

BỘ CÔNG THƯƠNG
TRƯỜNG CAO ĐẲNG THƯƠNG MẠI VÀ DU LỊCH



GIÁO TRÌNH

MÔN HỌC: THỰC HÀNH CHẾ BIẾN MÓN ĂN Á

NGÀNH: KỸ THUẬT CHẾ BIẾN MÓN ĂN

TRÌNH ĐỘ: TRUNG CẤP

(Ban hành kèm theo Quyết định số: 411/QĐ-CĐTMDL ngày 05 tháng 07 năm 2022 của Trường Cao đẳng Thương mại & Du lịch)

Thái Nguyên, năm 2022

(Lưu hành nội bộ)

LỜI NÓI ĐẦU

Ngày nay, khi đời sống xã hội phát triển, nhu cầu của con người đòi hỏi ngày một cao, trong đó ăn uống cũng là một nhu cầu rất cần thiết, mang tính thẩm mỹ cao.

Nấu ăn là một công việc vừa mang tính chất kỹ thuật, vừa mang tính nghệ thuật. Để chế biến được những món ăn ngon về khẩu vị, hấp dẫn về hình thức, cần đòi về dinh dưỡng và đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm, người đầu bếp cần phải có một số kiến thức cơ bản về kỹ thuật chế biến món ăn và kỹ năng về lựa chọn thực phẩm, sơ chế, cắt thái, tẩm ướp, chế biến và trình bày trang trí món ăn.

Hiện nay, cùng với sự phát triển về kinh tế – xã hội của đất nước, mức sống - của người dân ngày một nâng cao, trong xu thế hội nhập với khu vực và thế giới, nấu ăn đã trở thành một nghề rất phát triển trong xã hội. Học nấu ăn không chỉ dành cho những người làm việc tại các nhà hàng, khách sạn, bếp ăn công nghiệp... mà còn thu hút được sự quan tâm của nhiều người nội trợ với mục đích học nấu ăn để nâng cao chất lượng bữa ăn gia đình. Vì vậy đã có nhiều trường, lớp, cơ sở dạy nghề mở các khoá dạy nấu ăn Á – Âu ngắn hạn hoặc chính quy dài hạn.

Để đáp ứng phần nào nhu cầu giáo trình giảng dạy, nhóm tác giả Ths. Lương Thị Hồng Vân, CN. Vũ Thị Hồng Nhung, Ths. Quách Thị Lệ với nhiều năm làm công tác giảng dạy và đào tạo đã biên soạn cuốn Giáo trình Thực hành Chế biến món ăn Á nhằm giới thiệu một số kiến thức và quy trình chế biến các món ăn Á. Cuốn sách được chia làm hai chương :

Chương một: Thực hành kỹ thuật cắt thái – Tia hoa Trang trí

Chương hai: Thực hành kỹ thuật chế biến món ăn

Trong quá trình biên soạn, các tác giả có tham khảo sách của một số trường Trung cấp nghề nấu ăn và nghiệp vụ khách sạn Hà Nội và một số tài liệu về An toàn vệ sinh thực phẩm, đồng thời cũng cố gắng chọn lọc những nội dung cơ bản nhất để giới thiệu với bạn đọc. Sách được dùng làm tài liệu học tập cho học sinh trường Cao Đẳng Thương Mại và Du lịch Thái Nguyên. Mặc dù rất nhiều cố gắng trong khi biên soạn, song không tránh khỏi thiếu sót. Chúng tôi rất mong nhận được ý kiến đóng góp của các bạn đồng nghiệp và độc giả để cuốn sách hoàn thiện hơn trong các lần xuất bản sau. Mọi góp ý xin gửi về e mail: Hongvancdtmdl2021@gmail.com.

Trân trọng cảm ơn!

MỤC LỤC

LỜI NÓI ĐẦU.....	1
CHƯƠNG 1. THỰC HÀNH KỸ THUẬT CẮT THÁI – TỈA HOA.....	8
TRANG TRÍ.....	8
2.1 Thao tác kỹ thuật cơ bản sử dụng dụng cụ trong chế biến.....	9
2.2 Thao tác kỹ thuật cắt thái cơ bản	10
2.3. Kỹ thuật cắt tỉa hoa	12
CHƯƠNG 2. THỰC HÀNH KỸ THUẬT CHẾ BIẾN MÓN ĂN.....	17
2.1. Thực hành kỹ thuật chế biến nước dùng, xúp	18
2.2. Thực hành kỹ thuật chế biến món ăn từ thịt gia súc	19
2.3. Thực hành kỹ thuật chế biến món ăn từ thịt gia cầm và trứng.....	24
2.4. Thực hành kỹ thuật chế biến món ăn từ thủy hải sản	26
2.5. Thực hành kỹ thuật chế biến món ăn từ lương thực và rau củ.....	32

GIÁO TRÌNH MÔN HỌC

1. Tên môn học: Thực hành chế biến món ăn Á

2. Mã số môn học: MH15

Thời gian thực hiện môn học: 180 giờ (Lý thuyết: 0; Thực hành: 164 giờ; Kiểm tra: 16 giờ)

3. Vị trí, tính chất môn học:

3.1. Vị trí: thực hành chế biến món ăn Á là môn học thuộc nhóm kiến thức chuyên môn trong chương trình đào tạo trình độ trung cấp nghề “Kỹ thuật chế biến món ăn”.

3.2. Tính chất: Thực hành chế biến món ăn Á là môn học thực hành, đánh giá kết quả bằng hình thức thi hết môn.

3.3. Ý nghĩa và vai trò của môn học: Thực hành chế biến món ăn Á là môn học dành cho đối tượng là người học thuộc các chuyên ngành Kỹ thuật chế biến món ăn, Nghiệp vụ nhà hàng khách sạn,... Môn học này đã được đưa vào giảng dạy tại trường Cao Đẳng Thương mại và Du lịch từ rất lâu. Nội dung chủ yếu của môn học này nhằm cung cấp các kiến thức, kỹ năng và tay nghề chế biến các món ăn Á. Nhận biết, thông hiểu và vận dụng được các kiến thức cơ bản về: nguyên liệu động thực vật dùng trong chế biến các món ăn, cách sơ chế, cắt thái, phối hợp các loại nguyên liệu và trình bày món ăn; chế biến các loại nước dùng, xốt, xúp, và các món ăn từ các nhóm nguyên liệu khác nhau.

4. Mục tiêu môn học:

4.1. Về kiến thức:

- Nhận biết, thông hiểu và vận dụng được các kiến thức cơ bản về: nguyên liệu động thực vật dùng trong chế biến các món ăn,
- Biết cách sơ chế, cắt thái, phối hợp các loại nguyên liệu
- Biết trình bày món ăn
- Chế biến được các loại nước dùng, xốt xúp, và các món ăn từ các nhóm nguyên liệu khác nhau.

4.2. Về kỹ năng:

- Chế biến được các loại nước dùng, xốt, xúp các món ăn từ các nhóm nguyên liệu.
- Làm được và trình bày hấp dẫn các món ăn đã học.
- Đảm bảo vệ sinh và an toàn lao động.

4.3. Về năng lực tự chủ và trách nhiệm:

- Người học có ý thức, trách nhiệm và lương tâm đối với nghề nghiệp.
- Chủ động nghiên cứu tài liệu, sáng tạo các món ăn mới
- Cải tiến quy trình làm việc phù hợp với điều kiện cụ thể.
- Làm việc nhóm, hướng dẫn, điều hành nhóm, đánh giá hoạt động của nhóm và kết quả thực hiện.

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 /thực tập /thí nghiệm /bài tập /thảo luận	Kiểm tra
I	Các môn học chung	12	255	94	148	13
MH01	Chính trị	2	30	15	13	2
MH02	Pháp luật	1	15	9	5	1
MH03	Giáo dục thể chất	1	30	4	24	2
MH04	Giáo dục quốc phòng và an ninh	2	45	21	21	3
MH05	Tin học	2	45	15	29	1
MH06	Ngoại ngữ	4	90	30	56	4
II	Các môn học chuyên môn	61	1605	442	1100	63
II.1	Môn học cơ sở	14	210	199	-	11
MH07	Tổ chức kinh doanh NH-KS	2	30	28	-	2
MH08	Phương pháp xây dựng thực đơn	3	45	43	-	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	57	-	3
II.2	Môn học chuyên môn	45	1365	215	1100	50
MH12	Ngoại ngữ chuyên ngành CB	4	60	57	-	3
MH13	Lý thuyết chế biến món ăn	6	90	86	-	4
MH14	Lý thuyết nghiệp vụ nhà hàng	5	75	72	-	3
MH15	Thực hành chế biến món ăn Á	6	180	-	164	16
MH16	Thực hành chế biến món ăn Âu	3	90	-	82	8
MH17	Thực hành Bàn	3	90	-	82	8
MH18	Thực hành Bar	2	60	-	52	8
MH19	Thực tập TN	16	720	-	720	
II.3	Môn học tự chọn (chọn 1 trong 2)	2	30	28	-	2
MH20	Tổ chức sự kiện	2	30	28	-	2
MH21	Kỹ năng giao tiếp	2	30	28	-	2
	Tổng cộng	73	1860	536	1248	76

5.2. Chương trình chi tiết môn học

Số TT	Tên chương, mục	Thời gian (giờ)		
		Tổng số	Lý thuyết	Thực hành, thí nghiệm, thảo luận, bài tập
1	Chương 1: Thực hành kỹ thuật cắt	20		20

	thái – tĩa hoa trang trí				
2	Chương 2: Thực hành kỹ thuật chế biến món ăn	160		144	16
	Tổng cộng	180		164	16

6. Điều kiện thực hiện môn học:

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

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, nguyên liệu,...

6.4. Các điều kiện khác: Người học tìm hiểu thực tế về công tác chế biến món ăn tại các nhà hàng, khách sạn.

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:
 - + Có ý thức, trách nhiệm và lương tâm đối với nghề nghiệp.
 - + Chủ động nghiên cứu tài liệu, sáng tạo các món ăn mới
 - + Cải tiến quy trình làm việc phù hợp với điều kiện cụ thể.
 - + Làm việc nhóm, hướng dẫn, điều hành nhóm, đánh giá hoạt động của nhóm và kết quả thực hiện.

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-LĐTĐ, 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 như sau:

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 20 giờ.
Định kỳ	Thực hành	Thực hành	Sau 52 giờ Sau 92 giờ Sau 136 giờ Sau 176 giờ
Kết thúc môn học	Thực hành	Thực hành	Sau 180 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 Trung cấp Kỹ thuật chế biến món ăn

8.2. Phương pháp giảng dạy, học tập môn học

8.2.1. Đối với người dạy

- * **Thực hành:** Phân chia nhóm nhỏ thực hiện thực hành theo nội dung đề ra.
- * **Hướng dẫn tự học:** Giao nhiệm vụ về nhà cho học sinh tự thực hành các món ăn đã học.

8.2.2. Đối với người học:

- 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% các buổi giảng. Nếu người học vắng >20% số giờ phải học lại môn học mới được tham dự kì thi lần sau.
- Nhóm chủ động làm, dưới sự chỉ dẫn, theo dõi, giám sát của giáo viên.
- Cán bộ lớp theo lịch học, căn cứ vào tài liệu hướng dẫn, đồng thời gặp giảng viên để xin ý kiến mua nguyên liệu, chuẩn bị dụng cụ (nếu cần). Nguyên liệu phải mua đúng số lượng, chủng loại, chất lượng và kịp thời gian.
- 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:

- A' la table des grands chefs - Poissons & Crustaces, NXB Konemann.
- A' la table des grands chefs - entrées froides, NXB Konemann.

- Cuisinez 1000 recettes de A a' Z của Emilie Bertrand.
- Đông A Sáng, Trà - Văn hoá đặc sắc Trung Hoa. NXB Văn hoá thông tin 2004.
- Giáo trình vệ sinh dinh dưỡng của trường Đại học Thương Mại.
- Giáo trình nghiệp vụ nấu ăn của dự án VIE002.
- Giáo trình hóa sinh của trường Đại học Thương Mại.
- Giáo trình Cơ sở lý thuyết chế biến sản phẩm AU của trường ĐH Thương Mại.
- Giáo sư Từ Giấy, Bảng thành phần hóa học.
- Legumes của nhà xuất bản Konemann.
- 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 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.
- Dự án phát triển nguồn nhân lực Việt Nam do EU tài trợ, Tài liệu tiêu chuẩn kỹ năng nghề, 2008

CHƯƠNG 1. THỰC HÀNH KỸ THUẬT CẮT THÁI – TỈA HOA

TRANG TRÍ

❖ GIỚI THIỆU CHƯƠNG 1

Chương 1 là chương hướng dẫn học sinh lựa chọn nguyên liệu, cắt thái nguyên liệu phù hợp với từng món ăn; học sinh học được các kỹ năng cắt tỉa trang trí các món ăn cơ bản để dễ dàng trình bày được các món ăn ở chương sau.

❖ MỤC TIÊU CHƯƠNG 1

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

- **Về kiến thức:**
 - Trình bày và giải thích được các kỹ thuật cắt thái.
 - Trình bày và giải thích được các thao tác cơ bản khi đứng bếp
 - Vận dụng được các kỹ thuật cắt thái, tỉa hoa, trang trí món ăn trong thực tế.
- **Về kỹ năng:**
 - Thực hiện được các kỹ thuật cắt thái cơ bản trong nấu ăn, các thao tác cơ bản khi đứng bếp.
 - Thực hiện được các kỹ thuật tỉa hoa cơ bản để áp dụng trang trí món ăn phù hợp với thực tế.
- **Về năng lực tự chủ và trách nhiệm:**
 - Ý thức được tầm quan trọng và ý nghĩa thực tế của kỹ thuật cắt thái, tỉa hoa trong chế biến món ăn.
 - Chủ động nghiên cứu tài liệu, sáng tạo các kỹ thuật cắt tỉa, trang trí mới
 - Tuân thủ nội quy, quy định nơi làm việc.
 - Tuân thủ về an toàn lao động, vệ sinh thực phẩm.

❖ PHƯƠNG PHÁP GIẢNG DẠY VÀ HỌC TẬP CHƯƠNG 1

- Đối với người dạy: sử dụng phương pháp giảng dạy tích cực (phân chia người học thành nhóm nhỏ để thực hành các nội dung trong chương 1); yêu cầu người học thực hiện các thao tác, kỹ thuật trong nội dung chương 1 (cá nhân hoặc nhóm).
- Đối với người học: chủ động đọc trước giáo trình (chương 1) trước buổi học; thực hành đầy đủ các nội dung trong chương 1 theo cá nhân hoặc nhóm dưới sự chỉ dẫn của người dạy trong thời gian quy định.

❖ ĐIỀU KIỆN THỰC HIỆN CHƯƠNG 1

- **Phòng học chuyên môn hóa/nhà xưởng:** Phòng thực hành
- **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, nguyên liệu từ các loại rau củ quả...
- **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: không có*
 - ✓ *Kiểm tra định kỳ thực hành: không có*

❖ NỘI DUNG CHƯƠNG 1

2.1 Thao tác kỹ thuật cơ bản sử dụng dụng cụ trong chế biến

Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu dụng cụ (theo nhóm thực hành)

TT	Tên nguyên liệu	ĐVT	Số lượng
1	Rau 2, 3 loại	Kg	5
2	Bột mỳ	Kg	0,5
3	Dầu, mỡ	Kg	0,2
4	Dụng cụ: chảo sâu lòng, lập là, muối, bàn sản		Đủ dùng

Bước 2: Thực hành các thao tác

• Thao tác lắc chảo:

Chuẩn bị dụng cụ: lập là phẳng đáy. Lập là được rửa sạch, đặt lên bếp cho khô, láng một lớp mỡ mỏng khắp mặt chảo đun nóng đến dầu mỡ đến nhiệt độ cần thiết. Chuẩn bị nguyên liệu là bột mỳ được hòa tan có độ sánh vừa phải (hoặc dùng trứng đánh tan). Một tay cầm chắc cán chảo một tay đổ thực phẩm. Khi đổ thực phẩm vào tay cầm cán chảo hơi nghiêng mặt chảo, dùng cổ tay mềm mại lắc nhẹ vài vòng sao cho thực phẩm láng kín mặt chảo sau đó dùng muối thìa lật trở lại hoặc cuộn lại theo yêu cầu món ăn.

• Thao tác xóc chảo:

Tay cầm chắc cán chảo hoặc nếu cầm quai chảo phải có lót tay, dùng một lực dứt khoát tay tay vừa hát nguyên liệu lên khỏi dụng cụ đồng thời hơi co cánh tay lại hứng nguyên liệu, sau đó dùng muối xào đảo rồi lại xóc lên như vậy tới khi thực phẩm đạt độ chín thích hợp.

• **Thao tác xào đảo:** Tay cầm chắc cán hoặc quai chảo tay cầm đũa xào, muối hoặc bàn sản gõ xào đảo nhẹ đều tay có thể kết hợp với thao tác lắc chảo, xóc chảo sao cho nguyên liệu được lật trở đều. Yêu cầu thao tác nhanh, nhẹ nhàng tránh làm nát thực phẩm. Ngoài ra trong nhà bếp cần biết sử dụng một số dụng cụ chế biến cần thiết khác như: muối, thìa, chảo lỳ, bàn sản...

• Thao tác sử dụng một số thiết bị trong nhà bếp:

Trong quá trình chế biến người nấu ăn có thể sử dụng một số thiết bị dụng cụ như bếp gas CN, bếp gas đôi, máy xay thịt, máy xay sinh tố, lò nướng, lò vi sóng... vì vậy yêu cầu người sử dụng cần:

- Hiểu được qui trình vận hành của từng loại thiết bị
- Hiểu được tính năng tác dụng của từng loại thiết bị

- Thao tác đúng từng loại thiết bị tránh gây ra những vi phạm kỹ thuật
- Biết cách bảo quản sau khi sử dụng

2.2 Thao tác kỹ thuật cắt thái cơ bản

Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu và dụng cụ

TT	Tên nguyên liệu và dụng cụ	ĐVT	Số lượng
1	Su hào	Kg	2
2	Cà rốt	Kg	1
3	Su su	Kg	1
4	Rau các loại	Kg	5
5	Dụng cụ: dao thái, dao phay, thớt, rổ, bát đĩa, khay...		Đủ dùng

Bước 2: Thực hành thao tác cắt thái rau, củ, quả

a. Phương pháp thái: Được dùng để thái những nguyên liệu không có xương. Khi thái lưỡi dao luôn tạo với thớt một góc vuông hoặc nhọn đều nhau. Dụng cụ thái là dao phay, dao phở, dao bìa to và thớt.

- **Thái đứng dao:** là phương pháp khi thái lưỡi dao chuyển động từ trên xuống dưới, khi chuyển động lưỡi dao luôn đẩy về phía trước, dao và thớt luôn tạo với nhau một góc vuông. Ứng dụng thái nguyên liệu mềm như: rau tươi, củ quả tươi.

- **Thái đẩy:** Là phương pháp khi thái lưỡi dao chuyển động từ trong thớt ra ngoài. Dao và thớt tạo với nhau một góc 80 – 85 độ. Áp dụng cho nguyên liệu động vật ít xơ như thăn bò, thăn lợn...

- **Thái kéo:** Là phương pháp khi lưỡi dao ngược chiều với thái đẩy. Dao với thớt tạo với nhau một góc 80°, áp dụng cho nguyên liệu thực phẩm động vật ít xơ như thịt thăn bò, thăn lợn...

- **Thái đẩy và thái kéo:** Là cách thái kết hợp hài hòa thao tác thái đẩy và thái kéo, cách này ít dùng và chỉ áp dụng cho nguyên liệu có kích thước lớn so với dao như: khoai giò, bánh mỳ gối...

- **Thái nghiêng:** Là phương pháp khi thái mũi dao cố định tại một điểm. Chuôi dao đưa lên, đưa xuống theo chiều vuông góc giữa mặt phẳng thớt và lưỡi dao. Đồng thời lưỡi dao còn chuyển động theo đường vòng cung trên mặt thớt lấy mũi dao làm tâm. Áp dụng thái nguyên liệu nhỏ, khó cầm như tỏi, ớt, hành...

- **Thái vát:** Khi thái dao và thớt tạo với nhau góc 45⁰ đến 60⁰. Lưỡi dao chuyển động hơi đưa về phía trước và chéch từ trái sang phải.

b. Phương pháp lạng: Là một phương pháp cắt thái khá tỉ mỉ đòi hỏi kỹ thuật tương đối cao, nguyên liệu dùng để lạng là nguyên liệu mềm hay không xương.

+ **Phương pháp lạng ngang:** Là phương pháp thái mà lưỡi dao luôn luôn song song với mặt phẳng thớt. Một tay tì lên nguyên liệu, một tay cầm dao đẩy từ ngoài vào trong lưỡi dao song song với thớt, mỗi lần tách ra một miếng nguyên liệu. Nguyên liệu thường ở dạng mỏng, to bản.

+ **Phương pháp lạng chéch:** Là phương pháp cắt thái lưỡi dao tạo với mặt phẳng thớt một góc nhọn. Phương pháp lạng khác thái nghiêng ở chỗ một tay

luôn tì vào nguyên liệu một tay đẩy dao, lạng chéo thì tay đẩy vào lòng, thái nghiêng dao thì dao đẩy ra ngoài.

+ *Phương pháp lạng tròn*: Là phương pháp lạng mà lưỡi dao đẩy từ ngoài vào trong nguyên liệu thành một đường, tạo ra một sản phẩm dài. Phương pháp này áp dụng cho nguyên liệu có hình trụ dài.

+ *Phương pháp lạng giắt dây*: Là phương pháp lạng tạo ra những miếng nguyên liệu có tiết diện to, rộng hơn kích thước ban đầu. Phương pháp này thường áp dụng cho các món Âu có kích thước to bản hoặc tạo ra những nguyên liệu có kích thước to bản để làm vỏ bao gói nguyên liệu khác.

c. Phương pháp khía: Là phương pháp cắt thái không làm nguyên liệu đứt hẳn mà chỉ làm cho nguyên liệu có thêm những rãnh nhỏ trên bề mặt nhằm mục đích làm cho nguyên liệu dễ ngấm gia vị và chín đều, tăng hình thức đẹp cho nguyên liệu.

- *Phương pháp khía đứng dao* thường áp dụng với những nguyên liệu có kích thước dày

- *Phương pháp khía nghiêng dao* thường áp dụng với những nguyên liệu có kích thước mỏng.

d. Phương pháp chặt

Chỉ áp dụng cho những nguyên liệu rắn, có xương mà không thể thái hoặc lạng được. Phương pháp này chuyển nguyên liệu từ khối lớn thành những khối nhỏ.

e. Phương pháp băm

Sử dụng cho nhiều nguyên liệu không xương hay có xương nhỏ, mềm. băm làm cho nguyên liệu nhỏ vụn có thể chuyển sang nhuyễn. Khi băm, dùng hai dao có kích thước và trọng lượng như nhau, băm hai tay phải phối hợp cho nhịp nhàng và liên tục, không nâng dao quá cao, không dùng lực quá mạnh.

f. Phương pháp khoét: Là phương pháp ít áp dụng cho kỹ thuật nấu ăn, chỉ áp dụng cho một số quả để làm món nhồi như cam, bí đao, mướp đắng, cà chua. Yêu cầu khi khoét phải nhẹ nhàng và khéo léo tránh để thủng, rách nguyên liệu.

g. Phương pháp dầm: Nhằm mục đích làm nguyên liệu mềm mại để dễ ngấm gia vị và dễ chín trong chế biến nhiệt. Dầm áp dụng cho các nguyên liệu như thịt bò, lợn, ếch... Khi dầm chú ý không làm đứt nguyên liệu. Dụng cụ có thể là sồng dao hoặc búa chuyên dùng.

h. Phương pháp dập: Làm nguyên liệu dập nát hay mỏng hơn, phương pháp này áp dụng các nguyên liệu ở dạng củ như gia vị hành, tỏi, gừng... hoặc làm mềm thịt và làm mỏng, to bản hơn. Dụng cụ thường dùng là dao phay hay dao phở.

i. Phương pháp xay, giã

+ Phương pháp xay:

- Xay nguyên liệu trong quá trình chế biến các sản phẩm ăn uống là quá trình biến đổi nguyên liệu ở dạng to, thô thành dạng nhỏ, nhuyễn mịn để phù hợp với yêu cầu chế biến.

- Nguyên liệu đem xay: Các loại quả, hạt, thịt, cá...

- Dụng cụ xay: Cối xay hạt tiêu, cối xay bột nước... hoặc các loại máy xay thịt, hoa quả...

+ Phương pháp giã:

- Giã là phương pháp cơ học nhằm làm biến đổi nguyên liệu ở trạng thái to thành trạng thái nhỏ, quánh, mượt phù hợp với yêu cầu kỹ thuật chế biến.

- Dụng cụ: Các loại chày, cối.

2.3. Kỹ thuật cắt tỉa hoa

2.3.1. Kỹ thuật cắt tỉa hình phẳng

a. Dụng cụ:

+ Dao bài: dùng pha khối, lạng mỏng, thái mỏng

+ Dao tỉa: dùng tỉa các rãnh nhỏ trên khối nguyên liệu

+ Thớt: dùng pha khối và thái mỏng; có thể dùng thớt gỗ hoặc thớt nhựa

b. Nguyên liệu:

+ Su hào, cà rốt, bí ngô, củ đậu, củ cải...

+ Lựa chọn loại tươi mới, sơ chế sạch

c. Phương pháp tỉa:

Nguyên tắc chung: Nguyên liệu sau khi cắt gọt và rửa sạch được pha thành khối dài, tỉa theo chiều dọc khối, sau cùng thái theo chiều ngang khối thành những miếng mỏng đều nhau

2.3.2. Kỹ thuật tỉa hoa từ dưa chuột

a. Dụng cụ:

+ Dao bài: dùng pha khối, lạng mỏng, thái mỏng

+ Dao tỉa: dùng tỉa các rãnh nhỏ trên khối nguyên liệu

+ Thớt: dùng pha khối và thái mỏng; có thể dùng thớt gỗ hoặc thớt nhựa

b. Nguyên liệu:

+ Dưa chuột

+ Lựa chọn loại tươi mới, ruột đặc, quả thẳng, sơ chế sạch

c. Phương pháp tỉa:

c1. Dẻ quạt: Chọn quả dưa chuột to vừa, ít ruột

* Dẻ quạt đơn:

- Bỏ dọc quả dưa lấy $\frac{1}{2}$, cắt chéo 1 đầu 45 độ

- Cắt 2 hoặc 3 lát mỏng, dính 1 đầu

- Cài lát giữa vào trong

- Ngâm nước sạch, vẩy ráo

- Trang trí các món ăn chế biến theo phương pháp đun nóng khô, hoặc bày viên xung quanh đĩa

* Dẻ quạt kép ngang:

- Cắt như dẻ quạt đơn, từ 5 lát trở lên

- Cài các lát chắn vào giữa

- Ngâm nước sạch 5 phút, vẩy ráo

- Trang trí như dẻ quạt đơn

* Dẻ quạt kép dọc:

- Bỏ dọc quả dưa chuột lấy 1 phần đầu dài 10 cm, cắt thành lát mỏng từ trên xuống cách cuống 1 cm, cài cánh chắn cong vào trong tạo thành dẻ quạt cánh kép dọc

c2. Cây quạt:

- Cắt 1 miếng dưa ít ruột hình chữ V, hơi tròn đầu
- Tỉa tròn đáy chữ V thành đuôi quạt
- Khứa nhẹ 6 đường ngang trên vỏ xanh
- Chẻ dọc thành 7 đến 10 lát mỏng đến gần đuôi quạt
- Ngâm nước cho các lát xòe ra
- Trang trí ở viền đĩa thức ăn

c3. Hoa ly la:

- Chọn quả dưa thơm đều, tròn, xanh tươi
- Bỏ ngang lấy 1 khúc đầu dài 5-6cm
- Chia dọc từ trên xuống gần cuống thành 5 cánh
- Lạng bỏ bớt ruột
- Sửa đều cánh
- Tách thành 2 lớp cánh
- Lấy cà rốt tỉa làm nhị
- Ngâm nước 5 phút cho hoa nở
- Trang trí cho các món ăn bày ở đĩa lớn

2.3.3. Kỹ thuật tỉa hoa từ cà chua

a. Dụng cụ:

- + Dao bìa: dùng pha khối, lạng mỏng, thái mỏng
- + Dao tỉa: dùng tỉa các rãnh nhỏ trên khối nguyên liệu
- + Thớt: dùng pha khối và thái mỏng; có thể dùng thớt gỗ hoặc thớt nhựa

b. Nguyên liệu:

- + Cà chua
- + Lựa chọn loại tươi mới, ruột đặc, quả chín đỏ, cứng quả, to tròn, sơ chế sạch

c. Phương pháp tỉa:

c1. Hoa sen nở:

- Chọn quả cà chua to tròn, chín vừa
- Bỏ dọc lấy $\frac{1}{2}$ quả
- Cắt dọc trên $\frac{1}{2}$ quả cà chua thành các lát mỏng hình chữ V- Cắt 4 lát có độ dày 0,6cm
- Phần còn lại ở 2 bên rộng 2-2,5cm, tách vỏ xuống gần cuống, uốn cong ra thành cánh hoa. Đẩy nhẹ các lát ở giữa cho hơi lệch lên phía trên
- Bày vào các đĩa món ăn lớn, phù hợp với hoa cà chua

c2. Chim thiên nga:

- Bỏ dọc quả cà chua lấy $\frac{1}{2}$
- Cắt 4 lát hình chữ V ở giữa, 2 bên cạnh cắt mỗi bên 3 lát
- Đẩy nhẹ các lát hơi lệch nhau lên phía trên
- Cắt 1 miếng nhỏ làm đầu gắn vào phía cuống
- Bày trong các đĩa thức ăn lớn, thường bày 2 con

c3. Hoa hồng quần vỏ:

- Chọn quả cà chua vừa chín tới, tròn đều
 - Dùng dao lạng 1 đường vỏ mỏng theo đường gợn sóng xung quanh quả cà chua
 - Bỏ ruột, cuộn vỏ lại thành bông hoa
- c4. Hoa hồng quấn lát:
- Chọn cà chua to đều, tròn chín đỏ
 - Bỏ dọc lấy $\frac{1}{2}$
 - Cắt ngang thành các lát mỏng. Quấn các lát cà chua đó từ lớp trong ra lớp ngoài tạo thành bông hoa

2.3.4. Kỹ thuật tĩa hoa từ cà rốt – củ cải

a. Dụng cụ:

- + Dao bài: dùng pha khối, lạng mỏng, thái mỏng
- + Dao tĩa: dùng tĩa các rãnh nhỏ trên khối nguyên liệu
- + Thớt: dùng pha khối và thái mỏng; có thể dùng thớt gỗ hoặc thớt nhựa

b. Nguyên liệu:

- + Cà rốt, củ cải
- + Lựa chọn loại tươi mới, quả thẳng, thuôn dài, sơ chế sạch

c. Phương pháp tĩa:

c1. Hoa cúc quấn:

- Chọn cà rốt đỏ, lõi nhỏ (hoặc củ cải trắng không xộp), cắt 1 khúc dài 10-12cm
- Lạng mỏng xung quanh củ, ngâm nước muối loãng 5 phút
- Gập đôi miếng lạng theo chiều dọc, cắt ngang thành sợi nhỏ, dính ở 2 cạnh ngoài
- Cuộn tròn lại, ngâm nước lạnh ta được bông hoa

c2. Hoa xoáy:

- Chọn củ lõi nhỏ
- Sửa 1 đầu nhọn hình chóp nón
- Xung quanh khối tĩa hình răng cưa
- Dùng dao lạng mỏng xung quanh 2-3 vòng, quấn ngược 1 đầu lại
- Ngâm nước

c3. Hoa hồng:

- Chọn củ to, lõi nhỏ
- Cắt 3 khúc có kích thước khác nhau
- Dùng dao lạng mỗi khúc 3 lát mỏng
- Mỗi lát cắt bỏ 1 góc nhỏ
- Cuộc 1 lát lại thành nhị, dùng tăm tre gài lần lượt từng lát lại thành bông hoa có các cánh so le nhau

c4. Hoa 5 cánh:

- Chọn củ lõi nhỏ
- Pha khối theo chiều dọc thành hình ngũ giác đều
- Vót nhọn 1 đầu theo cạnh của khối
- Dùng dao lạng mỏng từng lớp cánh, bỏ lõi
- Ngâm nước lạnh

2.3.5. Kỹ thuật tía hoa từ ớt

a. Dụng cụ:

- + Dao bìa: dùng pha khối, lạng mỏng, thái mỏng
- + Dao tía: dùng tía các rãnh nhỏ trên khối nguyên liệu
- + Thớt: dùng pha khối và thái mỏng; có thể dùng thớt gỗ hoặc thớt nhựa

b. Nguyên liệu:

- + Ớt
- + Lựa chọn loại tươi mới, sơ chế sạch

c. Phương pháp tía:

c1. Hoa đồng tiền:

- Chọn quả nhỏ, thẳng, tròn đều
- Cắt 1 phần dài 6 cm
- Chia làm 8 cánh đều nhau
- Bỏ lõi hạt
- Ngâm nước cho cánh hoa cong ra

c2. Con tôm:

- Chọn quả to, đỏ, hơi cong
- Cắt bỏ bớt 1 phần phía cuống, cắt 2 sợi 2 bên làm càng, ở giữa sửa nhọn làm đầu, sửa đuôi, ở dưới khứa làm chân
- Ngâm nước cho tôm cong ra

2.3.6. Kỹ thuật tía hoa từ dưa hấu và 1 số loại quả

a. Tía hoa từ dưa hấu:

- Chọn quả dưa tròn, đều quả, vỏ tươi
- Dùng dao tía khắc vào vỏ quả dưa thành hình giống cánh hoa sen. Các cánh hoa này dài khoảng $\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{3}$ chiều cao quả dưa, ngọn lá hướng về phía đỉnh và phân bố đều 2 bên
- Phần vỏ xanh còn lại tiến hành gọt sạch, chỉ để lại phần cùi trắng sau lớp vỏ xanh
- Dùng dao tía khoanh 1 hình tròn chính giữa, lấy mũi dao tạo thành hình vòng cung nối tiếp nhau làm nhụy hoa
- Tiếp tục tía các cánh hoa đều đặn xung quanh nhụy hoa
- Sau đó tía thêm lá, nụ hoa
- Hoa dưa hấu nguyên quả có thể được bày trên bàn tiệc

b. Tía âu có nắp từ bí ngô:

- Chọn bí tươi, chín, không nổi nhiều mũi, có cuống, quả nặng tầm 2-3kg, cao thành
- Dùng dao nạo vỏ, giữ nguyên cuống
- Chia tỉ lệ $\frac{1}{3}$ trên làm nắp, $\frac{2}{3}$ dưới làm âu
- Dùng dao tía hoa trên nắp
- Phía dưới âu có thể tạo chữ, con giống, hoa...
- Nạo bỏ ruột bên trong, dùng giấy bạc lót bên trong để đựng thức ăn

c. Đĩa đựng thức ăn từ đu đủ:

- Chọn đu đủ xanh tươi, to, mịn, thuôn đều, nặng khoảng 1-1,5kg
- Dùng bút phác họa hình con chim và cánh hoa 2 bên cạnh quả nằm ngang

- Tỉa theo các nét phác họa
- Nạo bỏ ruột
- Dùng để bày hoa quả hay thức ăn ở bàn tiệc

❖ TÓM TẮT CHƯƠNG 1

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

- Thao tác kỹ thuật cơ bản sử dụng dụng cụ trong chế biến
- Thao tác kỹ thuật cắt thái cơ bản
- Kỹ thuật cắt tỉa hoa: Kỹ thuật tỉa hình phẳng, kỹ thuật tỉa hoa từ dưa chuột, cà rốt, củ cải, cà chua, ớt...

CHƯƠNG 2. THỰC HÀNH KỸ THUẬT CHẾ BIẾN MÓN ĂN

❖ GIỚI THIỆU CHƯƠNG 2

Chương 2 là chương thực hành kỹ thuật chế biến các món ăn cơ bản trong ăn Á để người học có được kiến thức và kỹ năng thực hành chế biến các món ăn phục vụ trong công việc và đời sống.

❖ MỤC TIÊU CHƯƠNG 2

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

➤ Về kiến thức:

- *Biết cách lựa chọn và phân loại được nguyên liệu chế biến cho từng món ăn cụ thể*

- *Trình bày được công thức chế biến 1 món ăn cụ thể*

- *Trình bày và giải thích được quy trình chế biến một món ăn cụ thể*

- *Vận dụng để áp dụng chế biến món ăn trong thực tế*

➤ Về kỹ năng:

- *Thực hành được kỹ thuật chế biến các món ăn trong thực tế*

- *Lựa chọn được kỹ thuật chế biến món ăn phù hợp, tìm được nguyên nhân và biện pháp khắc phục các sai hỏng trong chế biến món ăn.*

➤ Về năng lực tự chủ và trách nhiệm:

- *Ý thức được tầm quan trọng và ý nghĩa của việc đảm bảo an toàn lao động, vệ sinh an toàn thực phẩm.*

- *Tuân thủ nội quy, quy định nơi làm việc.*

❖ PHƯƠNG PHÁP GIẢNG DẠY VÀ HỌC TẬP CHƯƠNG 2

- *Đối với người dạy: sử dụng phương pháp giảng dạy tích cực (phân chia người học thành nhóm nhỏ để thực hành các nội dung trong chương 2); yêu cầu người học thực hiện các thao tác, kỹ thuật, quy trình chế biến trong nội dung chương 2 (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 BÀI GIẢNG 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; thực hành đầy đủ các nội dung trong chương 2 theo cá nhân hoặc nhóm dưới sự chỉ dẫn của người dạy trong thời gian quy định.*

❖ ĐIỀU KIỆN THỰC HIỆN CHƯƠNG 2

- **Phòng học chuyên môn hóa/nhà xưởng:** Phòng thực hành

- **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 nguyên liệu liên quan đến từng món ăn.

- **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: hỏi miệng/ thuyết trình)
- ✓ Kiểm tra định kỳ thực hành: 4 điểm kiểm tra (hình thức: thực hành)

❖ NỘI DUNG CHƯƠNG 2

2.1. Thực hành kỹ thuật chế biến nước dùng, xúp

2.1.1. Nước dùng

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu

STT	Tên nguyên liệu	ĐVT	Số lượng
1.	Thăn gà	g	300
2.	Xương gà	g	500
3.	Hành tây	g	20
4.	Cà rốt	g	10
5.	Gừng	g	5
6.	Nước	lít	1,2

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Thịt gà rửa sạch, bỏ xương hoặc để nguyên con
- Hành tây, cà rốt, gừng rửa sạch bỏ vỏ, bỏ cau hoặc thái mỏng lợn.

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

Cho thịt gà và xương đã sơ chế sạch vào nồi cùng hành tây, cà rốt, gừng, đổ nước ngập hết nguyên liệu. Đun nồi nước dùng với lửa to cho đến khi sôi thì hạ lửa liu riu, dùng muôi hớt bọt, vớt. Thời gian đun từ 2 giờ đến 4 giờ. Khi nước dùng được dùng rây lọc sạch

d. Bước 4: Đánh giá chất lượng sản phẩm

Nước dùng trong, mùi thơm đặc trưng, vị ngọt đậm, không có vẩn mỡ

2.1.2. Xúp gà ngô nậm

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu

STT	Tên nguyên liệu	ĐVT	Số lượng
1	Thăn gà	g	200
2	Xương gà, lợn	g	300
3	Nấm hương	g	10
4	Trứng gà	Quả	1

5	Ngô ngọt hộp	Hộp	½
6	Ngô kem hộp	Hộp	¼
7	Bột năng	g	30
8	Lá chanh	lá	5
9	Gừng, hành khô	Củ	1
10	tiêu	g	2

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Xương lợn, gà chặt miếng, ngâm rửa sạch
- Thịt gà rửa sạch
- Nấm hương rửa sạch, ngâm nở. Thái hạt lựu nhỏ hoặc thái chỉ.
- Bột đao hòa nước lọc sạch
- Trứng gà đánh tan.
- Lá chanh rửa sạch thái chỉ

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Xương lợn cho vào xong nấu nước dùng.
- Thịt gà luộc chín xé sợi nhỏ.
- Cho nước ngâm nấm, ngô hộp lấy cả nước vào nước dùng, đun sôi.
- Cho tiếp thịt gà, nấm hương, vào đun sôi nhẹ, hớt bọt, nêm vừa gia vị, xuống bột đao từ từ, khuấy đều cho xúp sánh. Cuối cùng cho trứng gà đánh tan vào quấy từ từ để tạo vân mảnh.

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm

Múc xúp ra bát, rắc tiêu bột, lá chanh thái chỉ, ăn nóng.

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng sản phẩm

- Xúp có màu trắng, vàng, nâu, trong xen lẫn, mùi thơm; vị ngon, ngọt đậm của thịt.
- Xúp sánh vừa, trong suốt, trứng tạo thành sợi phân bố đều; các nguyên liệu phân bố đều.

2.2. Thực hành kỹ thuật chế biến món ăn từ thịt gia súc

2.2.1. Thịt kho tàu

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu

STT	Tên nguyên liệu	ĐVT	Số lượng
1	Thịt ba chỉ	g	500
2	Đường	g	20
3	Dầu hào	g	10
4	Xì dầu	ml	10
5	Hành khô	g	10
6	Tiêu, muối, mì chính, mắm		

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Thịt ba chỉ rửa sạch, thái miếng bằng bao diêm. Cho thịt vào nồi nước sôi chần qua, rửa lại cho bớt mùi hôi.
- Ướp thịt với nước mắm, muối, tiêu, dầu hào, xì dầu 15 phút cho ngấm.

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Đường thắng nước hàng màu vàng cánh dán.

- Bắc chảo phi thơm hành khô, cho thịt đã ướp vào xào săn -> Đổ nước hàng vào đun sôi, vặn nhỏ lửa, nếu thịt chưa mềm thì cho thêm nước. Nước cạn bớt hơi sánh, thịt chín mềm có màu vàng đậm thì bắc ra.

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm

Múc thịt ra bát (đĩa sâu lòng), rắc tiêu bột, vài lát ớt, ăn nóng.

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng sản phẩm

- Trạng thái: Thịt chín mềm
- Màu sắc: Vàng cánh dán đậm
- Mùi: Thơm của thịt và gia vị
- Vị: Ngọt đậm vừa miệng
- Cách ăn: Ăn cùng với cơm hoặc xôi đều ngon

2.2.2. Chả lá lốt

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu

STT	Tên nguyên liệu	ĐVT	Số lượng
1	Thịt nạc vai	g	300
2	Lá lốt	bó	1
3	Trứng	Quả	1
4	Dầu ăn	ml	100
5	Hành khô	g	10
6	Tiêu, muối, mì chính, mắm		

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Thịt rửa sạch, thái miếng , băm nhỏ.
- Ướp thịt với nước mắm, muối, tiêu, hành khô băm nhỏ 15 phút cho ngấm.
- Trước khi cuốn lá lốt, đập trứng vào thịt trộn đều
- Trải lá lốt, cho nhân thịt vào giữa, cuộn tròn lại

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Bắc chảo dầu lên bếp, dầu nóng cho lần lượt từng cuốn lá lốt vào rán chín đều.

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm

Bày ra đĩa, trang trí phù hợp. Chấm cùng nước mắm ớt

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng sản phẩm

- Trạng thái: Thịt chín mềm
- Màu sắc: Màu xanh của lá lốt
- Mùi: Thơm của thịt và gia vị và lá lốt
- Vị: Ngọt đậm vừa miệng
- Cách ăn: Ăn cùng với cơm

2.2.3. Bò xốt vang

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu

STT	Tên nguyên liệu	ĐVT	Số lượng
1	Thịt bò loại 3	g	400
2	Cà chua	g	100
3	Gấc	Quả	¼ quả
4	Bột mỳ	g	10
5	Bột đao	g	5

6	Mỡ nước	g	20
7	Rượu vang	ml	30
8	Rau mùi	g	10
9	Húng lìu	g	0,5
10	Gừng	g	5
11	Hành, tỏi khô	g	5
12	Nước mắm	ml	5
13	Muối	g	10
14	Hạt tiêu	g	0,5

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Hành tỏi khô bóc vỏ băm nhỏ
- Gừng cạo vỏ rửa sạch giã nhỏ vắt lấy nước
- Cà chua bỏ hạt băm nhỏ
- Thịt bò thái bằng bao diêm, ướp hành, tỏi, ½ rượu vang đỏ, tiêu, muối, húng lìu, gác để ngấm 15 phút.

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

Đun mỡ nóng già, phi thơm hành tỏi, cho thịt bò vào xào săn, rắc bột mì, xao vàng. Cho cà chua vào xào cùng cho hết mùi chua. Thêm nước xăm xấp, đậy vung om nhỏ lửa cho thịt nhừ. Khi thịt mềm, xốt sánh, cho ½ rượu vang còn lại, đun hết mùi rượu

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm

Múc bát to hoặc đĩa sâu lòng, rắc tiêu, rau mùi, ăn nóng

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng sản phẩm

- Trạng thái: thịt mềm, nhừ nhưng nguyên miếng, có nước xốt sánh
- Màu sắc: Thịt bò có màu nâu đỏ
- Mùi: thơm của rượu vang
- Vị: ngon, ngọt của thịt

2.2.4. Nem rán

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu

STT	Tên nguyên liệu	ĐVT	Số lượng
1	Thịt vai	g	200
2	Trứng gà	Quả	1
3	Cà rốt	g	50
4	Miến	g	20
5	Mộc nhĩ	g	10
6	Nấm hương	g	10
7	Bánh đa nem	Gói	1
8	Hành hoa	g	50
9	Rau mùi	Mớ	1
10	Hành khô, tỏi khô	g	10
11	Dấm	ml	10
12	Chanh	Quả	1
13	Tiêu	g	5
14	Nước mắm, muối, đường	g	5

15	Ốt tươi	Quả	1
16	Dầu ăn	ml	500

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Thịt rửa sạch, băm nhỏ.
- Miến ngâm mềm, để ráo, cắt dài 3cm.
- Nấm hương, mộc nhĩ ngâm nở, bỏ chân, băm nhỏ.
- Cà rốt gọt vỏ, thái sợi nhỏ, cắt dài 3cm.
- Hành lá, rau mùi sơ chế, thái nhỏ.
- Trộn: thịt, nấm hương, mộc nhĩ, cà rốt + tiêu, muối, mì chính rồi cho mùi, hành hoa, trứng, trộn đều.
- Trải bánh đa nem lên khay, cho 1 thìa nhân vào, dàn đều sau đó cuộn lại.
- Dầu nóng, cho nem vào rán đến vàng nhạt, vớt ra để nguội, rán lần 2 đến khi nem vàng, vớt ra để ráo dầu, trình bày.
- Ăn nóng, chấm nước chấm chua cay mặn ngọt.

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Đun dầu nóng, cho nem vào rán đến vàng nhạt, vớt ra để nguội, rán lần 2 đến khi nem vàng, vớt ra để ráo dầu

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm

Nem ráo dầu cắt chéo bày trên đĩa, chấm nước chấm chua cay mặn ngọt, ăn kèm rau thơm và dưa góp

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng sản phẩm

Nem chín vàng, vỏ ngoài giòn, nhân mềm, thơm mùi đặc trưng

2.2.5. Bắp cải cuộn thịt hấp

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu

STT	Tên nguyên liệu	ĐVT	Số lượng
1	Thịt nạc vai	g	250
2	Bắp cải	cái	1
3	Hành lá	g	100
4	Mộc nhĩ	g	5
5	Rau răm	Mớ	1/2
6	Tiêu, mắm, muối, mì chính		

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Mộc nhĩ ngâm nước nóng cho nở, rửa sạch, cắt chân, băm nhỏ
- Hành khô bóc vỏ, đập dập, băm nhỏ
- Rau răm, hành hoa rửa sạch, thái nhỏ
- Thịt lợn rửa sạch, băm nhỏ
- => Trộn hỗn hợp thịt băm, mộc nhĩ, hành khô, rau răm, hành hoa, hạt tiêu, nước mắm, muối -> ướp 15 phút cho ngấm
- Bắp cải: Để nguyên cây, dùng dao nhọn khoét cuống ở giữa -> cho cây bắp cải vào nồi nước sôi ngập rau chân qua cho héo -> bóc từng tàu rau ra rồi cho nguội bớt rồi dùng dao cắt hoặc dọc bớt cuống ở giữa để dễ cuộn.
- Trải từng tàu bắp cải ra, cho hỗn hợp nhân thịt vào cuộn như cuốn nem.

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Xếp bắp cải cuộn vào nồi hấp khoảng 20 phút là được

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm

- Bày bắp cải ra đĩa, khi ăn chấm nước mắm, chanh, tỏi, ớt, đường

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng sản phẩm

- Trạng thái: Sản phẩm chín, ăn mềm

- Màu sắc: Có màu trắng của rau

- Mùi: Thơm của thịt cùng gia vị

- Vị: Ngọt của thịt và bắp cải

2.2.6. Đậu phụ nhồi thịt xốt cà chua**a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu**

STT	Tên nguyên liệu	ĐVT	Số lượng
1	Thịt nạc vai	g	250
2	Đậu phụ	cái	3
3	Hành lá	g	100
4	Cà chua	g	200
5	Nấm hương	g	5
6	Tiêu, mắm, muối, mì chính		

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Nấm hương ngâm nước nóng cho nở, rửa sạch, cắt chân, băm nhỏ

- Hành khô bóc vỏ, đập dập, băm nhỏ

- Hành hoa rửa sạch, thái nhỏ

- Thịt lợn rửa sạch, băm nhỏ

=> Trộn hỗn hợp thịt băm, nấm hương, hành khô, hành hoa, hạt tiêu, nước mắm, muối -> ướp 15 phút cho ngấm

- Đậu phụ cắt miếng vuông, dùng dao khoét giữa. Nhẹ nhàng nhồi nhân thịt vào giữa

- Cà chua rửa sạch, bỏ hạt thái nhỏ

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Bắc chảo, cho dầu nóng già, cho đậu vào rán vàng từng mặt

- Phi thơm hành cho cà chua vào xào chín mềm nhừ, nêm gia vị và 1 chút nước làm sốt cà chua. Cho đậu đã rán vào xốt cùng 5 phút cho ngấm gia vị, rắc hành lá.

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm

- Bày đậu ra đĩa, dưới nước xốt lên, ăn nóng cùng cơm

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng sản phẩm

- Trạng thái: Đậu xốt nguyên miếng, không vỡ nát

- Màu sắc: Màu vàng của đậu, màu đỏ cà chua, xanh của hành

- Mùi: Thơm của đậu, thịt và gia vị

- Vị: Đậm đà của đậu thịt, chua của cà chua

2.2.7. Thịt viên tuyền hoa**a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu**

STT	Tên nguyên liệu	ĐVT	Số lượng
1	Giò sống	g	500
2	Dầu ăn	ml	300
3	Mỡ khở	g	100

4	Nấm hương	g	5
5	Trứng gà	Quả	1
6	Mỳ chính	g	5
7	Hành khô	g	20
8	ớt tươi	Quả	3
9	Bánh mỳ gối	Túi	1
10	Tiêu	g	2
11	Bột mỳ	g	20

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Hành tỏi khô bóc vỏ thái mỏng phi thơm
- Bánh mỳ bỏ bớt vỏ thái hạt lựu nhỏ để riêng.
- Nấm hương, ngâm nở, thái hạt lựu
- Mỡ khở chân qua, thái hạt lựu nhỏ
- Trộn đều giò sống, hành tỏi khô phi thơm, nấm hương, mỡ khở cùng tiêu, mỳ chính quật dẻo sau đó viên thành từng viên như quả táo nhỏ lăn vào bột mỳ rồi lăn qua trứng đã được đánh tan, tẩm vào bánh mỳ bao đều xung quanh.

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Đun dầu nóng rồi cho thịt viên vào rán chín vàng (rán 2 lửa)

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm

- Trình bày ra đĩa ăn nóng kèm xà lách, rau thơm, nước mắm chanh tỏi, ớt, đường hoặc nước chấm nem.

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng sản phẩm

- Trạng thái: Sản phẩm chín, ăn không bã, viên thịt được phủ đều bánh mỳ, trình bày đẹp
- Màu sắc: Có màu vàng sáng
- Mùi: Thơm dậy mùi của giò, trứng, bánh mỳ.
- Vị: Vị ngon ngọt chủ yếu của giò sống.

2.3. Thực hành kỹ thuật chế biến món ăn từ thịt gia cầm và trứng

2.3.1. Vịt om sấu

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu thực hành

STT	Tên NL	Đvt	Số lượng
1	Vịt	Con	½
2	Sấu	Quả	5 – 10
3	Nước dừa	Quả	1
4	Rau rút	g	100
5	Khoai sọ	g	200
6	Gừng	g	10
7	Hành củ	g	10
8	Đường	g	5
9	Tỏi, sả	g	10
10	Muối	g	5
11	Dầu ăn	ml	20

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Rau rút: nhặt sạch bấc, rửa sạch.
- Hành, tỏi, sả đập dập, thái lát mỏng
- Sấu cạo sạch vỏ, ngâm nước.
- Khoai sọ sơ chế, rửa sạch, luộc qua với nước sôi khoảng 5 phút sau đó bóc vỏ.
- Vịt sơ chế, chặt miếng 3x3cm. Ướp vịt với hành củ, gừng, tỏi, sả... băm nhỏ, 1 thìa cà phê muối, ½ thìa cà phê đường, ướp trong khoảng 20-30 phút cho vịt ngấm gia vị.

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Xào qua cho vịt chín sơ. Sau đó thêm nước dừa, đun sôi, hớt bọt nếu có để nước dùng trong.
- Cho sấu vào nước dùng và ninh nhỏ lửa. Nấu trong khoảng 30 phút hoặc đến khi thử thấy vịt bắt đầu mềm thì thêm khoai sọ, tiếp tục đun cho đến khi khoai sọ bở thì thêm rau rút vào, nêm lại vị, tắt bếp.

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm

- Trình bày sản phẩm ra bát, ăn khi nóng

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng cảm quan

- Trạng thái: vịt chín mềm
- Màu sắc tự nhiên
- Mùi thơm của nước dừa, vịt không bị hôi
- Vị vừa ăn, chua nhẹ

2.3.2. Nộm gà xé phay

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu

STT	Tên nguyên liệu	ĐVT	Số lượng
1	Gà đã sơ chế	g	200
2	Hành tây	g	150
3	Giá đỗ	g	150
4	Cà rốt	g	200
6	Chanh	Quả	2
7	Rau răm, lá chanh	Mớ	1
8	Ớt tươi	Quả	1
9	Dấm	ml	100
10	Đường	g	80
12	Bột canh, mỳ chính, hạt tiêu		

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Lá chanh rửa sạch tước bớt xơ, thái chỉ nhỏ
- Ớt thái chỉ
- Rau răm thái rời
- Gà sơ chế sạch
- Cà rốt thái chân hương
- Hành tây chẻ dọc 0,5cm
- Giá đỗ nhặt bỏ rễ, mũ

- Ướp hành tây, giá đỗ, cà rốt với chút muối, giấm, éo ráo nước; Sau đó điều vị chua –cay- mặn- ngọt bằng giấm (chanh), đường, bột canh, mì chính, ớt, tiêu bột.

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Gà luộc chín tới, gỡ thịt, xé miếng nhỏ bằng ngón tay nhỏ; ướp tiêu, bột canh, mì chính.

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm

Trộn đều thịt gà với hỗn hợp thực phẩm đã điều vị chua- cay-mặn-ngọt cùng rau răm. Bày vào đĩa, rắc lá chanh lên trên.

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng sản phẩm

Các nguyên liệu có màu đặc trưng. Mùi thơm đậm của tiêu, răm, hành. Vị chua, cay, mặn, ngọt, béo. Đĩa gà ráo, các loại rau ăn giòn, thịt mềm, trình bày đẹp, hấp dẫn

2.3.3. Trứng hấp vân

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu

STT	Tên nguyên liệu	ĐVT	Số lượng
1	Giò sống	g	200
2	Trứng gà	Quả	1
3	Mộc nhĩ	g	10
4	Lá chuối	g	100
5	Bột canh, mì chính, hạt tiêu		

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Lá chuối rửa sạch, hơ qua lửa, lau khô
- Mộc nhĩ ngâm nở, rửa sạch, cắt chân

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Trứng đánh tan. Bắc chảo, cho xíu dầu láng mặt chảo, đổ hết mỡ đi -> Chảo nóng già, đổ trứng vào chảo, một tay đổ một tay láng trứng kín chảo, lật mặt trứng, cho ra đĩa.

- Trải lớp trứng xuống dưới -> Phết 1/2 giò sống lên trứng cách mép khoảng 1cm -> Xếp mộc nhĩ kín mặt trứng, giò -> Phết thêm 1/2 lớp giò sống lên trên mặt mộc nhĩ => Cuốn chặt lại => gói bằng lá chuối, buộc dây => xếp vào lồng hấp khoảng 15 phút

- Bỏ trứng hấp ra, bỏ dây, lá chuối -> Thái miếng dày khoảng 1cm

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm

- Xếp trứng đã thái ra đĩa, khi ăn chấm kèm nước mắm chua, cay, mặn, ngọt.

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng sản phẩm

- Trạng thái: Chắc miếng, không vỡ, nổi rõ từng lớp trứng, giò, mộc nhĩ
- Màu sắc: Màu vàng của trứng, màu nâu của mộc nhĩ, màu trắng của giò
- Mùi: Mùi thơm của trứng, giò, mộc nhĩ
- Vị: Ngọt của giò

2.4. Thực hành kỹ thuật chế biến món ăn từ thủy hải sản

2.4.1. Cá xốt ngũ liễu

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu

STT	Tên nguyên liệu	ĐVT	Số lượng
1	Cá quả	kg	0,5
2	Thịt nạc vai	g	100
3	Nấm hương	g	20
4	Mộc nhĩ to	g	15
5	Cà rốt	g	50
6	Cà chua	g	100
7	Hành tươi	g	50
8	Thìa là	Mớ	1
9	Ớt sừng	Quả	2
10	Gừng củ	g	15
11	Bột mỳ	g	50
12	Trứng vịt	Quả	1
13	Bột đao	g	30
14	Bột canh, mỳ chính, hạt tiêu		

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Cá đánh vẩy, bỏ mang, mổ moi, giữ lại vây và đuôi, rửa sạch; khía nghiêng nông hơi chéo so với thân cá; ướp bột canh, tiêu vào bụng, mang và chỗ khía, để 15 phút.

- Nấm hương, mộc nhĩ ngâm nở, rửa sạch, thái chỉ.
- Gừng, cà rốt, ớt thái chỉ.
- Thịt nạc thái chỉ.
- Hành tươi lá thái khúc, củ trắng chẻ dọc, ngâm nước để trang trí.
- Thìa là ½ thái khúc, ½ để nguyên.
- Cà chua thái miếng, cho ít bột canh vào xào chín; cho ½ bát nước, đun kỹ, lọc lấy nước bột cà chua. Bột đao hòa với nước lạnh, lọc sạch.
- Trứng đập ra bát, đánh tan.
- Tẩm cá vào trứng, lăn qua bột mỳ.

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Đun dầu ăn nóng già, cho cá vào rán chín vàng; đặt cá vào đĩa bầu dục.
- Phi thơm hành, bỏ thịt, cà rốt vào xào chín; bỏ tiếp nấm, mộc nhĩ, gừng, ớt vào xào, nêm gia vị vừa ăn rồi đổ nước cà chua vào đun sôi, xuống bột đao; xốt sánh cho thìa là, hành hoa thái khúc vào đảo đều, mức xốt dội trùm lên cá. Trang trí bằng thìa là, hành, ớt tía hoa.

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm

Cho cá ra đĩa trang trí bằng thìa là, hành, ớt tía hoa.

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng sản phẩm

- Cá rán vàng đều, màu xốt hơi hồng, các nguyên liệu khác giữ được màu sắc tự nhiên; mùi thơm của nấm hương, gừng, thìa là; vị ngon, vừa ăn, vị chua nhẹ.
- Thịt cá chín ăn ngọt, không khô xác. Xốt sánh vừa

2.4.2. Canh chua cá**a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu**

STT	Tên nguyên liệu	ĐVT	Số lượng
-----	-----------------	-----	----------

1	Cá quả	kg	0,2
2	Cà chua	g	100
3	Độc mùng	g	100
4	Giá đỗ	g	100
5	Me chua	g	50
6	Rau ngổ, rau húng, mùi tàu	g	50
7	Hành tươi	g	50
8	Thìa là	Mớ	1/2
9	Ớt sừng	Quả	2
10	Gừng củ	g	15
11	Dầu ăn	ml	50
12	Bột canh, mì chính, hạt tiêu		

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Cá đánh vẩy, bỏ mang, mổ moi, cắt khúc; ướp bột canh, tiêu vào bụng, mang và chỗ khía, để 15 phút.
- Gừng, ớt thái chỉ.
- Hành tươi lá thái khúc, củ trắng chẻ dọc, ngâm nước để trang trí.
- Thìa là ,rau ngổ, rau húng, mùi tàu cắt khúc
- Cà chua thái miếng; độc mùng tước vỏ, thái vát, bóp muối rửa sạch; giá đỗ rửa sạch

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Quả me cạo vỏ rửa sạch đun sôi, nghiền nhỏ lọc bỏ bã.
- Đong 0,5 lit nước, đun sôi, thả cá vào, đun sôi, hớt bọt, hạ thấp nhiệt ninh 20 phút.
- Khi cá chín cho cà chua, giá đỗ nước me, đường, mắm, muối, độc mùng, rau thơm, ớt, mỡ nước, bắc ra cho mì chính, múc ra bát.

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm

Múc canh ra bát, cho đầu hành đã chẻ lên trang trí

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng sản phẩm

- Trạng thái: Nước trắng trong, nước và cái chiếm 8/10 dung tích bát, có vầng mỡ nổi trên mặt bát canh.
- Màu sắc: Cá trắng đục, xen lẫn màu xanh của rau, màu hồng của cà chua, trắng của giá.
- Mùi: Nổi mùi thơm tổng hợp của các loại rau, không tanh.
- Vị: chua, hơi ngọt, vừa ăn, hơi cay.
- Độ chín: Cá chín mềm, các loại rau thơm, độc mùng, giá đỗ chín tới, ăn cảm giác giòn.
- Cách ăn: Ăn nóng với cơm, bún.
- Ghi chú: Có thể thay thế quả me bằng quả độc, khế, lá me, ..

2.4.3. Tôm bao bột rán

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu

STT	Tên nguyên liệu	ĐVT	Số lượng
1	Tôm tươi to	g	300
2	Trứng vịt	Quả	1

3	Bột mỳ	g	100
4	Hành khô	g	20
5	Cà chua	g	50
6	Ớt tươi	Quả	2
7	Tỏi khô	g	20
8	Xà lách	g	200
9	Rau thơm	g	100
10	Dầu ăn	ml	300
11	Đường	g	40
12	Bột đao	g	5
13	Bột canh, mỳ chính, hạt tiêu		

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Tôm rửa sạch, vẩy ráo, bóc vỏ, bỏ đầu, giữ nguyên đuôi; ướp hành khô băm nhỏ, tiêu bột, mỳ chính, bột canh.

- Cách làm bột nhúng tôm: Trứng tách riêng lòng trắng và lòng đỏ, lòng trắng đánh nổi cứng. Cho bột mỳ vào bát to, cho nước, lòng đỏ trứng, chút gia vị vào khuấy đều sao cho bột đặc sánh vừa phải; cuối cùng cho lòng trắng vào trộn đều nhẹ tay.

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Đun dầu ăn nóng già, cầm từng con tôm nhúng vào bột, thả vào chảo rán vàng, vớt ra để ráo rồi bày vào đĩa.

- Ăn nóng với rau sống và sốt chắm hoặc nước chắm chua, cay, mặn, ngọt.

Cách làm nước chắm: Tỏi bóc vỏ, đập dập, băm nhỏ; ớt bỏ hạt, thái miếng nhỏ. Ngâm tỏi, ớt với chút giấm hoặc chanh. Pha đường, nước lọc, giấm (chanh) cho nổi vị chua – ngọt; cho tiếp nước mắm, nếm vừa; sau đó cho mỳ chính vào khuấy tan. Trước khi ăn cho tỏi ớt ngâm dấm vào.

Cách làm sốt chắm: Bột đao hòa nước lọc sạch; Ớt, hành, tỏi băm nhỏ, cà chua băm nhỏ. Phi thơm hành, tỏi, cho cà chua vào xào nhừ, lọc lấy bột. Đun sôi nước cà chua, cho giấm, ớt, tỏi, đường, nước mắm, mỳ chính vào điều vị chua, cay, mặn, ngọt hài hòa, cân đối. Xuống chút bột đao để sốt sánh.

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm

Tôm ráo dầu vớt ra để vào đĩa, trang trí bằng rau xà lách

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng sản phẩm

- Tôm có màu vàng rom. Thơm dậy mùi bột trứng; vị ngọt béo.

- Thịt tôm chín, không xác và bao đều một lớp bột nở xốp, giòn.

- Sốt (nước chắm) có màu sắc tự nhiên, nổi vị chua, cay, mặn, ngọt hài hòa, cân đối.

2.4.4. Lươn om giềng mễ

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu

STT	Tên nguyên liệu	ĐVT	Số lượng
1	Thịt lợn 3 chỉ	g	150
2	Lươn sống	g	600
3	Mễ	g	50
4	Riềng	g	50

5	Nghệ	g	50
6	Dầu ăn	ml	50
7	Mì chính	g	5
8	Muối	g	5
9	Rau răm	mớ	1
10	Tiêu bột	g	2
11	Nước mắm	ml	5
12	Hành hoa	g	50
13	Xương xông	Mớ	1

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Lươn làm sạch, lọc xương, cắt khúc ngắn từ 5-6cm
- Thịt 3 chỉ rửa sạch thái con chì nhỏ
- Riềng, nghệ gọt vỏ rửa sạch, giã lọc lấy nước
- Mẻ nghiền nhỏ lọc lấy nước
- Hành khô bóc vỏ băm nhỏ
- Hành hoa chân qua nước sôi.
- Ướp lươn, thịt với nước riềng, nghệ, mỳ chính, mẻ, nước mắm, tiêu bột, hành khô băm nhỏ để ngấm.
- Đặt 1 miếng thịt vào miếng lươn cuộn tròn, ngoài buộc chặt bằng một lá hành chân.

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Cho xương lươn vào ninh lấy nước dùng.
- Cho thịt lươn vào rán qua, sau đó chế nước dùng xấp cùng mẻ, nghệ, riềng đập vung đun sôi âm ỉ đến khi lươn chín mềm, kiểm tra lại gia vị.

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm

Xúc lươn đã chín mềm ra đĩa, rắc hành, răm, xương xông thái nhỏ, ăn nóng.

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng sản phẩm

- Trạng thái: Thịt lươn mềm nhừ, nước sánh sền sệt
- Màu: vàng của nghệ
- Mùi: thơm mùi riềng, mẻ, nghệ.
- Vị chua, mặn cân đối, vừa ăn.
- Độ chín: Lươn chín mềm, không nát.

2.4.5. Canh ngao chua

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu

STT	Tên nguyên liệu	ĐVT	Số lượng
1	Ngao	g	500
2	Cà chua	g	100
3	Dứa xanh	g	100
4	Me chua	g	100
5	Hành lá	g	50
6	Rau răm	Mớ	1/2
7	Gừng, ớt	g	5
8	Muối, mắm, mì chính		

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Ngao ngâm với nước vo gạo khoảng 5-7h cho sạch đất cát.
- Cà chua cắt ngang quả, bỏ hạt, thái miếng cau, xào qua.
- Dứa xanh bỏ mắt, thái miếng dày khoảng 0,5cm, xào qua.
- Quả me (hoặc sấu) cạo vỏ rửa sạch, cho vào nồi với chút nước đun sôi, nghiền nhỏ, lọc bỏ bã.
- Hành hoa, rau răm, thì là rửa sạch, thái khúc.

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Cho ngao, gừng thái lát vào nồi nước đun sôi há miệng -> Vớt ngao ra, để nước lắng chặt cạn -> Đổ ngao nguyên vỏ vào nước ngao, thả cà chua, dứa xanh, nước me (hoặc sấu), mắm, muối. Đun sôi thả hành hoa, rau răm, thì là -> Bắc xuống, cho mì chính, nêm lại vị vừa miệng.

(Cách khác: Ngao đun sôi há miệng, vớt ngao ra, bóc thịt ngao, bỏ vỏ -> Phi thơm hành, xào thịt ngao -> đổ ngao đã xào vào nồi nước ngao, cho cà chua, dứa, nước me, mắm, muối. Đun sôi thả hành hoa, rau răm, thì là -> Bắc xuống, cho mì chính, nêm lại vị cho vừa miệng).

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm

Múc canh ra bát, ăn nóng với cơm hay bún

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng sản phẩm

- Trạng thái: Nước trắng đục, nước và cái chiếm 8/10 dung tích bát
- Màu sắc: Ngao trắng đục, xen lẫn màu xanh của rau, màu hồng của cà chua, vàng nhạt của dứa.
- Mùi: Nổi mùi thơm tổng hợp của ngao và các loại rau, không tanh.
- Vị: Chua ngọt thanh mát
- Độ chín: Ngao và các loại rau chín tới

2.4.6. Ốc hấp lá gừng

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu thực hành

STT	Tên NL	Đvt	Số lượng
1	Ốc nhồi	g	700
2	Giò sống	g	150
3	Lá gừng hoặc lá sả	g	50
4	Gừng củ	g	50
5	Nấm hương	g	5
6	Hành khô	g	20
7	ớt tươi	Quả	2
8	Nước mắm	ml	10
9	Muối, mì chính	g	5
10	Tiêu	g	2
11	Lá chanh	Lá	5
12	Dầu ăn	g	50

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Ốc chọn con to đều, ngâm rửa sạch, ngâm nước vôi trong khoảng 20 phút, rửa lại bằng nước sạch, ngâm tiếp thêm 5 phút. Cho ốc vào chảo to đảo đều cho vẩy ốc bong ra, lấy tăm khêu lấy ruột ốc.
- Vỏ ốc cạo hết râu bẩn, luộc sạch để ráo.
- Gừng giã nhỏ, vắt lấy nước
- Hành khô bỏ vỏ băm nhỏ
- Thịt ốc bỏ hoi, bỏ ruột, bóp muối, dấm, rửa sạch thấm khô, thái hạt lựu nhỏ, tẩm ướp muối, nước gừng, hành khô băm nhỏ, tiêu
- Nấm hương ngâm nở vắt khô, thái chỉ
- Giò sống, ốc, nấm hương trộn đều
- Lấy dầu ăn bôi vào trong vỏ ốc cho bóng
- Lá gừng rửa sạch, vẩy ráo

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

Lá gừng rửa sạch đặt ngang vào trong vỏ ốc, nhồi thịt ốc đầy ngang miệng vỏ, đặt vào đĩa sâu lòng đem hấp 15 phút, lấy ốc hấp ra bôi dầu phai ngoài vỏ cho bóng.

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm

- Bày ốc lên đĩa, cắt chanh thanh lát mỏng hoặc lát ớt mỏng trang trí viền đĩa
- Trình bày hoa ớt, lá chanh
- Nước chấm: dùng nước hấp ốc cho thêm gừng, ớt, lá chanh thái chỉ để ra bát ăn kèm
- Khi ăn, cầm 2 đầu lá lồi ốc lên ăn nóng cùng nước chấm.

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng cảm quan

- Màu sắc: vỏ ốc màu vàng, thịt ốc trắng
- Mùi: mùi thơm của ốc, không có mùi tanh
- Vị: vị ngon ngọt của thịt, của giò và của ốc
- Trạng thái: ốc giòn, không dai, không bở, kết dinh tốt, trình bày hấp dẫn

2.5. Thực hành kỹ thuật chế biến món ăn từ lương thực và rau củ

2.5.1. Xôi vò

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu

STT	Tên nguyên liệu	ĐVT	Số lượng
1	Gạo nếp	g	500
2	Đỗ xanh	g	250
3	Muối	g	5
4	Hành khô	g	100
5	Mỡ nước	ml	100

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Gạo nếp vo sạch, ngâm 8 tiếng rồi đãi để ráo nước.
- Đỗ xanh vo sạch, ngâm 4 giờ rồi đãi để ráo nước
- Hành khô bóc vỏ, rửa sạch, thái lát mỏng đều nhau

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Đậu xanh đã ngâm đồ chín, nắm thành từng nắm to bằng quả cam, thái đậu

xanh mỏng -> Nắm lại rồi thái (Làm vài lần cho đậu xanh nhỏ mịn)

- Trộn ½ đậu xanh đã thái với gạo nếp rồi đồ chín (Hoặc: Đồ gạo nếp thành xôi trắng, để nguội, trộn với đậu xanh đã thái. Cho mỡ nước và một chút nước vào trộn đều, đồ lại một lần nữa)

- Cho xôi ra để nguội, sàng bỏ hạt bị vón cục, chỉ lấy những hạt tơi, nở mọng đều. Trộn tiếp số đồ còn lại vào, đem xôi hấp tiếp 15 phút

- Hành khô phi thơm, vàng, ròn.

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm-

- Cho xôi ra đĩa, rắc hành phi lên trên

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng sản phẩm

- Trạng thái: Hạt xôi tơi, nở mọng đều, dẻo.

- Màu sắc: Vàng chanh.

- Mùi: Thơm của gạo nếp và đậu xanh.

- Vị: Vừa ăn, béo, bùi.

2.5.2. Chè hoa cau

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu

STT	Tên nguyên liệu	ĐVT	Số lượng
1	Đỗ xanh	g	100
2	Muối	g	5
3	Đường	g	200
4	Bột sắn dây	g	100

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Đậu xanh ngâm nước lạnh 4h vo đãi sạch vỏ

- Bột sắn hòa, lọc cặn bẩn

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Cho đậu xanh vào nồi đồ chín

- Cho đường và 1 lít nước đun tan đường

- Đồ bột sắn đã hòa với 200ml nước vào đun với nước đường, khuấy đều khi bột trong là chín.

- Bắc xoong xuống, vừa khuấy vừa rắc đậu xanh, nước hoa bưởi

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm-

- Múc bát để nguội, thường ăn cùng xôi vò

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng sản phẩm

- Trạng thái: Chè sánh mượt không vữa, không vón

- Màu sắc: Bát chè trong, có màu vàng của đậu

- Mùi: Mùi thơm của đậu và tinh dầu bưởi

- Vị: Ngọt mát

- Độ chín: Chè chín nhừ, róc bát

- Cách ăn: Ăn nguội

2.5.3. Khoai lang chiên

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu thực hành

Định lượng cho 6 người ăn

- Khoai lang: 0,5kg
- Dầu ăn: 500ml
- Muối: 50g
- Bột béo: 100g
- Bột sữ tử: 50g

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Khoai lang rửa sạch, cạo vỏ, thái hình khẩu mía, ngâm nước muối 10 phút, vớt để ráo

- Bột béo , bột sữ tử trộn đều, xóc đều với khoai lang

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Cho dầu ăn vào chảo nóng già, cho khoai lang vào chiên vàng giòn.

d. Bước 4: Trình bày

Bày khoai ra đĩa, khi ăn chấm với tương ớt hoặc sốt.

e. Bước 5: Yêu cầu cảm quan

- Trạng thái: Sản phẩm chín bở, ăn giòn.
- Màu sắc: Vàng đậm của khoai chiên
- Mùi: Thơm của khoai
- Vị: Ngọt nhẹ của khoai

2.5.4. Khoai tây chiên

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu thực hành

- Khoai tây: 1kg
- Dầu ăn: 500ml
- Muối: 50g

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

Khoai tây rửa sạch, cạo vỏ, thái con chì, ngâm nước muối

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Đun nước sôi, cho khoai tây vào chần qua, ngâm vào nước đá -> vớt ra để ráo

- Cho dầu ăn vào chảo nóng già, cho khoai tây vào chiên vàng giòn.

d. Bước 4: Trình bày

Bày khoai tây ra đĩa, khi ăn chấm với tương ớt hoặc sốt.

e. Bước 5: Yêu cầu cảm quan

- Trạng thái: Sản phẩm chín bở, ăn giòn.
- Màu sắc: Vàng đậm của khoai chiên
- Mùi: Thơm của khoai
- Vị: Ngọt nhẹ của khoai

2.5.5. Khoai lang kén

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu thực hành

- | | | | |
|-------------------|------|------------------|-------|
| - Khoai lang vàng | 500g | - Nước cốt dừa | 100ml |
| - Đường trắng | 20g | - Bột chiên giòn | 100g |
| - Vừng đen | 10g | - Dầu ăn | 500ml |
| - Bột năng | 20g | | |

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Khoai lang rửa sạch, gọt vỏ, bỏ miếng, ngâm qua nước cho bớt nhựa
- Bột chiên giòn, vừng đen hòa với nước lạnh

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Khoai lang đồ chín, nghiền nhuyễn, trộn bột năng, nước cốt dừa, viên thành miếng như kén tằm, lăn qua lớp bột năng mỏng
- Đun dầu nóng già, nhúng khoai qua bột chiên giòn cho áo đều, chiên ngập dầu đến khi khoai vàng giòn, vớt ra để ráo dầu

d. Bước 4: Trình bày

Bày ra đĩa, ăn nóng kèm tương ớt.

e. Bước 5: Yêu cầu cảm quan

- Màu sắc: Vàng cánh gián
- Mùi thơm của vừng, khoai, nước cốt dừa
- Vị: Ngọt, béo
- Trạng thái: Khoai chín đều, vỏ giòn, nhân mềm, dẻo

2.5.6. Nộm đu đủ

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu thực hành

STT	Tên nguyên liệu	đvt	Số lượng
1.	Đu đủ xanh nạo sợi	g	300
2.	Thịt lợn nạc	g	100
3.	Tôm tươi	g	100
4.	Cà rốt	g	100
5.	Giò lụa	g	100

6.	Lạc	g	50
7.	Tỏi	g	10
8.	Chanh	Quả	1
9.	Rau mùi	Mớ	1
10.	ớt tươi	g	15
11.	Giấm	ml	10
12.	Mỡ nước	g	10
13.	Nước mắm	ml	10
14.	Đường	g	10

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Đu đủ, cà rốt rửa sạch, gọt vỏ, nạo sợi, bóp muối, rửa sạch, vắt khô.
- Giò lụa thái chỉ
- Rau thơm rửa sạch thái rời
- Thịt rửa sạch ướp tiêu muối, rán vàng để nguội, thái chỉ.

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Lạc rang vàng, bỏ vỏ, đập dập
- Tôm luộc chín, bóc vỏ, bỏ đầu, bỏ chân, lạng đôi
- Pha dung dịch gồm nước mắm, dấm, chanh, ớt, tỏi, đường, mì chính, quấy cho tan và nêm vị chua cay mặn ngọt cân đối.
- Đu đủ, cà rốt vắt khô cho vào khay trộn dung dịch đã pha với ½ thịt, lạc rang, rau mùi.

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm

Bày nộm ra đĩa, trên bày tiếp giò lụa, tôm, thịt, lạc rang và rau mùi theo những phần riêng biệt. Trình bày các nguyên liệu theo từng góc, xen kẽ màu sắc các nguyên liệu cho hài hòa, hoa ớt hoặc hoa xoáy bày lên trên đĩa nộm.

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng cảm quan

- Màu sắc: nổi bật màu sắc tự nhiên của nguyên liệu
- Mùi thơm của rau mùi, không có mùi tanh của tôm
- Vị chua cay, mặn, ngọt, bùi, béo cân đối.
- Trạng thái: nộm giòn, không dai, không khô, không quá ướt.

2.5.7. Mứt dừa

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu thực hành

STT	Tên nguyên liệu	đvt	Số lượng
1	Dừa bánh tẻ	g	500
2	Đường cát	g	200
3	Va ni	ống	1

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Dừa bỏ phần vỏ đen bên ngoài, nạo sợi vòng quanh cho đến hết.
- Dừa sau khi nạo sợi rửa sạch cho hết dầu, vớt ra để ráo.
- Cho đường vào dừa đảo đều, để qua đêm cho đường tan ngấm vào dừa.
- Sên dừa ở lửa nhỏ, sên đều tay cho đến khi dừa khô lại thì cho vani vào đảo đều xong tắt bếp.

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Sên dừa ở lửa nhỏ, sên đều tay cho đến khi dừa khô lại thì cho vani vào đảo đều xong tắt bếp.

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm

Bày ra đĩa, thích hợp làm món tráng miệng, uống trà chiều

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng cảm quan

- Trạng thái: Sợi dừa đồng đều, không vụn, đường bám đều trên bề mặt dừa.
- Màu sắc: Trắng tinh.
- Mùi: Thơm mùi dừa, vani.
- Vị: Ngọt, bùi của dừa.

2.5.8. Bánh trôi tàu

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu thực hành

STT	Tên NL	Dvt	Số lượng
1	Bột nếp	g	400
2	Bột tẻ	g	50
3	Dừa nạo sợi	g	100
4	Đường thốt nốt	g	250
5	Khoai lang (khoai tây) đã nghiền nát	g	80
6	Nước ấm (40 độ)	ml	330
7	Lạc nhân	g	100
8	vani	ống	2
9	Đậu xanh	g	200

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Đậu xanh không vỏ vo sạch rồi ngâm với nước ấm khoảng 4 tiếng. Sau đó nấu hoặc hấp chín rồi đem xay hoặc giã nhuyễn.
- Trộn lẫn hai loại bột nếp & bột tẻ + muối rồi đổ nước ấm vào từ từ, khuấy đều rồi cho khoai tây nghiền nát vào đảo đều. Dùng tay nhào bột đến khi bột mịn dẻo, không dính tay là được. Gói kín bột lại để nghỉ khoảng 30 phút cho bột nở.
- Sau đó lấy bột ra chia đều thành những phần bằng nhau theo số lượng viên nhân ở trên rồi vo tròn lại.

- Lấy từng viên bột ấn dẹt xuống cho viên nhân vào giữa kéo các mép rồi vê tròn cho bột bao kín nhân hoàn toàn

Lưu ý : Vỏ phải ôm kín nhân để không có lỗ hở cho không khí lọt vào

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Cho 70 gr đường hòa với 50 ml nước bắc lên bếp cho đường tan, đổ đậu đã xay vào sên với lửa nhỏ, đảo đều tay đến khi nhân đậu khô không dính tay là được. Nếu thích dừa bào thì bạn cho vào sên cùng đậu nhé. Cho ít bột vani vào đảo đều rồi tắt bếp. Để nhân nguội bớt rồi chia đều thành những phần bằng nhau, vo tròn lại để vào khay.

- Bắc nồi lên bếp cho 2 lít nước + đường thốt nốt + gừng thái sợi đun sôi, cho từng viên bánh trôi vào luộc chín mềm.

- Lạc rang chín, xát vỏ, giã dập

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm

Múc ra mỗi bát 3 viên bánh trôi kèm nước đường, rắc dừa sợi, lạc đã dập.

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng cảm quan

- Trạng thái: bánh căng tròn

- Màu: bánh trắng, nước đường màu vàng nâu

- Mùi thơm của đường, gừng, lạc, dừa

- Vị ngọt, bùi, béo

❖ TÓM TẮT CHƯƠNG 2

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

- Công thức, quy trình chế biến, đánh giá chất lượng các món ăn được chế biến từ nguyên liệu động vật, thực vật

- Vận dụng áp dụng vào thực tế, nhận biết các sai hỏng trong chế biến và cách khắc phục

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Giáo trình vệ sinh dinh dưỡng của trường Đại học Thương Mại.
- Giáo trình nghiệp vụ nấu ăn của dự án VIE002.
- Giáo trình hóa sinh của trường Đại học Thương Mại.
- Giáo trình Cơ sở lý thuyết chế biến sản phẩm AU của trường ĐH Thương Mại.
- Giáo sư Từ Giấy, Bảng thành phần hóa học.
- Legumes của nhà xuất bản Konemann.
- 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 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.
- 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.
- Dự án phát triển nguồn nhân lực Việt Nam do EU tài trợ, Tài liệu tiêu chuẩn kỹ năng nghề, 2008