|  |  |
| --- | --- |
| Trường THCS HIỆP THẠNH  Tổ KHTN  Môn công nghệ lớp 6a1,2,3,4,5,6. | Họ và tên giáo viên  Đặng Dưỡng |

Tuần: 12,13,14. Ngày soạn: 15/11/2022

Số tiết:12,13,14. Ngày dạy: 21/11/2022

**Bài 5. Bảo quản và chế biến thực phẩm trong gia đình** (3 tiết)

Tiết 1: 1. Bảo quản thực phẩm

Tiết 2: 2. Chế biến thực plìầm

Tiết 3: 3. Thực hành chế biến món ăn không sử dụng nhiệt

I. MỤC TIÊU

1. **Kiến thức**

* Trình bày được vai trò của việc bảo quản và chế biến thực phẩm, kể được các phương pháp bảo quản và chế biến thực phẩm phổ biến trong gia đỉnh;
* Vận dụng kiến thức, kĩ năng vào việc bảo quản và chế biển thực phẩm trong gia đình;
* Rèn luyện kĩ năng chế biến món ăn không sử dụng nhiệt;
* Hình thành và bồi dưỡng thói quen chế biến thực phẩm đâm bảo an toàn, vệ sinh; thể hiện ý thức bảo quản và sử dụng hợp lí thực phẩm để tạo nguồn dinh dưỡng tốt cho các thành viên trong gia đinh.

1. **Phẩm chất**

* Nhân ái. có ý thức quan tâm, tham gia vào việc bảo quản và chế biến thực phẩm; tạo ra những bữa ăn ngon lành, hấp dẫn cho các thành viên trong gia đình;
* Chăm chỉ: có ý thức về nhiệm vụ học tập; ý thức vận dụng kiến thức, kĩ năng về bảo quản và chế biến thực phẩm vào đời sống hằng ngày;
* Tự chủ và tự học: chủ động, tích cực trong học tập và cuộc sống; vận dụng linh hoạt những kiến thức, kĩ năng đã học vảo việc bảo quản và chế biến thực phẩm trong gia đình;
* Giao tiểp và hợp tác: biết trinh bày ***ý*** tưởng, thảo luận những vấn đề của bài học và thực hiện có trách nhiệm các phần việc của cá nhân, phối hợp tốt với các thành viên trong nhóm.

1. **Năng lực**

* Nhận thức công nghệ: nhận thức được vai trò của việc bảo quản và chế biến thực phẩm để tạo nguồn dinh dưỡng tốt cho sức khoẻ, nhận biết các phương pháp bảo quản và chế biển thực phẩm trong gia đình;
* Giao tiếp công nghẹ: sử dụng một số thuật ngữ về phương pháp bảo quản và chế biến thực phẩm để trình bày cách bảo quản và quy trình thực hiện một món ăn;
* Sử dụng công nghệ: sử dụng các phương pháp bảo quản và chế biển thực phẩm đã học vào thực tiễn bảo quản và chế biến thực phẩm ở gia đình;
* Đánh giá công nghệ: nhận xét, đánh giá hành động hợp lí để bảo quản thực phẩm lâu hư hỏng và chế biến thực phẩm đúng quy trình.

II.Thiết bị dạy học và học liệu

1. **Chuẩn bị của giáo viên**

* Tìm hiểu mục tiêu bài;
* Chuẩn bị tài liệu giảng dạy: SHS và SBT là tài liệu tham khảo chính;
* Tìm hiểu các phương pháp chế biến thực phẩm phổ biến, các món ăn phổ biến ở đìa phương;
* Chuẩn bị đồ dùng, phương tiện dạy học:

+ Tranh ảnh về thực phẩm bị hư hỏng do để lâu và do vi sinh vật xâm nhập;

+ Tranh ảnh về các phương pháp bảo quản thực phẩm;

+ Tranh ảnh về các phương pháp chế biến và quy trình chế biến món ăn;

+ Đoạn video clip về quá trình phân huỷ của thực phẩm;

+ Đoạn video clip về cách chế biến món ăn cụ thể.

* Chuẩn bị cho tiết thực hành:

+ Dụng cụ, nguyên liệu cần thiết;

+ Chuẩn bị phòng thực hành;

+ Phân chia nhóm HS thực hành.

1. **Chuẩn bị của học sinh**

* Đọc trước bài học trong SHS;
* Ôn lại kiến thức về nấm và vi khuẩn đã học ở cấp Tiểu học;
* Mỗi nhóm HS phân công chuẩn bị

+ Nguyên liệu cần thiết để chế biến món ăn. Một số nguyên liệu có thể được sơ chế trước ở nhà: nhặt, rửa, ngâm nước muối, bào nhuyễn,...

+ Bát to, bát, đĩa, đũa, thìa súp, thìa cà phê,...

+ Găng tay nylon, khăn lau.

III. Tiến trình dạy học

1. **1. KHỞI ĐỘNG**

* ***Mục tiêu:*** khơi gợi nhu cầu tìm hiểu về việc chế biến và bảo quân thực phẩm để tạo nên những món ăn thường ngày ở gia đình.
* ***Nội dung:*** Thực phẩm đẵ được bảo quản và chế biến thành những món ăn như thế nào?
* ***Sản phẩm:*** nhu cầu tìm hiểu cách bảo quản và chế biến thực phẩm trong gia đình.
* ***Gợi ý hoạt động dạy học:***

+ GV yêu cầu HS kể tên những món ăn trong bữa cơm gia đình.

+ GV đặt tình huống từ những món ăn mà HS vừa kể hoặc có thể từ các món ăn ở phần khởi động trong SHS: nêu một món ăn bất kì và đặt câu hỏi về cách chế biển (hoặc bảo quân) để HS suy nghĩ rồi trả lời theo sự hiểu biết.

+ GV giới thiệu mục tiêu bài.

**2. HÌNH THÀNH KIÊN THỨC**

***1. Bảo quản thực phẩm***

***1.1.Vai trò và ý nghĩa của việc bảo quản thực phẩm***

* ***Mục tiêu:*** giúp HS nhận biết vai trò và ***ý*** nghĩa của việc bảo quản thực phẩm.
* ***Nội dung:*** các trường hợp thực phẩm bị hư hỏng.
* ***Sản phẩm:*** vai trò và ý nghĩa của việc bảo quản thực phẩm.
* ***Gợi ý hoạt động dạy học:*** sử dụng hình thức học tập toàn lớp.

+ GV minh hoạ hình ảnh các thực phẩm bị hư hỏng bởi nhiều nguyên nhân ở Hình 5.1 trong SHS và yêu cầu HS trả lời cảu hỏi. Sau đó, GV phân tích từng hình ảnh để HS phân biệt trường hợp thực phẩm bị hư hỏng do đễ lâu dẫn đến biến chất và trường hợp thực phẩm bị hư hỏng do côn trùng, vi sinh vật xâm nhập.

+ GV phân tích về các trường họp thực phẩm bị hư hỏng, làm giảm giá trị dinh dưỡng.

Gợi ý:

* Trường hợp thực phẩm để lâu sẽ dần bị biến chất: sinh ra độc tố, các chất dinh dưỡng của thực phẩm tự phần huỷ làm ảnh hưởng đến chất lượng của thực phẩm.
* Trường hợp côn trùng (ruồi, kiến, gián,...) bâu, đậu vào thực phẩm khiến thực phẩm bị nhiễm vi sinh vật. Khi các vi sinh vật này phát triển, chúng sẽ khiến chất dinh dưỡng của thực phẩm bi phân huỷ, sinh ra độc tố làm giảm chất lượng của thực phẩm.
* Trường hợp thực phẩm bị nảy mầm, sinh ra độc tố làm giảm chất lượng dinh dưỡng.

+ GV nêu thêm các trường hợp thực phẩm bị nhiễm độc từ quá trình nuôi trồng (thuốc trừ sâu, thuốc bảo vệ thực vật, các hoá chất tạo nạc, tạo màu,.. .) cũng làm thực phẩm bị nhiễm độc tố, ảnh hưởng đến giá trị dinh dưỡng của thực phẩm.

+ GV gợi mở để HS nhận biết ý nghĩa của việc bảo quản thực phẩm: làm chậm quá trình hư hỏng, giảm sự hao hụt chất dinh dưỡng và ngăn cản sự xâm nhập, phát triển của vi sinh vật gây hại.

+ GV nêu ví dụ minh hoạ để HS nhạn thấy: Khi sử dụng các phương pháp bảo quản khác nhau đối với một loại thực phẩm sẽ tạo ra nhiều sản phẩm thực phẫm khác nhau. Ví dụ: cá khô, cá đóng hộp,...

+ GV yêu cầu HS kể thêm những loại thực phẩm có thể để lâu để thấy các phương pháp bảo quản làm tăng tính đa dạng của thực phẩm, giúp con người có thể chế biến được nhiều món ăn khác nhau.

+ GV yêu cầu HS nhắc lại những thông tin vừa tìm được để đúc kết thành kiến thức của bài học.

* ***Kết luận:*** **Việc bảo quân giúp làm chậm quá hình hư hỏng của thực phẩm, tránh cho thực phẩm bị hao hụt chất dinh dưỡng. Việc bảo quản thực phẩm tạo sự thuận tiện cho con người trong việc chế biến và sử dụng.**

***1.2.Phương pháp bảo quản thực phẩm***

* ***Mục tiêu:*** giới thiệu các phương pháp bảo quản thực phẩm.
* ***Nội dung:*** một sổ thực phẩm được bảo quản.
* ***Sản phẩm:*** các phương pháp bảo quản thực phẩm.
* ***Gợi ý hoạt động dạy học:*** sử dụng hình thức học tập theo nhóm nhỏ.

+ GV giải thích mục đích của các biện pháp bào quản thực phẩm: làm chậm quá trình phân huỷ tự nhiên của thực phẩm, đồng thời ngăn chặn sự phát triển của vi sinh vạt. Muốn vậy ta cần phải biết điều kiện sinh trưởng và phát triển của vi sinh vật.

+ GV yêu cầu HS nhắc lại kiến thức khoa học đã học ở cấp Tiểu học về điều kiện sống của nấm và vi khuẩn. Từ đó, khái quát về điều kiện sinh tiuởng và phát triển chung của vi sinh vật; những yếu tố có thể làm vi sinh vật ngừng hoạt động, ngừng sinh sản hoặc bị tiêu diệt.

+ GV minh hoạ hình ảnh các phương pháp bảo quản thực phẩm ờ Hình 5.2 và yêu cầu các nhóm HS thảo luận để trả lời câu hỏi trong SHS. GV phân tích mỗi phương pháp có tác động đến thực phẩm và vi sinh vật như thế nào?

Ví dụ: Phương pháp sấy khô làm thực phẩm bị mất nước ***->***vi sinh vật không thể hoạt động được -> giữ được thực phẩm lâu hơn.

+ GV nhận xét, tổng họp các ý kiến thảo luận của HS.

+ GV yêu cầu HS nhắc lại các thông tin vừa tìm được để đúc kết thành kiến thức của bài học.

* ***Kết luận:*** **Các phương pháp bảo quản thực phẩm: phơi khô, ướp lạnh, cấp đông, ngâm giấm, ngâm đường, ướp muối, muối chua, hút chân không,...**

***2. Chế biến thực phẩm***

* 1. ***Vai trò và ý nghĩa của việc chế biến thực phẩm***
* ***Mục tiêu:*** giúp HS nhận biết vai trò và ý nghĩa của việc chế biến thực phẩm.
* ***Nội dung:*** các thực phẩm chưa chế biến và đã chế biển.
* ***Sản phẩm:*** vai trò và ý nghĩa của việc chế biến thực phẩm.
* ***Gợi ý hoạt động dạy học:*** sử dụng hình thức học tập toàn lớp.

+ GV minh hoạ hình ảnh tác dụng của việc chế biến thực phẩm ở Hình 5.3 trong SHS, yêu cầu HS so sánh đặc điểm của những thực phẩm chưa chế biến và đã được chế biến.

+ GV giúp HS phân tích từng trường họp để nhận biết được sự thay đổi về tính chất, hương vị của thực phẩm sau khi chế biến trong mỗi trường hợp.

+ GV yêu cầu HS nêu thêm sự thay đổi sau khi chế biến của các thực phẩm khác.

+ GV giải thích về tác dụng của việc chế biến đối với thực phẩm.

Ví dụ:

* Nhiệt độ khi chế biến sẽ giúp tiêu diệt vi sinh vật gây hại, làm thúc ăn trở nên an toàn hơn cho người sử dụng;
* Sau khi chế biến hợp lí, những thành phần trong thực pliẩm biến đối và trở nên dễ tiêu hoá hơn;
* Trong trường họp chế biến có sử dụng các loại gia vị sẽ làm cho món ăn có hương vị thơm ngon, dễ ăn.

+ GV yêu cầu HS nhắc lại những thông tin vừa tìm được để đúc kết thành kiến thức của bài học.

* ***Kết luận:*** **Việc chế biến giúp thực phẩm trở nên dễ tiêu hoá, an toàn và thơm ngon hơn. Các phương pháp chế biến thực phẩm góp phần làm phong phú bữa ăn cho con người**.

***2.2.Phương pháp chế biến thực phẩm không sử dụng nhiệt***

1. **Trộn hỗn hợp thực phẩm**

* ***Mục tiêu:*** giới thiệu khái niệm và quy trình chung của phương pháp trộn hỗn hợp thực plìẩm.
* ***Nội dung:*** các bước trong quy trình trộn hỗn hợp thực phẩm.
* ***Sản phẩm.*** khái niệm và quy trình chung của phương pháp trộn hỗn họp thực phẩm.
* ***Gợi ý hoạt động dạy học:*** sử dụng hình thức học tập toàn lớp.

+ GV minh hoạ các bước trộn hỗn hợp thực phẩm ở Hình 5.4, cho HS thực hiện yêu cầu trong SHS.

+ GV gọi mở để HS nêu được khái niệm phương pháp trộn hỗn họp thực phẩm. Nêu thêm ví dụ về các loại hỗn họp nước trộn phổ biến trong thực tế chế biến thực phẩm tại địa phương: dầu giấm, nước mắm chua ngọt, nước tương (món trộn chay), các loại xốt,...

+ GV có thể nêu thêm tên gọi khác nhau của món ăn tuỳ theo vùng miền: gỏi hoặc nộm.

+ GV yêu cầu HS kể tên những món ăn được chế biến bằng phương pháp trộn hỗn hợp mà các em đã từng ăn.

+ Dựa vào Hình 5.4 trong SHS, GV giải thích từng công việc và dẫn dắt đễ HS nhận biết quy hình chưng để chế biến món trộn hỗn hợp gồm 3 giai đoạn chính: sơ chế nguyên liệu, chế biến món ăn, hình bày món ăn. GV giải thích, giúp HS phân biệt giữa sơ chế và chế biến.

+ GV dẫn dắt HS nhắc lại những thông tin vừa tim được để đúc kết thành kiến thức của bài học.

* ***Kết luận:***

+ **Khái niệm về phương pháp trộn hỗn hợp thực phẩm;**

**+ Quy trình chung chế biến món ăn bằng phương pháp trộn hỗn họp thực phẩm.**

1. **Ngâm chua thực phẩm**

* ***Mục tiêu:*** giới thiệu khai niệm và quy trình chung của phương pháp ngâm chua thực phẩm.
* Nội ***dung:*** các bước trong quy trình ngâm chua thực phẩm.
* ***Sản phẩm:*** khái niệm và quy trình chung của phương pháp ngâm chua thực phẩm.
* Gợi ý ***hoạt động dạy học:*** sử dụng hình thức học tập toàn lớp.

+ GV cho H s quan sát Hình 5.5 và thực hiện yêu cầu trong SHS. Sau đó, GV dẫn dắt, gợi mở để HS nêu được các bước và các công việc trong quy trình ngàn chua thực phẩm.

+ GV đặt câu hỏi: Món ăn có thể thay đổi màu sắc và hương vị ngay khi vừa ngâm hay không? Từ đó, GV dẫn dắt để HS hiểu được phương pháp ngâm chua thực phẩm cần một khoảng thời gian cần thiết để nguyên liệu lên men vi sinh vật.

+ GV gợi mở để HS nêu được khái niệm về phương pháp ngâm chua thực phẩm.

+ GV yêu cầu HS nêu thêm ví dụ về các món ngâm chua mà các em đã từng ăn trong bữa cơm gia đinh như: dưa chua, cà pháo, củ cải và cà rốt ngâm giấm, củ kiệu ngâm giấm, tai lợn ngâm giấm,...

+ GV yêu cầu HS nhắc lại những thông tin vừa tìm được để đúc kết. thành kiến thức của bài học.

* ***Kết luận:***

**+ Khái niệm của phương pháp ngâm chua thực phẩm;**

**+ Quy hình chung chế biến món ăn bằng phương pháp ngâm chua thực phẩm.**

***2.3.Phương pháp chế biến thực phẩm có sử dụng nhiệt***

1. **Phương pháp làm chín thực phẩm trong nước**

* ***Mục tiêu:*** giới thiệu các phương pháp làm chín thực pliẫm trong nước phổ biến.
* Nội ***dung:*** các phương pháp làm chín thực phẩm trong nước.
* ***Sản phẩm:*** khái niệm về các phương pháp làm chín thực phẩm trong nước.
* ***Gợi ý hoạt động dạy học:*** sử dụng hình thức học tập toàn lớp.

+ GV cho HS quan sát Hình 5.6 và phân tích để thực hiện yêu cầu trong SHS.

+ GV giúp HS pliàn tích hình ảnh để nêu được khái niệm về các phương pháp chế biến thực phẩm trong nước: luộc, nấu, kho.

+ GV giúp HS so sánh và phân biệt được sự khác nhau giữa 3 phương pháp làm clún thực plìẩm trong nước.

+ GV dẫn dắt HS nhắc lại những thông tm vừa tim được để đúc kết thành kiến thức của bài học.

***- Kết luận:*** **khái niệm về các phương pháp: luộc, nấu, kho.**

1. **Phương pháp làm chín thực phẩm trong chất béo**

* ***Mục tiêu:*** gi ỚI thiệu các phương pháp làm chín thực phẩm trong chất béo phổ biến.
* ***Nội dung:*** các phương pháp làm chín thực phẩm trong chất béo.
* ***Sản phẩm:*** khái niệm về các phương pháp làm chín thực phẩm trong chất béo.
* ***Gợi ý hoạt động dạy học:***

+ GV cho HS quan sát Hình 5.7 và thực hiện yêu cầu trong SHS.

+ GV giúp HS phân tích hình ảnh để nêu được khái niệm về các phương pháp chế biến thực phẩm trong chất béo: rán, xào, rang. Ngoài ra, GV có thể nêu cách gọi tên khác nhau của mỗi phương pháp ô từng vùng miền: chiên, xào, rang.

+ GV giúp HS so sánh và phân biệt được sự khác nhau giữa 3 phương pháp làm chín thực phẩm trong chất béo.

+ GV dẫn dắt HS nhắc lại những thông tm vừa tìm được để đức kết thành kiến thức của bài học.

* ***Kết luận:* khái niệm về các phương pháp: rán, xào, rang.**

1. **Phương pháp làm chín thực phẩm bằng hơi nước và bằng nguồn nhiệt trực tiếp**

* ***Mục tiêu:*** giới thiệu các phương pháp làm chín thực phẫm bằng hơi nước và bằng nguồn nhiệt trực tiếp.
* ***Nội dung:*** các phương pháp làm chín thực phẩm bằng hơi nước và bằng nguồn nhiệt trực tiếp.
* ***Sản phẩm:*** khái niệm về các phương pháp làm chín thực phẩm bằng hơi nước và bằng nguồn nhiệt trực tiếp.
* ***Gợi ý hoạt động dạy học:*** sử dụng hình thức học tập toàn lớp.

+ GV cho HS quan sát Hình 5.8 và thực hiện yêu cầu trong SHS.

+ GV giúp HS phân tích hình ảnh để mô tả được các phương pháp chung, hấp và nướng.

+ GV gợi mở đễ HS phân biệt được phương pháp chưng và phương pháp hấp.

+ GV giải thích cách gọi tên khác nhau của mỗi phương pháp ở từng vùng miền: chưng cách thuỷ, đồ.

+ GV gợi mở, giúp HS phát biểu được khái niệm các phương pháp hấp, chưng và nướng.

+ GV yêu cầu HS nhắc lại những thông tm vừa tim được để đúc kết thành kiến thức của bài học.

* ***Kết luận:*** **khái niệm về các phương pháp: hấp, chưng, nướng.**

***3.Thực hành chế biến món ăn không sử dụng nhiệt***

***3.1.Quy trình chung***

* ***Mục tiêu:*** ôn lại quy trình chung của phương pháp trộn hỗn hợp thực phẩm.
* ***Nội dung:*** các bước ứong quy trình chung của phưong pháp trộn hỗn hợp thực phẩm.
* ***Sản phẩm:*** quy trinh trộn hỗn hợp thực phẩm.
* ***Gợi ý hoạt động dạy học:*** sử dụng hình thức học tập toàn lớp.

+ GV yêu cầu HS nhắc lại khái niệm về phương pháp trộn hỗn hợp thực phẩm.

+ GV nêu các loại hỗn hợp nước trộn phổ biến thường được sừ dụng trong các món trộn hỗn hợp.

+ GV yêu cầu HS nhắc lại quy trình chung của phương pháp trộn hỗn hợp thực phẩm.

+ GV lưu ý HS: Có thể thay thế nguyên liệu thực vật tuỳ theo sở thích và sự sáng tạo của bản thân để tạo nên một món ăn ngon. Khi đó, bước sơ chế thực phẩm sẽ có sự khác nhau tuỳ theo từng nguyên liệu cụ thể.

* ***Kết luận:***

**Quy hình chung của phương pháp trộn hỗn hợp thực phẩm:**

**Sơ chế các loại nguyên liệu *=>* Pha hỗn hợp nước trộn và trộn nguyên liệu với nước trộn -> Trình bày món ăn.**

***3.2.Yêu cầu kĩ thuật***

* ***Mục tiêu:*** giúp HS nắm được yêu cầu kĩ thuật của món trộn hỗn hợp.
* ***Nội dung:*** yêu cầu kĩ thuật của món ăn.
* ***Sản phẩm:*** yêu cầu kĩ thuật của món ăn: trạng thải, mủi, màu sắc, vị.
* ***Gợi ý hoạt động dạy học:*** sử dụng hình thức học tập toàn lớp.

+ GV yêu cầu HS nêu nhận định về màu sắc, mùi, vị của món trộn hỗn hợp đã từng ăn.

+ GV dẫn dắt HS khái quát hoá yêu cầu chung của món trộn hỗn hợp.

+ GV giảng giải yêu cầu kĩ thuật của món ăn.

+ GV lưu ý HS: Muốn món ăn ngon và bổ dưỡng thì trong quá trình chế biến cần chú ý giữ cho chất dinh dưỡng của thực phẩm không bị hao hụt và phải giữ vệ sinh an toàn thực phẩm.

***-Kết luận:***

**Yêu cầu kĩ thuật của món ăn:**

**+ Món ăn ráo nước, có độ giòn và không bị nát;**

**+ Có mùi thơm đặc trưng của nguyên liệu;**

**+ Có màu sắc đặc trưng của từng loại nguyên liệu;**

**+ Vị vừa ăn.**

***3.3.Các bước chế biến***

* ***Mục tiêu:*** tổ chức cho HS thực hành chế biến món ăn bằng phương pháp không sử dụng nhiệt.
* ***Nội dung:*** các bước chế biến món ăn bằng phương pháp không sử dụng nhiệt.
* ***Sản phẩm:*** món ăn được chế biến bằng phương pháp không sử dụng nhiệt.
* ***Gợi ý hoạt động dạy học:*** sử dụng hình thức dạy học toàn lớp và tỗ chức thực hành theo nhóm.

+ GV giới thiệu về món ăn sắp thực hiện (có thể tổ chức cho mỗi nhóm tự chọn món ăn mà nhóm đã nghiên cứu cách thực hiện và chuẩn bị nguyên liệu).

+ GV gọi mở để HS khai triền quy trình chung trộn hỗn họp thực phẩm thành các bước chế biển cho món ăn sắp thực hiện.

+ GV thực hiện thao tác mẫu và hướng dẫn HS thực hiện tùng giai đoạn cùa quy trinli.

+ GV nêu mục tiêu của buổi thực hành: Mỗi nhóm HS chế biến được một món ăn bằng phương pháp không sử dụng nhiệt theo đúng quy trình và đạt yêu cầu lõ thuật.

+ GV nêu yêu cầu của buổi thực hành về trật tự, thời gian,...

+ GV nêu tiêu chí đánh giá: món ăn đạt yêu cầu kĩ thuật.

+ GV yêu cầu HS hiển khai các bước trong quy trình:

* Các bước sơ chế nguyên liệu:

Các nguyên liệu ***đã*** được sơ chế ở nhà (nếu có sử dụng nguyên liệu động vật thì cần phải được làm chín). GV hướng dẫn HS tiếp tục sơ chế phần nguyên liệu còn lại. Ví dụ: các loại rau củ được thái thành miếng vừa ăn, bóc vỏ trứng,... Ngoài ra, GV có thể hướng dẫn HS tỉa hoa từ rau, củ, quả để trang tri cho món ăn.

* Các bước chế biến món ăn:
* Pha hỗn hợp nước trộn: hỗn hợp dầu giấm hoặc nước mắm chua ngọt, xốt dầu trứng, sữa chua,...
* Cho các nguyên liệu đã sơ chế vào bát to và chuẩn bị trộn hỗn hợp. Lưu ý chỉ trộn các nguyên liệu ngay trước khi ăn;
* Trộn các nguyên liệu với hỗn hợp nước trộn.
* Các bước trình bày món ăn:
* Đặt các nguyên liệu vào đĩa và sắp xếp, bố trí sao cho đẹp mắt;
* Trang trí thêm cho món ăn bằng các nguyên liệu khác.

+ GV nên khuyến khích HS phát huy sự sáng tạo cá nhân để tự minh trang trí món ăn.

+ GV theo dõi HS thực hành, uốn nắn và điều chỉnh thao tác của HS. Ngoài ra, GV cần nhắc nhở HS trong quá trình thực hành phải lưu ý giữ vệ sinh an toàn thực phẩm, tiết kiệm nguyên liệu (giáo dục ý thức sống; bảo vệ cuộc sống an toàn, lành mạnh hướng đến sự phát triển bền vững).

+ GV hướng dẫn và khuyến khích HS sáng tạo, biến tấu để tạo ra nhũng sản phẩm mang phong cách riêng.

+ GV yêu cầu các nhóm HS dùưg việc và nộp sản phẩm khi hết thời gian thực hành.

**- Tiêu chí đánh giá kết quả thực hành:**

+ Tiêu chí đánh giá quy trinh thực hành:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Các bước thực hiện** | **Có** | **Không** |
| 1 | Nhặt, rửa nguyên liệu. |  |  |
| 2 | Cắt, thái từng loại nguyên liệu. |  |  |
| 3 | Xử lí mùi hăng của nguyên liệu. |  |  |
| 4 | Pha hỗn hợp nước trộn. |  |  |
| 5 | Trộn các nguyên liệu với nước trộn. |  |  |
| 6 | Dọn món ăn ra đĩa. |  |  |
| 7 | Dọn kèm với nước chấm. |  |  |

+ Tiêu chí đánh giá sản phẩm thực hành:

* Đánh giá mức độ hoàn thành bài thực hành;
* Đánh giá sản phẩm thực hành theo tiêu chí: món ăn đạt các yêu cầu kĩ thuật.

***- Kết luận:***

Quy trình chế biến món trộn hỗn hợp:

+ Các bước sơ chế nguyên liệu:

Bước 1: Nhặt lửa các nguyên liệu thực vật, làm chín nguyên liệu động vật (nếu có);

Bước 2: cắt thái từng loại nguyên liệu;

Bước 3: Xử lí mùi hăng của nguyên liệu.

+ Các bước chế biến món ăn:

Bước 4: Pha hỗn hợp nước trộn;

Bước 5: Trộn các nguyên liệu với hỗn hợp nước trộn.

+ Các bước trình bày món ăn:

Bước 6: Dọn món ăn ra đĩa;

Bước 7: Trình bày món ăn kèm nước chấm.

**3.LUYỆN TẬP**

* ***Mục tiêu:*** giúp HS củng cố, khắc sâu kiến thức đã học về các phương pháp bảo quản và chế biến thực phẩm.
* ***Nội dung:*** các bài tập ở phần Luyện tập trong SHS.
* ***Sản phẩm:*** đáp án bài tập ở phần Luyện tạp trong SHS.
* ***Gợi ý hoạt động dạy học:*** sử dụng hình thức học tập toàn lớp và học tạp theo nhóm nhỏ.

+ GV dẫn dắt HS giải bài tập ở phần Luyện tập trong SHS.

• Câu 1. GV yêu cầu HS quan sát hình ảnh trong SHS về những sản phẩm đã được xử lí bằng các phương pháp bảo quản khác nhau. Sau đó, GV dẫn dắt HS phân tích từng sản phẩm dựa vào các chi tiết trong hình và trải nghiệm thực tế (đã từng ăn) để xác định phương pháp bảo quản đã sử dụng.

Gợi ý đáp án: ■ Lạp xưởng: sấy khô và hút chân không;

■ Cá khô: ướp muối và sấy khô (hoặc phơi khô);

GV giải thích lí do phối hợp nhiều phương pháp bảo quản trên một sản phẩm nhằm mục đích gia tăng hiệu quả bảo quản và tạo ra các sản phẩm có khẩu vị phù hợp với người sừ dụng. GV khuyến khích HS ghi nhận lại cách bảo quản các loại thực phẩm khác nhau: thực phẩm đã chế biến, thực phẩm chưa chế biến, thực phẩm động vật, thực phẩm thực vật,...

* Câu 2. GV hướng dẫn HS mô tả công việc từng bước theo hình. Từ đó, củng cố hiểu biết của HS về quy trình chế biến món trộn dầu giấm.
* Càu 4. GV gọi ***ý*** để HS nhận đinh công việc nào cần thực hiện trước, công việc nào phải thực hiện sau. Từ đó, HS sắp xếp các công việc ngâm chua hành theo thứ tự họp lí và xác định các bước của quy trình chế biến món hành ngâm giấm.
* Câu 5. GV nêu tên những món ăn thông thường để HS xác đinh phương pháp chế biến. Tuỳ theo thực tế, GV có thể nêu thêm tên những món ăn phổ biến ở địa phương.
* Câu 6. Quy trình chế biến món cơm rang trứng:
* Sơ chế nguyên liêu: nấu cơm, để nguội; tráng tiling; cắt trứng thành sợi nhỏ.
* Chế biến món ăn: phi tỏi (hoặc hành) vàng thơm, cho cơm và trứng vào rang chung với gia vị.
* Trình bày món ăn: xới cơm ra đĩa; bày thêm hành lá, rau mùi lên mặt cơm.
* Câu 7. HS xây dựng quy trình thực hiện món rau muống luộc với các hình ảnh gợi ý. Trình bày những công việc cụ thể trong tùng bước:
* Sơ chế nguyên liệu;
* Chế biến món ăn;
* Trình bày món ăn.

+ GV có thể cho HS làm thêm bài tập trong SBT.

**4.VẬN DỤNG.**

* ***Mục tiêu:*** giúp HS củng cố và vận dụng các kiến thức, kĩ năng đã học vào thực tiễn bảo quản và chế biến thực phẩm ở gia đỉnh.
* ***Nội dung:*** bài tập phần vận dụng trong SHS và bài tập về nhà trong SBT.
* ***Sản phẩm:*** đáp án bài tập phần vận dụng và bài tập về nlià trong SBT.
* ***Gợi ý hoạt động dạy học:*** hướng dẫn HS làm bài tập ở nhà.

+ GV khuyến khích HS vận dụng những kiến thức đã học để đánh giá mức độ hợp lí của việc bảo quản thực phẩm trong gia đình. Nếu chưa hợp lí thì vận động ngưòi thân cùng nhau điều chỉnh để giữ sức khoẻ cho cả gia đình.

+ GV gọi mò để HS có ***ý*** thức lưu tâm đến hướng dẫn tiên bao bì của các thực phẩm đóng gói, đóng hộp mua về để bảo quân chúng một cách hợp lí.

+ GV hướng dẫn HS tìm hiểu và làm bài tập chế biến món ăn ở phần vận dụng trong SHS.

+ GV giao bài tập cho HS làm ***ở*** nhà.

**V.. Tìm tòi mở rộng**

* ***Mục tiêu:*** giúp HS vận dụng những vấn đề liên quan đến “bảo quản và chế biến thực phẩm” vào thực tiễn.
* ***Nội dung:*** bài tập phần vận dụng trong SHS và bài tập về nhà trong SBT.
* ***Sản phẩm:*** đáp án bài tập vận dụng và bài tập về nhà.
* ***Gợi ý hoạt động dạy học:*** hướng dẫn làm bài tập ở nhà.
* + GV hướng dẫn HS làm các bài tập về nhà
* Hướng dẫn bài tập về nhà
* Giải SBT và SHS Công nghệ 6 CTST

**Bài 5: Bảo quản và chế biến thực phẩm trong gia đình**

**Câu 1 trang 23 sách bài tập Công nghệ 6.** Điền từ/ cụm từ thích hợp dưới đây vào chỗ trống.

***vi sinh vật gây hại, hư hỏng, trạng thái, thích hợp, ngộ độc, mất mùi, chất dinh dưỡng, sức khoẻ.***

Trong thực phẩm có chứa nhiều (1)....................... là môi trường thích hợp cho các loại (2)............................... phát triển. Trong điều kiện nhiệt độ và độ ẩm (3).................., vi sinh vật sẽ phát triển và phá huỷ thực phẩm nhanh chóng. Thực phẩm để lâu thường bị mất màu, (4)..................., ôi thiu, biến đổi (5)...................... giảm lượng vitamin. Thực phẩm bị (6)................... không chỉ giảm giá trị dinh đưỡng mà còn gây ...................... làm ảnh hưởng đến (8)................... và tính mạng của con người.

**Hướng dẫn giải:**

1. chất dinh dưỡng

2. vi sinh vật gây hại

3. thích hợp

4. mất mùi

5. trạng thái

6. hư hỏng

7.ngộ độc

8. sức khỏe

**Câu 2 trang 23 sách bài tập Công nghệ 6:.** Ý nào dưới đây không phải là ý nghĩa của việc bảo quản thực phẩm?

A. Làm thực phẩm trở nên dễ tiêu hoá.

B. Làm tăng tính đa đạng của thực phẩm.

C. Tạo ra nhiêu sản phẩm thực phẩm có thời hạn sử dụng lâu dài.

D. Tạo sự thuận tiện cho việc chế biến thực phẩm thành nhiêu món ăn khác nhau.

**Hướng dẫn giải:**Chọn B

**Câu 3 trang 23 sách bài tập Công nghệ 6:.** Kể tên một số thực phẩm mà gia đình và địa phương em thường bảo quản bằng các phương pháp đưới đây.

|  |  |
| --- | --- |
| **Phương pháp** | **Thực phẩm bảo quản** |
| Phơi khô |  |
| ướp đá |  |
| ướp muối |  |
| Hút chân không |  |
| muối chua |  |
| Ngâm giấm |  |
| Ngâm đường |  |
| Bảo quản trong tủ lạnh |  |

**Hướng dẫn giải:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Phương pháp** | **Thực phẩm bảo quản** |
| Phơi khô | Cá, mực, tôm, tép |
| ướp đá | Cá, rau củ quả |
| ướp muối | Cá, thịt heo |
| Hút chân không | Thịt bò, thịt heo |
| muối chua | Rau |
| Ngâm giấm | Rau, củ |
| Ngâm đường | Trái cây chua |
| Bảo quản trong tủ lạnh | Thịt , cá, rau |

**Câu 4 trang 24 sách bài tập Công nghệ 6.** Giải thích vì sao những phương pháp bảo quản dưới đây lại giúp thực phẩm lâu hư hỏng.

a. Ướp muối:........................................................................

b. Bảo quản trong tủ lạnh:...................................................

c. Ngâm giấm: ....................................................................

d. Phơi khô: ........................................................................

**Hướng dẫn giải:**

a. Ướp muối:.Ướp muối là một phương pháp bảo quản và chế biến thức ăn bằng cách trộn chúng với muối ăn, nhờ vào khả năng ức chế vi sinh vật gây thối của muối ăn. Ngoài ra, muối ăn cũng có tác dụng làm giảm các ảnh hưởng của các enzym gây hư hỏng.

b. Bảo quản trong tủ lạnh: Làm lạnh giúp bảo quản thức ăn bằng cách làm chậm sự phát triển và sinh sôi của vi sinh vật cũng như các phản ứng của enzym gây thối rữa thực phẩm. Đông lạnh là phương pháp bảo quản thực phẩm bằng cách hạ nhiệt độ nhằm biến nước trong thực phẩm thành đá do đó làm ngăn cản sự phát triển của vi sinh vật dẫn đến sự phân hủy của thực phẩm diễn ra chậm. Làm đông cũng giống như làm lạnh nhưng mà nhiệt độ làm đông thấp hơn làm lạnh.

c. Ngâm giấm:cách bảo quản thực phẩm tốt nhất bằng cách đặt hoặc nấu nó trong một chất ức chế phù hợp cho tiêu dùng của con người, điển hình như ngâm nước muối (nhiều muối), giấm, rượu và dầu thực vật, nhất là dầu ô liu nhưng cũng có nhiều loại dầu khác. Hầu hết các quá trình muối chua nào cũng liên quan đến việc nấu hoặc đun sôi để các thực phẩm bảo quản trở nên bão hòa với các chất dùng để muối chua. Các thực phẩm qua phương pháp muối chua cũng làm cho chúng trở nên khó tiêu hóa hơn.

d. Phơi khô: một trong những phương pháp bảo quản thực phẩm cổ xưa nhất[1]. Nó làm giảm hoạt độ nước đủ để ngăn chặn hoặc trì hoãn sự phát triển của vi khuẩn.

**Câu 5 trang 24 sách bài tập Công nghệ 6: .** Nêu cách bảo quản loại thực phầm được dán nhãn như sau.



**Hướng dẫn giải:**

Cách bảo quản loại thực phẩm được dán nhãn như sau: bảo quản bằng phương pháp bỏ tủ lạnh

**Câu 6 trang 24 sách bài tập Công nghệ 6:.** Điền các từ thích hợp dưới đây vào chỗ trống: thịt, cá, thời gian, thực phẩm, hư hỏng, phát triển.

    Những thực phẩm như (1)................... tươi sống chưa qua chế biến chỉ giữ được trong ngăn đá tủ lạnh trong một khoảng (2)...................... cho phép. Nếu để quá thời gian đó thì (3)........................... sẽ bị giảm chất dinh dưỡng. Thực phẩm đã chế biến nếu để trong tủ lạnh quá lâu vẫn sẽ bị (4)....................., vi khuẩn vẫn có thể (5).................... làm giảm chất lượng của thực phẩm.

**Hướng dẫn giải:**

1. thịt, cá

2. thời gian

3.thực phẩm

4. hư hỏng

5.phát triển

**Câu 7 trang 25 sách bài tập Công nghệ 6.**Giải thích lí do các thực phẩm đóng hộp có thể cất giữ được lâu dài.



**Hướng dẫn giải:**

- Các thực phẩm đóng hộp có thể cất giữ được lâu dài vì: Khi thức ăn được đóng hộp, nó được cho vào một cái hộp hoàn toàn mới, sạch và sau đó được niêm phong. Thực phẩm ban đầu được kiểm tra chất lượng nghiêm ngặt, nhưng có một bước cuối cùng mà tất cả sự kì diệu xảy ra từ đây. Sau khi nấp được đậy kín, thực phẩm bắt đầu được nấu chín. Vi khuẩn và các mầm bệnh khó chịu khác được nung nóng vượt quá nhiệt độ nhất định (thường là điểm sôi của nước - 100 độ Celsius), chúng sẽ được vô hiệu hóa hoặc bị giết. Sau khi hộp được đóng kín, về lý thuyết thì không có vi khuẩn hoặc bào tử nào xâm nhập được vào thực phẩm bên trong hộp. Vì vậy, sau vài tháng, vài năm hoặc cả thập kỷ sau, lúc mở hộp ra, bạn có thể thấy thực phẩm vẫn còn tương đối tươi mới.

**Câu 8 trang 25 sách bài tập Công nghệ 6:**. Nêu các biện pháp bảo quản giúp thức ăn tránh bị nhiễm vi sinh vật gây hại.

**Hướng dẫn giải:**

Các biện pháp bảo quản giúp thức ăn tránh bị nhiễm vi sinh vật gây hại:

* Sấy khô
* Đông lạnh
* Muối chua

**Câu 9 trang 25 sách bài tập Công nghệ 6.** Tại sao phải chế biến thực phẩm? Em hãy đánh dấu V vào ô trống trước các ý trả lời đúng.

..... Để tạo nên những món ăn thơm ngon, hợp khẩu vị.

..... Để cất giữ thức ăn được lâu hơn.

..... Để thức ăn trở nên dễ tiêu hoá.

.....Để tiết kiệm chi tiêu trong ăn uống.

..... Để thay đổi trạng thái của thực phẩm.

..... Đề tiêu diệt vi khuẩn và nấm có hại.

**Hướng dẫn giải:**

Các câu Hướng dẫn giải đúng:

* Để tạo nên những món ăn thơm ngon, hợp khẩu vị.
* Để cất giữ thức ăn được lâu hơn
* Để thay đổi trạng thái của thực phẩm.
* Đề tiêu diệt vi khuẩn và nấm có hại.

**Câu 10 trang 25 sách bài tập Công nghệ 6:.** Kể tên các phương pháp chế biến thực phẩm thông dụng trong gia đình.

a. Các phương pháp chế biển thực phẩm không sử dụng nhiệt:

b. Các phương pháp làm chín thực phẩm trong nước:

c. Các phương pháp làm chín thực phẩm trong chất béo:

d. Các phương pháp làm chín thực phẩm bằng hơi nước:

e. Các phương pháp làm chín thực phẩm bằng sức nóng trực tiếp của nguồn nhiệt:

**Hướng dẫn giải:**

a. Các phương pháp chế biển thực phẩm không sử dụng nhiệt: nướng

b. Các phương pháp làm chín thực phẩm trong nước: luộc

c. Các phương pháp làm chín thực phẩm trong chất béo: chiên, rán

d. Các phương pháp làm chín thực phẩm bằng hơi nước: hấp , chưng

**Câu 11 trang 26 sách bài tập Công nghệ 6:** Trong các quy trình dưới đây, đâu là thứ tự các bước chính xác trong quy trình chung chế biến thực phẩm?

A. Chế biến thực phẩm -> Sơ chế món ăn -> Trình bày món ăn.

B. Sơ chế thực phẩm -> Chế biến món ăn-> Trình bày món ăn.

C. Lựa chọn thực phẩm-> Sơ chế món ăn-> Chế biến món ăn.

D. Sơ chế thực phẩm -> Lựa chọn thực phẩm -> Chế biến món ăn.

**Hướng dẫn giải:** Chọn C

**Câu 12 trang 26 sách bài tập Công nghệ 6: .** Mô tả các bước thực hiện trong quy trình chung để trộn hỗn hợp thực phẩm.

Bước 1: ...............................

Bước 2: ...............................

Bước 3: ...............................

**Hướng dẫn giải:**

* Bước 1: Lựa chọn thực phẩm và nguyên liệu
* Bước 2: Sơ chế nguyên liệu
* Bước 3: Trộn hỗn hợp lại với nhau

**Câu 13 trang 26 sách bài tập Công nghệ 6:.** Các hình ảnh dưới đây mô tả quy trình của phương pháp chế biến nào?



A. Trộn dầu giấm.

B. Luộc.

 C. Ngâm chua thực phẩm.

D. Trộn nộm.

**Hướng dẫn giải:**Chọn A

**Câu 14 trang 26 sách bài tập Công nghệ 6.** Mô tả các bước để thực hiện món ăn theo những hình ảnh ở câu 13.

**Hướng dẫn giải:**

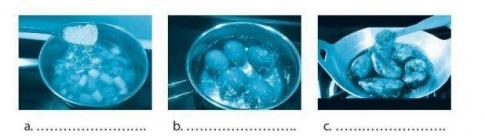
Bước 1: Thái lát hành tây mỏng

Bước 2: Đổ lượng giấm vừa đủ vào nồi

Bước 3: Trộn giấm và hành tây lại với hay

Bước 4: Cho hành tây đã ngâm với giấm vào hũ bảo quản

**Câu 15 trang 27 sách bài tập Công nghệ 6:.** Cho biết tên các phương pháp chế biến thực phẩm được minh hoạ bởi các hình ảnh sau.



**Hướng dẫn giải:**

a. Nấu

b. Luộc

c. Kho

**Câu 16 trang 27 sách bài tập Công nghệ 6:.** Điền thông tin vào bảng dưới đây để chỉ ra sự khác nhau giữa 2 phương pháp luộc và kho.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Nội dung so sánh | Luộc | Kho |
| Lượng nước |  |  |
| Loại thực phẩm thường dùng |  |  |
| Gia vị |  |  |

**Hướng dẫn giải:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Nội dung so sánh | Luộc | Kho |
| Lượng nước | nhiều | ít |
| Loại thực phẩm thường dùng | vừa phải | nhiều |
| Gia vị | ít | nhiều |

**Câu 17 trang 27 sách bài tập Công nghệ 6:.** Kể tên một số món ăn được chế biến bằng các phương pháp làm chín thực phẩm trong nước vào bảng sau.

|  |  |
| --- | --- |
| **Phương pháp** | **Tên món ăn** |
| Luộc |  |
| Nấu |  |
| Kho |  |

**Hướng dẫn giải:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Phương pháp** | **Tên món ăn** |
| Luộc | Rau, thịt |
| Nấu | Cơm, canh |
| Kho | Cá, thịt |

**Câu 18 trang 27 sách bài tập Công nghệ 6:.** Cho biết điểm khác nhau giữa 2 phương pháp làm chín thực phẩm trong nước dưới đây.

|  |  |
| --- | --- |
| **Phương pháp luộc** | **Phương pháp nấu** |
|  |  |

**Hướng dẫn giải:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Phương pháp luộc** | **Phương pháp nấu** |
| - Cách thực hiện dễ  - Lượng nước nhiều  - Gia vị ít | - Cách thực hiện khó hơn  - Lượng nước ít  - Gia vị nhiều |

**Câu 19 trang 28 sách bài tập Công nghệ 6:Đ**iền tên các phương pháp làm chín thực phẩm trong chât béo vào từng mô tả dưới đây cho phù hợp.

.................. là làm chín thực phẩm với lượng chất béo khá nhiều, đun với lửa vừa. Thực phẩm được tẩm  ướp gia vị trước khi làm chín.

..................là làm chín thực phẩm với lượng chất béo rất ít, đun với lửa vừa. Thực phẩm được nêm nếm gia vị cho vừa ăn trong khi làm chín.

..................là làm chín phẩm với lượng chất béo vừa phải, đun với lửa to trong thời gian ngắn. Thực phẩm được nêm nếm gia vị cho vừa ăn trong khi làm chín.

**Hướng dẫn giải:**

* Chiên là làm chín thực phẩm với lượng chất béo khá nhiều, đun với lửa vừa. Thực phẩm được tẩm  ướp gia vị trước khi làm chín.
* Kho là làm chín thực phẩm với lượng chất béo rất ít, đun với lửa vừa. Thực phẩm được nêm nếm gia vị cho vừa ăn trong khi làm chín.
* Nấu là làm chín phẩm với lượng chất béo vừa phải, đun với lửa to trong thời gian ngắn. Thực phẩm được nêm nếm gia vị cho vừa ăn trong khi làm chín.

**Câu 20 trang 28 sách bài tập Công nghệ 6.** Đánh dấu V vào những món ăn được chế biến bằng phương pháp làm chín thực phẩm trong chất béo.

..........Nem rán.

.........Thịt kho.

.........Mực xảo rau củ.

.........Thịt bò xào hành tây.

.........Tôm rang thịt ba chỉ.

......... Bánh bao.

.........Trứng hấp thịt.

......... Canh cải nâu cá rô.

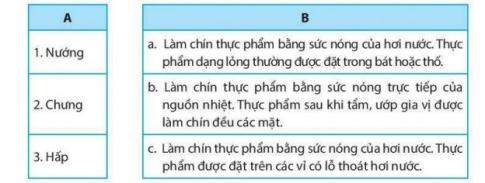
.........Cánh gà rán.

**Hướng dẫn giải:**

Các đáp án đúng là:

* Nem rán.
* Mực xào rau củ.
* Thịt bò xào hành tây.
* Cánh gà rán.

**Câu 21 trang 28 sách bài tập Công nghệ 6:.** Nối tên các phương pháp chế biến thực phẩm ở cột A với những mô tả ở cột B cho phù hợp.



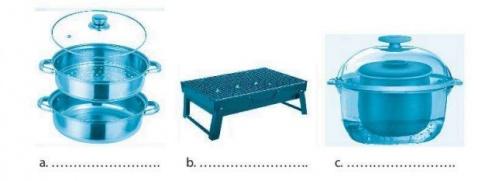
**Hướng dẫn giải:**

1. b

2.a

3. c

**Câu 22 trang 29 sách bài tập Công nghệ 6:.** Cho biết các dụng cụ dưới đây được dùng để chế biến thực phẩm theo phương pháp nào.



**Hướng dẫn giải:**

a. Hấp             b. nướng                c. chưng

**Câu 23 trang 29 sách bài tập Công nghệ 6.** Hỗn hợp nước trộn trong món trộn dầu giấm gồm những nguyên liệu nào dưới đây?

A. Giấm, đường, nước mắm, ớt, tỏi, chanh.

B. Nước mắm, đường, tới, ớt, chanh.

C. Giấm, đường, dầu ăn, chanh, tỏi phi.

D. Chanh, dầu ăn, đường, nước mắm.

**Lời giải:**

Đáp án: C

Vì: sốt dầu giấm nên phải có gia vị dầu và giấm. Như vậy trong các đáp án trên, chỉ có đáp án C là đủ cả hai gia vị trên

**Câu 24 trang 29 sách bài tập Công nghệ 6:**Điền từ Nên/ Không nên vào chỗ trống trong những phát biểu sau cho phù hợp.

a. ……………… mua thực phẩm tươi sống.

b. ……………… dùng thực phẩm quá hạn sử dụng.

c. ………………. dùng khoai tây, khoai lang đã mọc mầm.

d. ……………….. sử dụng nước sạch để chế biến thực phẩm.

e. ……………….. sử dụng thực phẩm biến chất, bị biến đổi màu sắc, ôi thiu.

f. ……………….. rửa kĩ các loại thực phẩm tươi sống trước khi chế biến.

**Lời giải:**

Điền từ **Nên/ Không nên**vào chỗ trống:

a. ……***Nên***………… mua thực phẩm tươi sống.

b. ……***Không nên***………… dùng thực phẩm quá hạn sử dụng.

c. ……***Không nên***…………. dùng khoai tây, khoai lang đã mọc mầm.

d. ………***Nên***……….. sử dụng nước sạch để chế biến thực phẩm.

e. ………***Không nên***……….. sử dụng thực phẩm biến chất, bị biến đổi màu sắc, ôi thiu.

**Câu 25 trang 29 sách bài tập Công nghệ 6:**Hãy tìm hiểu giá mua các nguyên liệu cần dùng và tính chi phí để chế biến một món rau trộn dầu giấm cho 4 người ăn.

**Lời giải:**

Giá mua các nguyên liệu cần dùng và tính chi phí để chế biến một món rau trộn dầu giấm cho 4 người ăn.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **STT** | **Nguyên liệu** | **Chi phí (đồng)** |
| 1 | Xà lách | 1 lạng x 5 000 = 5 000 |
| 2 | Giá đỗ | 1 lạng x 2 000 = 2 000 |
| 3 | Trứng gà | 1 quả x 3 000 = 3 000 |
| 4 | Hành tây | 1 củ x 3 000 = 3 000 |
| 5 | Dưa chuột | 1 quả x 3 000 = 3 000 |
| 6 | Cà chua | 1 quả x 2 000 = 2 000 |
|  | Tổng | 5 000 + 2 000 + 3 000 + 3 000 + 3 000 +  2 000 = 18 000 đồng |

Bài tập SGK công công nghệ 6

**Bài 5. Bảo quản và chế biến thực phẩm trong gia đình**

**Công nghệ lớp 6 bài 5: Bảo quản và chế biến thực phẩm trong gia đình**

**1. Bảo quản thực phẩm**

❓Quan sát Hình 5.1, em nhận thấy thực phẩm có thể bị hư hỏng do những nguyên nhân nào? Làm thế nào để hạn chế các tác nhân gây hư hỏng thực phẩm?



**Trả lời:**

- Quan sát Hình 5.1, em nhận thấy thực phẩm có thể bị hư hỏng do những nguyên nhân như:

* Để thực phẩm lâu ngày
* Không bảo quản thực phẩm kĩ.
* Thực phẩm hết hạn sử dụng

- Để hạn chế các tác nhân gây hư hỏng thực phẩm cần sử dụng các phương pháp bảo quản khác nhau.

❓Theo em, vì sao những phương pháp bảo quản trong Hình 5.2 lại giúp thực phẩm lâu hư hỏng?



**Trả lời:**

Vì thực phẩm có chứa nhiều chất dinh dưỡng và có độ ẩm cao là môi trường thích hợp cho nấm, vi khuẩn và các loại vi sinh vật gây hại khác phát triển. Do đó, si sinh vật sẽ bị hạn chế hoặc không thể hoạt động trong môi trường có nhiệt độ thấp, nhiều muối, đường, …

**2. Chế biến thực phẩm**

❓Nêu cảm nhận của em về các thực phẩm trước và sau khi được chế biến ở Hình 5.3. Từ đó, cho biết vì sao nên chế biến thực phẩm trước khi sử dụng.



**Trả lời:**

* Cảm nhận của em về các thực phẩm trước và sau khi được chế biến ở Hình 5.3 là: Thực phẩm sau khi chế biến thơm ngon và hấp dẫn hơn.
* Nên chế biến thực phẩm trước khi sử dụng. Vì: Việc chế biến có vai trỏ giúp thực phẩm trở nên chín mềm, dễ tiêu hoá, đảm bảo vệ sinh và an toàn cho người sử dụng. Thực phẩm có thể được chế biến thành nhiều món ăn có hương vị thơm ngon, đặc trưng cho các dân tộc, vùng miền khác nhau. Các phương pháp chế biến thực phẩm giúp gia tăng tính đa dạng của món ăn, làm phong phú bữa ăn cho con người.

❓Quan sát quy trình trộn hỗn hợp thực phẩm trong Hình 5.4, em hãy cho biết thực phẩm được chế biến như thế nào.



**Trả lời:**

Thực phẩm trộn được chế biến theo quy trình như sau:

* Sơ chế nguyên liệu: làm sạch các loại nguyên liệu và cắt, thái phù hợp. Đối với nguyên liệu động vật phải làm chín trước khi cắt, thái.
* Chế biến món ăn: pha hỗn hợp nước trộn. Sau đó trộn đều các nguyên liệu với hỗn hợp nước trộn.
* Trình bày món ăn: sắp xếp món ăn lên đĩa, trang trí đẹp mắt.

❓Em hãy quan sát và cho biết quy trình ngâm chua thực phẩm trong Hình 5.5 được thực hiện như thế nào.



**Trả lời:**

Thực phẩm ngâm chua được chế biến theo quy trình như sau

* Sơ chế nguyên liệu: làm sạch các loại nguyên liệu và cắt, thái phù hợp. Đối với nguyên liệu động vật phải làm chín trước khi cắt, thái.
* Chế biến món ăn: pha hỗn hợp nước ngâm. Sau đó ngâm các nguyên liệu trong hỗn hợp nước ngâm.
* Trình bày món ăn: sắp xếp món ăn lên đĩa, trang trí đẹp mắt.

❓Quan sát Hình 5.6, em hãy so sánh sự giống và khác nhau giữa phương pháp nấu với mỗi phương pháp còn lại.



**Trả lời:**

So sánh sự giống và khác nhau giữa phương pháp nấu với luộc và kho

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **So sánh** | **Nấu** | **Luộc** | **Kho** |
| Giống | Đều là phương pháp làm chín thực phẩm trong nước | | |
| Khác | Cần nhiều nước, có nêm gia vị vừa ăn, chín mềm | Cần nhiều nước, thời gian thích hợp. | Lượng nước vừa phải, có vị mặn đậm đà |

❓Quan sát Hình 5.7, em hãy cho biết phương pháp rán khác với các phương pháp còn lại như thế nào.



**Trả lời:**

So sánh sự giống và khác nhau giữa phương pháp rán với xào và rang:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **So sánh** | **Rán** | **Xào** | **Rang** |
| Giống | Đều là phương pháp làm chín thực phẩm trong nước | | |
| Khác | - Sử dụng nhiều chất béo  - Đun với lửa vừa  - Tẩm gia vị trước khi rán | - Sử dụng lượng chất béo vừa phải.  - Đun với lửa to  - Cho gia vị trong quá trình xào | - Sử dụng lượng chất béo ít  - Đun với lửa vừa  - Cho gia vị trong quá trình rang |

**Trả lời câu hỏi Luyện tập**

**Câu 1**

Em hãy cho biết những sản phẩm dưới đây được bảo quản bằng phương pháp nào. (Lưu ý: Một sản phẩm có thể được xử lí kết hợp nhiều phương pháp bảo quản)



**Trả lời:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Sản phẩm** | **Phương pháp bảo quản** |
| Lạp xưởng | Hút chân không, cấp đông |
| Cá khô | Ướp muối, phơi khô hoặc sấy khô |
| Các loại mứt tết | Ngâm đường, sấy khô, hút chân không |
| Tôm đông lạnh | Ướp đông lạnh, hút chân không, … |

**Câu 2**

Em hãy trình bày các bước trộn dầu giấm rau xà lách dựa theo các hình ảnh dưới đây:



**Trả lời:**

Các bước trộn dầu giấm rau xà lách dựa theo hình ảnh trên:

* Bước 1. Sơ chế nguyên liệu: làm sạch rau xà lách và cắt, thái phù hợp.
* Bước 2. Chế biến món ăn: pha hỗn hợp nước trộn. Sau đó trộn đều xà lách với hỗn hợp nước trộn.
* Bước 3. Trình bày món ăn: sắp xếp rau đã trộn lên đĩa, trang trí đẹp mắt.

**Câu 3**

Hãy kể tên một số món trộn hỗn hợp mà em từng ăn?

**Trả lời:**

Một số món trộn mà em đã ăn là: xà lách trộn, rau muống trộn, ngọn rau khoai trộn.

**Câu 4**

Em hãy sắp xếp các hình ảnh dưới đây theo thứ tự của quy trình chế biến món hành ngâm giấm cho phù hợp.



**Trả lời:**

Sắp xếp các hình ảnh trên theo thứ tự của quy trình chế biến món hành ngâm:

|  |  |
| --- | --- |
| **Tiến trình** | **Hình** |
| Bước 1 | d |
| Bước 2 | c |
| Bước 3 | a |
| Bước 4 | b |

**Câu 5**

Cho các món ăn sau: canh chua, cá kho tộ, nem rán (chả giò), xôi đậu, súp cua, bánh chưng, cà tím nướng mỡ hành, bánh bao.

Em hãy sắp xếp chúng vào từng nhóm phương pháp chế biến phù hợp.

**Trả lời:**

Cho các món ăn sau: canh chua, cá kho tộ, nem rán (chả giò), xôi đậu, súp cua, bánh chưng, cà tím nướng mỡ hành, bánh bao được sắp xếp như sau:

|  |  |
| --- | --- |
| **Phương pháp chế biến** | **Món** |
| Nấu | Canh chua, súp cua |
| Kho | Cá kho tộ |
| Rán | Nem rán (chả giò) |
| Luộc | Bánh chưng |
| Nướng | Cà tím nướng mỡ hành |
| Hấp | Bánh bao, xôi |

**Câu 6**

Em hãy sắp xếp các hình ảnh thực hiện món cơm rang trứng vào từng bước của quy trình chế biến cho phù hợp: sơ chế nguyên liệu, chế biến món ăn, trình bày món ăn.



**Trả lời:**

Sắp xếp các hình ảnh thực hiện món cơm rang trứng vào từng bước của quy trình chế biến cho phù hợp: sơ chế nguyên liệu, chế biến món ăn, trình bày món ăn.

|  |  |
| --- | --- |
| **Quy trình** | **Hình ảnh** |
| Sơ chế nguyên liệu | Nấu cơm để nguội, tráng trứng, cắt trứng thành sợi nhỏ |
| Chế biến món ăn | Phi hành tỏi vàng, thơm; cho cơm và trứng vào rang chung, nêm gia vị |
| Trình bày món ăn | Xới cơm ra đĩa, bày thêm trứng, hành lá, rau mùi lên mặt cơm |

**Câu 7**

Dựa vào các hình ảnh dưới đây, em hãy trình bày quy trình thực hiện món rau muống luộc



**Trả lời:**

Quy trình thực hiện món rau muống luộc

|  |  |
| --- | --- |
| **Quy trình** | **Hình ảnh** |
| Sơ chế nguyên liệu | a. |
| Chế biến món ăn | b và c |
| Trình bày món ăn | d |

**Trả lời câu hỏi Vận dụng**

**Câu 1**

Kể tên các món ăn mà gia đình em thường dùng và sắp xếp chúng vào từng nhóm phương pháp chế biến phù hợp.

**Trả lời:**

* Các món ăn mà gia đình em thường ăn là: Thịt luộc, rau muống xào tỏi, nem rán, canh cua rau đay,
* Sắp xếp các món ăn của gia đình em theo phương pháp chế biến phù hợp:

|  |  |
| --- | --- |
| **Món** | **Phương pháp** |
| Thịt luộc | Luộc |
| Rau muống xào tỏi | Xào |
| Canh cua rau đay | Nấu |
| Nem rán | Rán |

**Câu 2**

Hãy quan sát và trình bày cách chế biến một món ăn trong gia đình mà em thích nhất. Nội dung trình bày gồm: nguyên liệu cần dùng, quy trình chế biến, hương vị của món ăn.

**Trả lời:**

Trình bày cách chế biến một món ăn trong gia đình mà em thích nhất là món thịt luộc

* Nguyên liệu cần dùng: Thịt lợn 400g, hành khô 2 củ, dầu ăn, nước mắm, bột ngọt.
* Quy trình chế biến: Thịt lợn rửa sạch, thái miếng nhỏ. Hành khô bóc vỏ, rửa sạch, thái lát mỏng. Đổ lượng dầu nhỏ vào nồi, cho thịt vào đun. Khoảng 15 phút thì cho nước mắm, mì chính đảo đều tay, cho hành khô đun to lửa. Sau đó cho ra đĩa,
* Hương vị của món ăn: có vị ngậy của thịt, vị đậm của nước mắm.