

BÀI 5. PHƯƠNG PHÁP BẢO QUẢN VÀ CHẾ BIẾN THỰC PHẨM



NỘI DUNG BÀI HỌC

Tiết 1

I. Khái quát về bảo quản và chế biến thực phẩm.

1. Vai trò, ý nghĩa của bảo quản và chế biến thực phẩm
2. An toàn vệ sinh thực phẩm trong bảo quản, chế biến thực phẩm.

II. Một số phương pháp bảo quản thực phẩm

Tiết 2 – III. Một số phương pháp chế biến thực phẩm.

Tiết 3 – Thực hành.

Đoạn video nói lên điều gì?

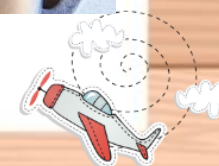


HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC

I. Khái quát về bảo quản và chế biến thực phẩm.



Các hình ảnh sau đây được phân thành những nhóm nào? Dựa trên cơ sở nào để phân thành những nhóm đó?



1. Vai trò, ý nghĩa của bảo quản và chế biến thực phẩm

- Bảo quản thực phẩm là quá trình xử lý thực phẩm nhằm kéo dài thời gian sử dụng mà vẫn đảm bảo chất lượng và chất dinh dưỡng của thực phẩm

- Chế biến thực phẩm là quá trình xử lý thực phẩm để tạo ra các món ăn được đảm bảo chất dinh dưỡng, đa dạng và hấp dẫn.

Quan sát các hình ảnh sau, hãy cho biết hình ảnh nào là an toàn vệ sinh thực phẩm ?



H.1



H.2



H.3



H.4



H.5



H.6



H.7



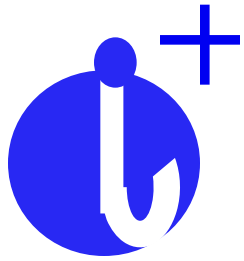
H.8

2. An toàn vệ sinh thực phẩm trong bảo quản, chế biến thực phẩm.

Là các biện pháp, điều kiện cần thiết để giữ cho thực phẩm không bị biến chất, không bị chất độc, vi khuẩn có hại xâm nhập giúp bảo vệ sức khỏe con người.

KHÁM PHÁ

Kể tên các biện pháp an toàn vệ sinh thực phẩm khi chế biến món ăn mà gia đình em đã thực hiện?



Một số hướng dẫn để nhận biết thực phẩm an toàn.

Thịt: có màu hồng đặc trưng, đàn hồi, thớ thịt chắc, không chảy nước, không có mùi lạ.



Thực phẩm đóng hộp: có thông tin về cơ sở sản xuất, còn hạn sử dụng, thành phần, ... rõ ràng.



Rau, củ, quả: còn tươi, nguyên vỏ, không dập nát, không mọc mầm.



Hải sản: còn tươi sống, có màu sắc và mùi tanh tự nhiên.



II. MỘT SỐ PHƯƠNG PHÁP BẢO QUẢN THỰC PHẨM

Tìm hiểu phương pháp bảo quản thực phẩm bằng cách làm lạnh và đông lạnh.



Tìm hiểu phương pháp bảo quản thực phẩm bằng cách làm khô và ướp.

II. MỘT SỐ PHƯƠNG PHÁP BẢO QUẢN THỰC PHẨM

Phương pháp bảo quản	Đặc điểm	Ví dụ
1. Làm lạnh và đông lạnh	Sử dụng nhiệt độ thấp để ngăn ngừa, làm chậm sự phát triển của vi khuẩn.	- Trái cây, rau củ ... - Thịt, cá..
2. Làm khô	làm bay hơi nước có trong thực phẩm để ngăn chặn vi khuẩn làm hỏng thực phẩm	Cá khô, các loại đậu đỗ...
3. Ướp	Trộn 1 số chất đảm bảo an toàn vệ sinh thực phẩm vào thực để diệt và ngăn ngừa sự phát triển của vi khuẩn	Thịt, cá, tôm..

HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

Câu 1. Bảo quản thực phẩm có vai trò gì?

- A. Làm chậm quá trình thực phẩm bị hư hỏng.
- B. Đảm bảo chất lượng và chất dinh dưỡng của thực phẩm trong thời gian dài.
- C. Làm chậm quá trình thực phẩm bị hư hỏng, kéo dài thời gian sử dụng mà vẫn được đảm bảo chất lượng và chất dinh dưỡng của thực phẩm.
- D. Ngăn chặn việc thực phẩm bị hư hỏng.

Câu 2. Chế biến thực phẩm có vai trò gì?

- A. Xử lí thực phẩm để tạo ra các món ăn.
- B. Xử lí thực phẩm để bảo quản thực phẩm.
- C. Tạo ra các món ăn đầy đủ chất dinh dưỡng, đa dạng và hấp dẫn.
- D. Xử lí thực phẩm để tạo ra món ăn đầy đủ chất dinh dưỡng, đa dạng và hấp dẫn.

Câu 3. Biện pháp nào sau đây có tác dụng phòng tránh nhiễm độc thực phẩm?

- A. Không ăn những thức ăn nhiễm độc tố.
- B. Dùng thức ăn không có nguồn gốc rõ ràng.
- C. Sử dụng đồ hộp hết hạn sử dụng.
- D. Ăn khoai tây mọc mầm.

Câu 4. Trong những biện pháp sau, biện pháp nào đảm bảo an toàn vệ sinh thực phẩm?

- A. Sử dụng chung thớt để chế biến thực phẩm sống và thực phẩm chín trong cùng một thời điểm.
- B. Chỉ sử dụng thực phẩm đóng hộp có ghi rõ thông tin cơ sở sản xuất, thành phần dinh dưỡng, còn hạn sử dụng.
- C. Để lẫn thực phẩm sống và thực phẩm chín với nhau.
- D. Không che đậy thực phẩm sau khi nấu chín.

HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

Em hãy nêu các thông điệp Làm giảm thiểu ngộ độc thực phẩm?

Hướng dẫn về nhà

Tìm tòi : Tìm hiểu một số biện pháp bảo quản thực phẩm của các nước trên thế giới.

Chuẩn bị bài mới: Theo nhóm

- + Nhiệm vụ 1 : Tìm hiểu một số phương pháp chế biến thức ăn có sử dụng nhiệt
- + Nhiệm vụ 2 : Tìm hiểu một số phương pháp chế biến thức ăn không sử dụng nhiệt
- + Nhiệm vụ 3 : Đánh giá tình trạng ngộ độc thực phẩm tại địa phương.

Sưu tầm tranh ảnh, hoặc làm power point.

A watercolor illustration featuring a variety of flowers and foliage. On the left, there are clusters of pink, orange, and blue flowers with green leaves. On the right, there are large pink roses, white daisies, and red tulips. The background is a light pink color with a white rectangular frame in the center.

CHÂN THÀNH CẢM ƠN