

BỘ CÔNG THƯƠNG
TRƯỜNG CAO ĐẲNG THƯƠNG MẠI VÀ DU LỊCH



GIÁO TRÌNH

MÔN HỌC: THỰC HÀNH CHẾ BIẾN MÓN ĂN

NGÀNH: QUẢN TRỊ NHÀ HÀNG

TRÌNH ĐỘ: CAO ĐẲNG

(Ban hành kèm theo Quyết định số: 413/QĐ-CĐTM 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 Giao trình Thực hành Chế biến món ăn nhằm giới thiệu một số kiến thức và quy trình chế biến các món ăn. Cuốn sách được chia làm ba chương :

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

Chương hai: Thực hành chế biến nước dùng – xốt

Chương ba: Thực hành 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!

Nhóm biên soạn

MỤC LỤC

| | |
|---|-----------|
| LỜI NÓI ĐẦU..... | 1 |
| CHƯƠNG 1. THỰC HÀNH KỸ THUẬT CẮT THÁI – TỈA HOA TRANG TRÍ. 9 | |
| 2.1 Thao tác kỹ thuật cơ bản sử dụng dụng cụ trong chế biến..... | 10 |
| 2.2 Thao tác kỹ thuật cắt thái cơ bản | 11 |
| 2.3. Kỹ thuật cắt tỉa hoa | 13 |
| CHƯƠNG 2: THỰC HÀNH KỸ THUẬT CHẾ BIẾN NƯỚC DÙNG - XỐT..... | 18 |
| 2.1. Thực hành kỹ thuật chế biến nước dùng | 19 |
| 2.2. Thực hành kỹ thuật chế biến xốt. | 19 |
| CHƯƠNG 3. THỰC HÀNH KỸ THUẬT CHẾ BIẾN MÓN ĂN..... | 23 |
| 2.1. Nộm gà xé phay | 24 |
| 2.2. Lươn om giềng mẻ | 25 |
| 2.3. Tôm bao bột rán | 26 |
| 2.4. Cá xốt ngũ liễu | 27 |
| 2.5.Xôi vò..... | 28 |
| 2.6. Xalat Nga | 28 |
| 2.7. Xúp gà ngô nầm | 29 |
| 2.8. Mứt dừa | 30 |

GIÁO TRÌNH MÔN HỌC

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

2. Mã số môn học: MH24

Thời gian thực hiện môn học: 120 giờ (Lý thuyết: 0; Thực hành: 108 giờ; Kiểm tra: 12 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 cao đẳng “Quản trị nhà hàng”.

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

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 chuyên ngành Quản trị nhà hàng, 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 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 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 | Tổng tín chỉ | Thời gian học tập (giờ) | | | |
|-------------|--------------------------------|--------------------|-------------------------|--------------|---|-------------|
| | | | Tổng số | Trong đó | | |
| | | | | Lý thuyết | Thực hành, thí nghiệm, thảo luận, bài tập | Kiểm tra |
| I | Các môn học chung | 25 | 450 | 298 | 120 | 32 |
| MH01 | Chính trị | 6 | 90 | 85 | - | 5 |
| MH02 | Pháp luật | 2 | 30 | 28 | - | 2 |
| MH03 | Giáo dục thể chất | 2 | 60 | - | 55 | 5 |
| MH04 | Giáo dục Quốc phòng -An ninh | 4 | 75 | 45 | 25 | 5 |
| MH05 | Tin học | 3 | 75 | 30 | 40 | 5 |
| MH06 | Tiếng Anh cơ bản | 8 | 120 | 110 | - | 10 |
| II | Các môn học chuyên môn | 81 | 2040 | 666 | 1321 | 53 |
| II.1 | Môn học cơ sở | 15 | 225 | 211 | - | 14 |
| MH07 | Tổng quan Nhà hàng – Khách sạn | 2 | 30 | 28 | - | 2 |
| MH08 | Quản trị học | 2 | 30 | 28 | - | 2 |
| MH09 | Tâm lý du khách và Kỹ năng GT | 2 | 30 | 28 | - | 2 |
| MH10 | Văn hóa ẩm thực | 2 | 30 | 28 | - | 2 |
| MH11 | Thương phẩm hàng thực phẩm | 2 | 30 | 28 | - | 2 |
| MH12 | Sinh lý dinh dưỡng và VSATTP | 3 | 45 | 43 | - | 2 |
| MH13 | Nghiệp vụ thanh toán | 2 | 30 | 28 | - | 2 |
| II.2 | Môn học chuyên môn | 64 | 1755 | 399 | 1321 | 35 |
| MH14 | Tiếng Anh nhà hàng, khách sạn | 4 | 60 | 57 | - | 3 |
| MH15 | Kỹ thuật chế biến món ăn | 4 | 60 | 57 | - | 3 |

| | | | | | | |
|-------------|---|------------|-------------|------------|-------------|-----------|
| MH16 | Phương pháp xây dựng thực đơn | 3 | 45 | 43 | - | 2 |
| MH17 | Tổ chức sự kiện | 2 | 30 | 28 | - | 2 |
| MH18 | Quản trị kinh doanh nhà hàng | 6 | 90 | 86 | - | 4 |
| MH19 | Môi trường AN-AT trong nhà hàng | 2 | 30 | 28 | - | 2 |
| MH20 | Lý thuyết nghiệp vụ nhà hàng I | 4 | 60 | 57 | - | 3 |
| MH21 | Lý thuyết nghiệp vụ nhà hàng II | 3 | 45 | 43 | - | 2 |
| MH22 | Thực hành nghiệp vụ nhà hàng I | 1 | 150 | - | 146 | 4 |
| MH23 | Thực hành nghiệp vụ nhà hàng II | 4 | 120 | - | 117 | 3 |
| MH24 | Thực hành chế biến món ăn | 4 | 120 | - | 117 | 3 |
| MH25 | Thực hành QT nhà hàng | 6 | 180 | - | 176 | 4 |
| MH26 | Thực tập TN | 17 | 765 | | 765 | |
| II.3 | Môn học tự chọn (chọn 2 trong 4) | 2 | 60 | 56 | - | 4 |
| MH27 | Kỹ thuật trang trí, cắm hoa | 2 | 30 | 28 | - | 2 |
| MH28 | Maketing du lịch | 2 | 30 | 28 | - | 2 |
| MH29 | Pháp luật du lịch | 2 | 30 | 28 | - | 2 |
| MH30 | Nghiệp vụ lưu trú | 2 | 30 | 28 | - | 2 |
| | Tổng cộng | 106 | 2490 | 964 | 1441 | 85 |

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 kỹ thuật cắt thái – tỉa hoa trang trí Kiểm tra | 12 4 | | 8 | 4 |
| 2. | Chương 2: Thực hành chế biến nước dùng – xốt Kiểm tra | 20 4 | | 16 | 4 |

| | | | | | |
|----|---|---------|--|-----|----|
| 3. | Chương 3: Thực hành chế biến món ăn Kiểm tra | 88 4 | | 84 | 4 |
| | | 120 | | 108 | 12 |

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 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 12 giờ. |
| Định kỳ | Thực hành | Thực hành | Sau 8 giờ Sau 28 giờ Sau 116 giờ |
| Kết thúc môn học | Thực hành | Thực hành | Sau 120 giờ |

7.2.3. Cách tính điểm

- Điểm đánh giá thành phần và điểm thi kết thúc môn học được chấm theo thang điểm 10 (từ 0 đến 10), làm tròn đến một chữ số thập phân.
- Điểm môn học là tổng điểm của tất cả điểm đánh giá thành phần của môn học nhân với trọng số tương ứng. Điểm môn học theo thang điểm 10 làm tròn đến một chữ số thập phân, sau đó được quy đổi sang điểm chữ và điểm số theo thang điểm 4 theo quy định của Bộ Lao động Thương binh và Xã hội về đào tạo theo tín chỉ.

8. Hướng dẫn thực hiện môn học

8.1. Phạm vi, đối tượng áp dụng: Đối tượng Cao đẳng chính quy Quản trị nhà hàng

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 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 đề 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 vệ sinh dinh dưỡng của trường Đại học Thương Mại.

- Giáo trình nghiệp vụ nấu ăn của dự án VIE002.
- Giáo trình Cơ sở lý thuyết chế biến sản phẩm AU của trường ĐH Thương Mại.
- Nguyễn Quang Khải, Tập tục và kiêng kỵ (suru tầm giới thiệu), NXB văn hoá dân tộc 2001.
- Nguyễn Thu Tâm (dịch), Nghệ thuật nấu ăn Trung Hoa, NXB Trẻ 1995.
- 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.
- Tìm hiểu lịch sử văn hoá Philippine, NXB Khoa học xã hội, 2000.
- 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: 1 bài*

❖ 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, muôi, bàn sản | | Đủ dùng |

Bước 2: Thực hành các thao tác

• Thao tác lấ 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 muôi 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 muôi 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, muôi hoặc bàn sản gõ xào đảo nhẹ đều tay có thể kết hợp với thao tác lấ 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: muôi, 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 chéo*: 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 sòng dao hoặc búa chuyên dùng.

h. Phương pháp đập: 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 chẵn 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
- Tia 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 chuột đầu, 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 đầu 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 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:

- + 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 quấn 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, cuốn 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, thon dài, sơ chế sạch

c. Phương pháp tĩa:

c1. Hoa cúc quấn:

- Chọn cà rốt đỏ, lõi nhỏ (hoặc củ cải trắng không xốp), 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
- Cuốn 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 tĩa hoa từ ớt

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:

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

c. Phương pháp tĩa:

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 tĩa hoa từ dưa hấu và 1 số loại quả

a. Tĩa hoa từ dưa hấu:

- Chọn quả dưa tròn, đều quả, vỏ tươi
- Dùng dao tĩa 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 tĩa khoanh 1 hình tròn chính giữa, lấy mũi dao tạo thành hình vòng cung nối tiếp nhau làm nhụy hoa
- Tiếp tục tĩa các cánh hoa đều đặn xung quanh nhụy hoa
- Sau đó tĩa thêm lá, nụ hoa
- Hoa dưa hấu nguyên quả có thể được bày trên bàn tiệc

b. Tĩa âu có nắp từ bí ngô:

- Chọn bí tươi, chín, không nổi nhiều múi, 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 tĩa 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, thon đều, nặng khoảng 1-1,5kg
- Dùng bút phác họa hình con chim và cánh hoa 2 bên cạnh quả nằm ngang
- Tia 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 NƯỚC DÙNG - XỐT

❖ GIỚI THIỆU CHƯƠNG 2

Chương 2 là chương thực hành kỹ thuật chế biến nước dùng – xốt để người học có được kiến thức và kỹ năng thực hành chế biến các loại nước dùng – xốt 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 loại nước dùng*

- *Trình bày được công thức chế biến nước dùng, xốt cụ thể*

- *Trình bày và giải thích được quy trình chế biến nước dùng, xốt 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 loại nước dùng, xốt trong thực tế*

- *Lựa chọn được kỹ thuật chế biến nước dùng, xốt 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 (điểm giảng, vấn đáp, dạy học theo vấn đề); yêu cầu người học chia nhóm thực hành.*

- *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:** *1 điểm kiểm tra (hình thức: thực hành)*

❖ NỘI DUNG CHƯƠNG 2

2.1. Thực hành kỹ thuật chế biến 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 móng 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 muối 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 kỹ thuật chế biến xốt.

2.2.1. Thực hành kỹ thuật chế biến xốt Mayonnaise.

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu

| STT | Tên nguyên liệu | ĐVT | Số lượng |
|-----|-----------------|-----|----------|
| 1 | Trứng gà | Quả | 2 |
| 2 | Dầu oliu | ml | 200 |
| 3 | Chanh tươi | Quả | 1 |
| 4 | Tiêu trắng | g | 5 |

| | | | |
|---|------|---|---|
| 5 | Muối | g | 5 |
|---|------|---|---|

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Chuẩn bị âu sạch, đập trứng lấy lòng đỏ
- Chanh vắt lấy nước cốt

c. Bước 3: Chế biến

- Dùng phới đánh trứng hoặc máy đánh trứng ở tốc độ thấp, đánh tan trứng rồi từ từ rót dầu vào vừa rót vừa đánh đến khi hỗn hợp đặc sánh, tiếp tục cho cốt chanh tiêu, muối đánh tiếp đến khi hỗn hợp chuyển màu trắng ngà, đặc, mịn.

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm

Múc ra bát, dùng cho các món salad hoặc chấm các món chiên rán.

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng sản phẩm

- Xốt có màu trắng ngà, đồng nhất, đặc, mịn
- Vị chua nhẹ, bùi, béo, ngây của trứng

2.2.2. Thực hành kỹ thuật chế biến xốt Spaghetti.

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu

| STT | Tên nguyên liệu | ĐVT | Số lượng |
|-----|-----------------|-----|----------|
| 1 | Cà chua | kg | 1 |
| 2 | Tỏi | g | 20 |
| 3 | Cỏ xạ hương | g | 20 |
| 4 | Hương thảo | g | 10 |
| 5 | Lá oregano | g | 2 |
| 6 | Tiêu bột | g | 2 |
| 7 | Dầu oliu | ml | 50 |
| 8 | Muối | g | 3 |
| 9 | Đường | g | 20 |
| 10 | Dấm | ml | 20 |

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Cà chua rửa sạch

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Bật lò nóng ở 180°C
- Cho cà chua, tỏi, hương thảo, xạ hương, oregano, dầu oliu, giấm vào khay nướng to – thêm chút đường và 1 thìa canh muối vào trộn đều
- Mang đi nướng bỏ lò trong khoảng 1 tiếng đến khi cà chua mềm
- Lấy khay ra khỏi lò, bóc vỏ cà chua và vỏ tỏi
- Xay nhỏ hỗn hợp cà chua, nêm nêm gia vị cho vừa là xong

*Lưu ý: sốt spaghetti nếu bảo quản đúng cách trong ngăn mát tủ lạnh có thể dùng được trong 1 tháng và 3 tháng nếu để trong ngăn đá.

Ngoài ra, còn một cách làm khác đơn giản hơn là: phi thơm tỏi băm trong dầu oliu rồi cho cà chua thái hạt lựu vào đảo chung – thêm các nguyên liệu như đường, húng quế, oregano, muối, tiêu... vào đảo đều – đun sôi đến khi hỗn hợp

trong nồi sánh lại thì tắt bếp – đợi sốt nguội rồi cho vào hũ và bảo quản trong tủ lạnh.

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm

Dội sốt lên mỳ Spaghetti

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng sản phẩm

- Trạng thái: sốt sánh vừa
- Màu sắc: sốt có màu đỏ hồng
- Mùi thơm đặc trưng
- Vị ngọt, chua nhẹ

2.2.3. Thực hành kỹ thuật chế biến sốt chua ngọt

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu

| STT | Tên nguyên liệu | ĐVT | Số lượng |
|-----|-----------------|-----|----------|
| 1 | Dấm chua | ml | 30 |
| 2 | Đường | g | 10 |
| 3 | Nước | ml | 300 |
| 4 | Muối | g | 20 |
| 5 | Nước mắm | ml | 5 |
| 6 | Hành khô | Củ | 1 |
| 7 | Cà chua | Quả | 2 |

b. Bước 2: Quy trình chế biến

- Hòa tan dấm đường, nước, muối, nước mắm
- Hành khô bóc băm nhỏ, cà chua bỏ vỏ, hạt băm nhỏ
- Phi thơm hành cho cà chua băm nhỏ đảo kỹ cho cà chua nhuyễn đổ nước dấm đường, đun sôi xuống bột đao cho sánh

c. Bước 3: Đánh giá chất lượng sản phẩm

Sốt màu hồng, sánh nổi vị chua ngọt

❖ 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 nước dùng-xốt
- 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

CHƯƠNG 3. THỰC HÀNH KỸ THUẬT CHẾ BIẾN MÓN ĂN

❖ GIỚI THIỆU CHƯƠNG 3

Chương 3 là chương thực hành kỹ thuật chế biến các món ăn cơ bản 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:

- *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 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 3 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 chia nhóm để thực hành*

- *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:
- ✓ Kiểm tra định kỳ thực hành: 1 điểm kiểm tra (hình thức: thực hành)

❖ NỘI DUNG CHƯƠNG 3

2.1. 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, mỳ 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, mỳ 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

2.2. 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 chân qua nước sôi.
- Ướp lươn, thịt với nước riềng, nghệ, mì 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 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.

2.3. 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 chấm hoặc nước chấm chua, cay, mặn, ngọt.

Cách làm nước chấm: 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 chấm: 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 rơm. Thơm dậy mùi bột trứng; vị ngọt béo.
- Thịt tôm chín, không xác và bao đều một lớp bột nở xốp, giòn.

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

2.4. 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, 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

2.5.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 to, nở mọng đều. Trộn tiếp số đỗ 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 to, nở mọng đều, dẻo.
- Màu sắc: Vàng chanh.
- Mùi: Thơm của gạo nếp và đậu xanh.
- Vị: Vừa ăn, béo, bùi.

2.6. Xalat Nga

a. Bước 1: Chuẩn bị nguyên liệu

| STT | Tên nguyên liệu | ĐVT | Số lượng |
|-----|-----------------|-----|----------|
| 1 | Giò lụa | g | 100 |
| 2 | Đậu Hà Lan | g | 100 |
| 3 | Khoai tây | g | 100 |
| 4 | Trứng gà | Quả | 1 |
| 5 | Ngô ngọt hộp | Hộp | ½ |
| 6 | Dưa chuột | g | 100 |
| 7 | Xốt Mayonnaise | g | 100 |
| 8 | Rau mùi | Mớ | 1/2 |
| 9 | Tiêu, muối | | |

b. Bước 2: Sơ chế nguyên liệu

- Giò lụa thái hạt lựu to
- Đậu Hà Lan nhật, rửa sạch, thái hạt lựu
- Khoai tây gọt vỏ rửa sạch, thái hạt lựu
- Dưa chuột rửa sạch, lạng bỏ ruột, thái hạt lựu
- Rau mùi nhật, rửa sạch thái nhỏ

c. Bước 3: Chế biến nhiệt

- Đun sôi 1 nồi nước cho 1 chút muối, lần lượt cho khai tây, đậu vào luộc chín
- Trứng gà luộc chín, bóc vỏ, bỏ cau
- Trộn salat: Cho toàn bộ nguyên liệu vào âu, thêm 1 chút muối, tiêu trộn đều, thêm sốt Mayonnaise trộn tiếp sao cho xốt bao đều vào nguyên liệu

d. Bước 4: Trình bày sản phẩm

Trình bày salat ra đĩa.

e. Bước 5: Đánh giá chất lượng sản phẩm

- Các nguyên liệu cắt thái đều, chín vừa tới không bị nát, xốt bao đều không chảy nước
- Màu sắc tự nhiên của nguyên liệu, ăn vừa miệng, vị béo ngậy ngọt của nguyên liệu

2.7. 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 khuấy 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.

2.8. 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 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.

2.9. Thịt viên tuyết 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 khô | 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 gói | 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 khô chần qua, thái hạt lựu nhỏ
- Trộn đều giò sống, hành tỏi khô phi thơm, nấm hương, mỡ khô 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.

❖ 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 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