng thành từng tấm mỏng hơn rồi tưới rượu mùi, trát kem giữa các tấm bột chồng khít lại như cũ. Bánh được phủ một lớp kem, đường trên mặt rồi cắt bánh thành các bánh nhỏ hơn.

Khi trang trí bánh thường dùng các cornet (túi vải) có gắn đót khác nhau và các cornet để thụt kem lên trên mặt bánh tạo thành các đường nét trang trí. Có thể bày các quả tươi, khô, mứt, kem các loại lên trên mặt bánh để trang trí.

* Yêu cầu sản phẩm:

Bánh có hình dáng đẹp, gọn, trang trí hấp dẫn, kem không bị chảy, màu sắc không bị nhòe lẫn nhau, đường nét, rõ ràng, các hình trên mặt phải bền vững thời gian lâu từ 1 – 3 ngày

c. Bánh soufflé

* Nguyên liệu:

Bột choux dùng làm cốt bánh (loại bỏ lòng đỏ trứng)

Các nguyên liệu phụ: Cà phê bột, chocola, xirô đường (giai đoạn petite casse), trái cây (táo, dứa, chuối, mơ...) dùng để trang trí, làm nhân bánh, tạo hương vị, màu sắc cho bánh

* Cách làm: Pâte choux cho vào túi vải có gắn thụt pate rồi đùn vào khay có xoa mỡ, bánh được định hình to nhỏ tùy thuộc vào từng bánh. Những bánh soufflé đều có hình tròn. Bánh được đem nướng trong lò với nhiệt độ thích hợp là 170⁰C - 200⁰C. Trong điều kiện không đầy nắp lò hoàn toàn. Bánh chín lấy ra để nguội rồi tiến hành gia công thêm để hoàn chỉnh bánh.

Khâu gia công thêm tùy theo bánh mà xử lý khác nhau. Ví dụ: Nếu dùng xirô đường ở giai đoạn petite trộn lẫn với cà phê bột hòa tan hoặc chocola rồi tráng lên mặt bánh ta được Soufflé au cafe hay Soufflé au chocola. Nếu ruột bánh được xẻ ngang hông hay giữa bánh cho quả tươi cắt miếng vào làm nhân như táo, dứa, chuối ta được các loại bánh mang tên loại hoa quả đó.

* Yêu cầu thành phẩm :

Bánh Soufflé sau khi làm chín phải nở to, thể tích tăng gấp 3-4 lần ban đầu, màu vàng, ruột bông khô.

d. Bánh chausson

* Nguyên liệu:

Pâte feuilletée dùng làm vỏ bánh, cốt bánh.

Nhân : Có nhân mặn (thịt, mỡ, bơ, nấm, hành, tiêu, muối)

Có nhân ngọt (trái cây tươi như táo, lê, hạnh nhân, mứt, dứa...)

Trứng gà để hồ bánh

*Cách làm :

Pâte đem cán có độ dày 0,5cm. Dùng khuôn cắt tạo thành các hình tròn có đường kính là 7 – 8cm. Nhân bánh có thể là nhân ngọt hoặc nhân mặn được làm từ thịt,

nấm, hành băm nhỏ rồi trộn với tiêu, nước, muối xào bằng bơ hoặc mỡ, pho mát nạo to. Nếu là nhân ngọt thì làm từ các quả tươi được sơ chế cắt miếng ngâm trong đường như táo, lê, dứa... hoặc mứt nhuyển, mứt khô.

Tùy theo từng loại bánh mà sử dụng các loại nguyên liệu khác nhau. Sau khi cho nhân vào các miếng bột đã cắt sẵn rồi gấp thành hình chiếc giày vải. Bánh này sau khi định hình xong thì được hồ bánh. Giai đoạn này được thực hiện bằng cách dùng bút lông quét trứng lên bề mặt của bánh rồi đem nướng chín. Nhiệt độ của lò nướng $200^{\circ}\text{C} - 250^{\circ}\text{C}$. Nhân táo là bánh chausson au pommes, nhân hạnh đào là bánh chausson au noix, nhân chuối là chausson au bananes...

* Yêu cầu thành phẩm :

Bánh chausson sau khi chế biến xong vỏ bánh phải nở, to, xốp, có nhiều lớp, màu nâu da lươn.

e. Bánh brioche

* Nguyên liệu: Pâte brioche dùng làm cốt bánh

Các nguyên liệu phụ như socola, nho khô, hạnh nhân, vỏ chanh dùng thêm vào bột. Trứng hoặc crème dùng để hồ bánh. Mứt đông, quả nẫu, đường hạt to... dùng để trang trí bánh.

* Cách làm :

Pâte brioche đem cán mỏng thành tấm có độ dày $0,4 - 0,5$ cm phù hợp với yêu cầu từng bánh rồi rắc nguyên liệu phụ gia như (hạnh nhân, nho khô, vỏ chanh...) được băm nhỏ lên trên bột bánh, nguyên liệu phụ gia từng bánh khác nhau, sau đó được đem định hình. Ở khâu này người ta dùng khuôn để cắt hoặc cuộn hoặc nặn vào khuôn để tạo hình dáng theo tên cụ thể của bánh.

Sau khi định hình bánh được đem nướng ngay. Có bánh được hồ bằng trứng quét trên mặt, có bánh được quét phủ trên bằng mặt một lớp crème rồi mới đem nướng.

Khi nướng nhiệt độ thích hợp cho loại bánh này là $200^{\circ}\text{C} - 250^{\circ}\text{C}$. Cá biệt có loại bánh được nướng ở nhiệt độ thấp hơn $170^{\circ}\text{C} - 200^{\circ}\text{C}$ là những bánh được hồ bằng crème. Sau khi làm chín có bánh được coi như đã kết thúc, có bánh còn phải hoàn chỉnh tiếp như trang trí bánh bằng mứt quả, đường hạt to, quả tươi ngâm đường.

* Yêu cầu thành phần :

- Bánh có màu vàng nâu, mùi thơm hấp dẫn, vị ngon, ngọt
- Trạng thái nở, hình dáng đẹp, đồng đều.

❖ TÓM TẮT CHƯƠNG 5

Trong chương này, một số nội dung chính được giới thiệu:

- Kỹ thuật chế biến bánh Việt Nam

- Kỹ thuật chế biến bánh Âu

❖ **CÂU HỎI VÀ TÌNH HUỐNG THẢO LUẬN CHƯƠNG 5**

1. Lấy ví dụ cho mỗi loại phương pháp chế biến bánh Việt Nam. Vẽ và phân tích sơ đồ quy trình chế biến sản phẩm đó
2. Trình bày các phương pháp chế biến bánh Âu cơ bản

Câu hỏi thảo luận: So sánh nguyên liệu, quy trình chế biến để rút ra được những đặc trưng khác nhau của kỹ thuật chế biến bánh Á và kỹ thuật chế biến bánh Âu

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Nguyễn Hữu Thủy (2007) Giáo trình Lý thuyết Kỹ thuật chế biến sản phẩm ăn uống, Trường cao đẳng TM&DL, NXB Hà Nội.
- Tổng cục DLVN (năm 2007) Kỹ thuật chế biến món ăn, tiêu chuẩn kỹ năng nghề DLVN (VTOS).
- Đinh Quang Bát, Giáo trình Thực hành Chế biến món ăn, Trường Cao đẳng Thương mại và Du lịch, Giáo trình nội bộ.
- Nguyễn Quang Khải, Tập tục và kiêng kỵ (sưu tầm giới thiệu), NXB văn hoá dân tộc 2001.
- Nguyễn Thu Tâm (dịch), Nghệ thuật nấu ăn Trung Hoa, NXB Trẻ 1995.
- Nguyễn Văn Ánh, Đỗ Đình Hằng, Lê Đình Thuỷ, Hàn Quốc lịch sử & văn hoá, NXB văn hoá 1996.
- Practical cookery của Ceserani &Kinton.
- PGS.TS Trịnh Xuân Dũng và Hoàng Minh Khang, Tập quán khẩu vị ăn của một số nước và thực đơn nhà hàng, Trường Du lịch Hà Nội.
- Sauces của nhà xuất bản Konemann.
- The theory of catering của Kinton ceserani & Foskett.
- Tìm hiểu lịch sử văn hoá Philippine, NXB Khoa học xã hội, 2000.
- Trịnh Huy Hoà, Đối thoại với các nền văn hoá thế giới, NXB trẻ.
- Vũ hữu Nghị, Tìm hiểu Nhật Bản - NXB Khoa học xã hội, 1991.
- V.A. Pronnikov và I.D. Ladanov, Người Nhật, NXB tổng hợp Hậu giang 1990.
- Phan Văn Hoàn, Bước đầu tìm hiểu về văn hóa ẩm thực Việt Nam, NXB Khoa học xã hội, 2006.
- Hoàn Thị Như Huy, Nghệ thuật ẩm thực Huế, NXB Thuận Hóa, 2006.
- Hội đồng cấp chứng chỉ nghiệp vụ du lịch, Kỹ thuật chế biến món ăn, NXB Thanh niên 2005.