

BỘ CÔNG THƯƠNG
TRƯỜNG CAO ĐẲNG THƯƠNG MẠI VÀ DU LỊCH



GIÁO TRÌNH

MÔN HỌC: THỰC HÀNH CHẾ BIẾN MÓN ĂN

**NGÀNH: QUẢN LÝ VÀ KINH DOANH NHÀ HÀNG
VÀ DỊCH VỤ ĂN UỐNG**

TRÌNH ĐỘ: TRUNG CẤP

*(Ban hành kèm theo Quyết định số 412/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 MỞ ĐẦU

Ngày nay nhu cầu ăn uống là nhu cầu không thể thiếu, nó đã nâng tầm trở thành nghệ thuật. Vì vậy việc chế biến món ăn đảm bảo chất lượng cao, trình bày đẹp có vai trò hết sức quan trọng đòi hỏi người đầu bếp phải có sự hiểu biết về dinh dưỡng, thực phẩm, các phương pháp làm chín cũng như khẩu phần ăn và cách xây dựng thực đơn một cách hợp lý. Với nhu cầu về các món ăn ngày càng phát triển tại các nhà hàng, khách sạn để phục vụ khách đòi hỏi đầu bếp phải có những kiến thức chuyên môn vững vàng, tay nghề cao.

Để đáp ứng nhu cầu học tập cho học sinh hệ Trung cấp đồng thời cũng là tài liệu giảng dạy cho Giáo viên Khoa Khách sạn - Du lịch, chúng tôi biên soạn Giáo trình “Thực hành chế biến món ăn”. Nội dung Giáo trình bao gồm 4 chương, có chi tiết công thức các món ăn từ các nhóm nguyên liệu.

Chương 1: Thực hành chế biến món ăn từ Thịt gia cầm

Chương 2: Thực hành chế biến món ăn từ Thịt gia súc

Chương 3: Thực hành chế biến món ăn từ Thủy sản

Chương 4: Thực hành chế biến món ăn từ Rau củ quả

Với hy vọng góp phần nhỏ bé vào việc phục vụ đời sống của con người trong lĩnh vực ăn uống, đồng thời giúp các em học sinh hình thành những kỹ năng cần thiết làm vốn liếng nghề nghiệp cho mình sau này.

Với tinh thần làm việc nghiêm túc, giáo trình được hoàn thành sau một thời gian nghiên cứu kết hợp thực tiễn kinh doanh tại các nhà hàng khách sạn. Tuy nhiên Giáo trình không tránh khỏi những khiếm khuyết trong quá trình biên soạn. Do vậy chúng tôi mong nhận được sự đóng góp của bạn đọc để giáo trình được hoàn thiện hơn.

Tập thể tác giả xin chân thành cảm ơn!

Nhóm tác giả

MỤC LỤC

- CHƯƠNG 1. THỰC HÀNH CHẾ BIẾN MÓN ĂN TỪ THỊT GIA CẦM**Lỗi! Thẻ đánh dấu không được xác định.**
- 1.1. Thực hành kỹ thuật chế biến nước dùng gà, xúp gà ngô nầm**Lỗi! Thẻ đánh dấu không được xác định.**
 - 1.2. Thực hành kỹ thuật chế biến món Gà rang muối**Lỗi! Thẻ đánh dấu không được xác định.**
- CHƯƠNG 2: THỰC HÀNH CHẾ BIẾN MÓN ĂN TỪ THỊT GIA CẦM**Lỗi! Thẻ đánh dấu không được xác định.**
- 2.1. Thực hành kỹ thuật chế biến món Thịt kho tàu**Lỗi! Thẻ đánh dấu không được xác định.**
 - 2.2. Thực hành kỹ thuật chế biến món Bò xốt vang**Lỗi! Thẻ đánh dấu không được xác định.**
- CHƯƠNG 3: THỰC HÀNH CHẾ BIẾN MÓN ĂN TỪ THỦY SẢN**Lỗi! Thẻ đánh dấu không được xác định.**
- 3.1. Thực hành kỹ thuật chế biến Cá xốt ngũ liễu**Lỗi! Thẻ đánh dấu không được xác định.**
 - 3.2. Thực hành kỹ thuật chế biến món Tôm bao bột rán**Lỗi! Thẻ đánh dấu không được xác định.**
 - 3.3. Thực hành chế biến món Lươn om giềng mẻ**Lỗi! Thẻ đánh dấu không được xác định.**
- CHƯƠNG 4: THỰC HÀNH CHẾ BIẾN MÓN ĂN TỪ RAU CỦ QUẢ**Lỗi! Thẻ đánh dấu không được xác định.**
- 4.1 Thực hành kỹ thuật chế biến món Nộm đu đủ**Lỗi! Thẻ đánh dấu không được xác định.**
 - 4.2. Mứt dứa.....**Lỗi! Thẻ đánh dấu không được xác định.**

GIÁO TRÌNH MÔN HỌC

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

2. Mã số môn học: MH17

Thời gian thực hiện môn học: 60 giờ (Lý thuyết: 0; Thực hành: 52 giờ; Kiểm tra: 8 giờ)

3. Vị trí, tính chất môn học:

3.1. Vị trí: Thực hành chế biến món ăn là môn học thuộc nhóm kiến thức chuyên môn trong chương trình đào tạo trình độ trung cấp nghề “Quản lý và kinh doanh nhà hàng và dịch vụ ăn uống”.

3.2. Tính chất: Thực hành chế biến món ăn 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 là môn học dành cho đối tượng là người học thuộc các chuyên ngành Quản lý và kinh doanh nhà hàng và dịch vụ ăn uống, Nghiệp vụ nhà hàng khách sạn, Kỹ thuật chế biến món ăn. 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. 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 món ăn từ các nhóm nguyên liệu khác nhau.

4. Mục tiêu môn học:

4.1. Về kiến thức:

A1. 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,

A2. Biết cách sơ chế, cắt thái, phối hợp các loại nguyên liệu

A3. Biết trình bày món ăn

A4. Chế biến được các món ăn từ các nhóm nguyên liệu khác nhau.

4.2. Về kỹ năng:

B1. Chế biến được các món ăn từ các nhóm nguyên liệu.

B2. Làm được và trình bày hấp dẫn các món ăn đã học.

B3. Đảm bảo vệ sinh và an toàn lao động.

4.3. Về năng lực tự chủ và trách nhiệm:

C1. Người học có ý thức, trách nhiệm và lương tâm đối với nghề nghiệp.

C2. Chủ động nghiên cứu tài liệu, sáng tạo các món ăn mới

C3. Cải tiến quy trình làm việc phù hợp với điều kiện cụ thể.

C4. 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	Th.hành/ thực tập/

					bài tập/ thảo luận	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	60	1575	440	1066	69
II.1	Môn học cơ sở	11	165	155		10
MH07	Kinh tế nhà hàng, khách sạn	2	30	28	-	2
MH08	Tâm lý du khách và kỹ năng GT	2	30	28	-	2
MH09	Thương phẩm hàng TP	2	30	28	-	2
MH10	Sinh lý dinh dưỡng và VSATTP	3	45	43	-	2
MH11	Marketing du lịch	2	30	28	-	2
II.2	Môn học chuyên môn	47	1380	257	1066	57
MH12	Ngoại ngữ chuyên ngành PVNH	4	60	57	-	3
MH13	Quản trị nhà hàng	4	60	57	-	3
MH14	Lý thuyết nghiệp vụ lưu trú	3	45	43	-	2
MH15	Lý thuyết nghiệp vụ nhà hàng	4	60	57	-	3
MH16	Lý thuyết chế biến món ăn	3	45	43	-	2
MH17	Thực hành chế biến món ăn	2	60	-	52	8
MH18	Thực hành nghiệp vụ nhà hàng I	3	90	-	82	8
MH19	Thực hành nghiệp vụ nhà hàng II	2	60	-	52	8
MH20	Thực hành nghiệp vụ lưu trú	2	60	-	52	8
MH21	Thực hành quản trị nhà hàng	4	120	-	108	12
MH22	Thực tập TN	16	720		720	
II.3	Môn học tự chọn (chọn 1 trong 2)	2	30	28	-	2
MH23	Tổ chức sự kiện	2	30	28	-	2
MH24	Văn hóa ẩm thực	2	30	28	-	2
	Tổng cộng	72	1830	534	1214	82

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	Kiểm tra

1.	Chương 1: Thực hành chế biến món ăn từ thịt gia cầm.	16		16	
2.	Chương 2: Thực hành chế biến món ăn từ thịt gia súc	16		16	
	Kiểm tra	4			4
3.	Chương 3: Thực hành chế biến món ăn thủy sản	12		12	
4.	Chương 4: Thực hành chế biến món ăn từ rau củ quả	8		8	
	Kiểm tra	4			4
		60		52	8

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: Projector, 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 Cao đẳng Thương mại & Du lịch Thông tư số 04/2022/TT-LĐTĐ, ban hành 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 môn học, tín chỉ của Nhà trường ban hành kèm theo Quyết định số 246/QĐ-CĐTMDL ngày 01/6/2022 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	Theo nhóm	Thực hành	Sau 16 giờ.
Định kỳ	Theo nhóm	Thực hành	Sau 32 giờ
Kết thúc môn học	Theo nhóm	Thực hành	Sau 60 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 Quản lý và kinh doanh nhà hàng và dịch vụ ăn uống.

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: 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 đầy đủ 80% các buổi học thực hành. Nếu người học vắng >20% số tiết thực hành 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:

- Giáo trình Chế biến món ăn Á, Âu của Trường Cao đẳng Du lịch và Dịch vụ Hải Phòng.
- Giáo trình Thực hành chế biến món ăn Á - Trường Cao đẳng Du lịch Hà Nội.
- Giáo trình Chế biến món ăn Á- Âu của Trường Cao đẳng Kỹ thuật Công nghệ Quy Nhơn.
- Giáo trình Cơ sở lý thuyết chế biến sản phẩm AU của trường ĐH Thương Mại.
- 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.
- Kỹ thuật chế biến món ăn Á, Tiêu chuẩn kỹ năng nghề Du lịch Việt Nam.
- 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 CHẾ BIẾN MÓN ĂN TỪ THỊT GIA CẦM

❖ GIỚI THIỆU CHƯƠNG 1

Chương 1 là chương thực hành kỹ thuật chế biến các món ăn cơ bản từ thịt gia cầm 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 1

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

* Về kiến thức

- Mô tả cách lựa chọn và phân loại được nguyên liệu chế biến cho từng món ăn cụ thể.

- Trình bày được công thức chế biến các món ăn từ thịt gia cầm.

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

- Phân tích được nguyên nhân và biện pháp khắc phục các sai hỏng trong chế biến món ăn

* Về kỹ năng:

- Lựa chọn được nguyên liệu thực phẩm phù hợp với món ăn.

- Chế biến thành thạo Nước dùng gà, Xúp gà ngô nấm, Gà rang muối.

- Trình bày món ăn đẹp, hấp dẫn

* 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 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, quy trình chế biến trong nội dung 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 BÀI GIẢNG 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; 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, và các nguyên liệu liên quan đến từng món ăn.

- **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

1.1. Thực hành chế biến nước dùng gà, xúp gà ngô nầm

1.1.1. Thực hành chế biến Nước dùng gà

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 2giờ đến 4giờ. 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 váng mỡ

2.2. Thực hành chế biến món Xúp gà ngô nầm

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.

1.2. Thực hành chế biến món Gà rang muối

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu thực hành

Định lượng dùng cho 1 đĩa như sau:

STT	Tên nguyên liệu	Đvt	Số lượng
1	Thịt gà	g	500
2	Gạo nếp	g	10
3	Lá chanh	lá	3
4	Gừng	g	20
5	Tỏi khô	g	20
6	Muối tinh	g	5
7	Bột nêm gà	g	5

8	Trứng gà	quả	1
9	Sả	củ	2
10	Hành khô	g	20
11	Mỳ chính	g	5
12	Dầu ăn	ml	30
13	Tiêu bột	g	5
14	Phòng tôm	g	5
15	Bột chiên	g	100
16	Dầu hào	ml	10
17	Đậu xanh xát vỏ	g	10

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Hành, tỏi khô bóc vỏ thái mỏng
- Sả, gừng rửa sạch thái mỏng
- Lá chanh thái chỉ.
- Cánh gà rửa sạch

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Chuẩn bị nước tấu: Cho 1 chút hành khô, sả, gừng, muối, mỳ chính, dầu hào đun khoảng 20-30 phút nhỏ lửa sau đó cho gà vào tấu đun khoảng 10 phút, vớt ra để ráo chặt miếng vừa ăn.
- Lăn gà qua lòng đỏ trứng, bột chiên.
- Đổ mỡ nóng già, cho gà vào chảo chao vàng sau đó xóc đều cùng với hỗn hợp muối, hành, tỏi, sả thái mỏng phi vàng, lá chanh thái chỉ.
- Cách làm hỗn hợp muối: muối tinh rang khô, đậu xanh, gạo rang chín (không vàng), phòng tôm chiên chín sau đó tất cả giã nhỏ và trộn đều cùng mỳ chính, bột nêm gà.

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm.

- Trình bày ra đĩa ăn nóng, chấm muối tiêu chanh ớt.

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng cảm quan

- Trạng thái: Gà bám hỗn hợp muối.

- Màu sắc: màu vàng đẹp.
- Mùi thơm đặc trưng của nguyên liệu
- Vị vừa ăn
- Độ chín: chín vàng, không khô.

❖ TÓM TẮT CHƯƠNG 1

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 thịt gia cầm.
- 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 Chế biến món ăn Á, Âu của Trường Cao đẳng Du lịch và Dịch vụ Hải Phòng.
- Giáo trình Thực hành chế biến món ăn Á - Trường Cao đẳng Du lịch Hà Nội.
- Giáo trình Chế biến món ăn Á- Âu của Trường Cao đẳng Kỹ thuật Công nghệ Quy Nhơn.
- Giáo trình Cơ sở lý thuyết chế biến sản phẩm AU của trường ĐH Thương Mại.
- 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.
- Kỹ thuật chế biến món ăn Á, Tiêu chuẩn kỹ năng nghề Du lịch Việt Nam.
- Dự án phát triển nguồn nhân lực Việt Nam do EU tài trợ, Tài liệu tiêu chuẩn kỹ năng nghề, 2008

CHƯƠNG 2: THỰC HÀNH CHẾ BIẾN MÓN ĂN TỪ THỊT GIA SÚC

❖ GIỚI THIỆU CHƯƠNG 2

Chương 2 là chương thực hành kỹ thuật chế biến các món ăn cơ bản từ thịt gia súc 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:*

- *Mô tả cách lựa chọn và phân loại được nguyên liệu chế biến cho từng món ăn cụ thể*
- *Trình bày được công thức chế biến các món ăn từ thịt gia súc.*
- *Trình bày và giải thích được quy trình chế biến một món ăn cụ thể*
- *Phân tích được nguyên nhân và biện pháp khắc phục các sai hỏng trong chế biến món ăn*

** Về kỹ năng:*

- *Lựa chọn được nguyên liệu thực phẩm phù hợp với món ăn.*
- *Chế biến thành thạo món ăn Thịt kho tàu, Bò xốt vang đúng kỹ thuật*
- *Trình bày món ăn đẹp, hấp dẫn*

** 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 1 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 2 (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(vấn đáp/ thảo luận)
 - ✓ *Kiểm tra định kỳ thực hành:* 1 điểm kiểm tra (hình thức: thực hành)
- ❖ **NỘI DUNG CHƯƠNG 2**

2.1. Thực hành chế biến món 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. Thực hành chế biến món 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 mì	g	10
5	Bột đao	g	5
6	Mỡ nước	g	20
7	Rượu vang	ml	30
8	Rau mùi	g	10
9	Húng liu	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 liu, gấc 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, đập 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

❖ 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 thịt gia súc
- 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 Chế biến món ăn Á, Âu của Trường Cao đẳng Du lịch và Dịch vụ Hải Phòng.
- Giáo trình Thực hành chế biến món ăn Á - Trường Cao đẳng Du lịch Hà Nội.
- Giáo trình Chế biến món ăn Á- Âu của Trường Cao đẳng Kỹ thuật Công nghệ Quy Nhơn.
- Giáo trình Cơ sở lý thuyết chế biến sản phẩm AU của trường ĐH Thương Mại.
- 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.
- Kỹ thuật chế biến món ăn Á, Tiêu chuẩn kỹ năng nghề Du lịch Việt Nam.
- Dự án phát triển nguồn nhân lực Việt Nam do EU tài trợ, Tài liệu tiêu chuẩn kỹ năng nghề, 2008

CHƯƠNG 3: THỰC HÀNH CHẾ BIẾN MÓN ĂN TỪ THỦY SẢN

❖ GIỚI THIỆU CHƯƠNG 3

Chương 3 là chương thực hành kỹ thuật chế biến các món ăn cơ bản từ thủy sản 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 3

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

** Về kiến thức*

- *Mô tả cách lựa chọn và phân loại được nguyên liệu chế biến cho từng món ăn cụ thể*
- *Trình bày được công thức chế biến các món ăn từ thủy sản.*
- *Trình bày và giải thích được quy trình chế biến một món ăn cụ thể*
- *Phân tích được nguyên nhân và biện pháp khắc phục các sai hỏng trong chế biến món ăn*

** Về kỹ năng:*

- *Lựa chọn được nguyên liệu thực phẩm phù hợp với món ăn.*
- *Chế biến thành thạo món Cá xốt ngũ liễu, Tôm bao bột rán, Lươn om riêng mẽ đúng kỹ thuật*
- *Trình bày món ăn đẹp, hấp dẫn*

** 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 3

- *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 3); yêu cầu người học thực hiện các thao tác, kỹ thuật, quy trình chế biến trong nội dung 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 1 theo cá nhân hoặc nhóm và nộp lại cho người dạy đúng thời gian quy định.*

❖ ĐIỀU KIỆN THỰC HIỆN BÀI GIẢNG 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; thực hành đầy đủ các nội dung trong chương 3 theo cá nhân hoặc nhóm dưới sự chỉ dẫn của người dạy trong thời gian quy định.*

❖ ĐIỀU KIỆN THỰC HIỆN CHƯƠNG 3

- **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 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: hỏi miệng/ thuyết trình)

✓ **Kiểm tra định kỳ thực hành:** không có

❖ NỘI DUNG CHƯƠNG 3

3.1. Thực hành chế biến món Cá xốt ngũ liệu

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, múc 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

3.2. Thực hành chế biến món 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. Xuồng 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 ươm. 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.

3.3. Thực hành chế biến món Lươn om giềng mẻ

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	Mẻ	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 chà 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 chàn.

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 xăm xấp cùng mỡ, 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, mỡ, nghệ.

- Vị chua, mặn cân đối, vừa ăn.

- Độ chín: Lươn chín mềm, không nát.

❖ TÓM TẮT CHƯƠNG 3

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 thủy sản

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

CHƯƠNG 4: THỰC HÀNH CHẾ BIẾN MÓN ĂN TỪ RAU CỦ QUẢ

❖ GIỚI THIỆU CHƯƠNG 4

Chương 4 là chương thực hành kỹ thuật chế biến các món ăn cơ bản từ rau củ quả 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 4

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

** Về kiến thức:*

- *Mô tả cách lựa chọn và phân loại được nguyên liệu chế biến cho từng món ăn cụ thể*
- *Trình bày được công thức chế biến các món ăn từ rau củ quả.*
- *Trình bày và giải thích được quy trình chế biến một món ăn cụ thể*
- *Phân tích được nguyên nhân và biện pháp khắc phục các sai hỏng trong chế biến món ăn*

** Về kỹ năng:*

- *Lựa chọn được nguyên liệu thực phẩm phù hợp với món ăn.*
- *Chế biến thành thạo món ăn Nộm đu đủ, Mứt dứa đúng kỹ thuật*
- *Trình bày món ăn đẹp, hấp dẫn*

** 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 4

- *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 4); yêu cầu người học thực hiện các thao tác, kỹ thuật, quy trình chế biến trong nội dung 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 1 theo cá nhân hoặc nhóm và nộp lại cho người dạy đúng thời gian quy định.*

❖ ĐIỀU KIỆN THỰC HIỆN BÀI GIẢNG 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; thực hành đầy đủ các nội dung trong chương 4 theo cá nhân hoặc nhóm dưới sự chỉ dẫn của người dạy trong thời gian quy định.*

❖ ĐIỀU KIỆN THỰC HIỆN CHƯƠNG 4

- **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 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: hỏi miệng/ thuyết trình)
 - ✓ **Kiểm tra định kỳ thực hành:** 1 điểm kiểm tra (hình thức: thực hành)

❖ NỘI DUNG CHƯƠNG 4

4.1 Thực hành chế biến món 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 rối
- 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, mỳ 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.

4.2. Thực hành chế biến món Mứt dứa**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 dứa đồng đều, không vụn, đường bám đều trên bề mặt dứa.
- Màu sắc: Trắng tinh.
- Mùi: Thơm mùi dứa, vani.
- Vị: Ngọt, bù của dứa.

❖ TÓM TẮT CHƯƠNG 4

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 rau củ quả
- 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