Câu 1 trang 63 sgk Công nghệ 9: Hãy nêu nguyên tắc chế biến món xào thập cẩm?

Lời giải:

Thực phẩm được làm chín với một lượng chất béo rất ít (5% đến 10% lượng thực phẩm), sử dụng lửa to trong thời gian tương đối ngắn. Thực phẩm chín chủ yếu do hơi nước được tỏa ra từ chính bản thân thực phẩm, đôi khi cũng cần cung cấp thêm một ít nước.

Câu 2 trang 63 sgk Công nghệ 9: Tại sao cần sử dụng lửa to khi chế biến món xào?

Lời giải:

- Lửa to, chảo mau nóng, dầu cho vào thì nóng nhanh, không đốt cháy dầu lâu trên bếp. Dầu là thực phẩm có chất béo, nếu đun lâu trên bếp nó cũng sẽ trở thành độc tố, đặc biệt rất khó tiêu. Đó là lý do vì sao các món chiên xào làm nóng cơ thể, làm bụng đầy hơi, đối với người có cơ địa yếu thì khi ăn thức ăn chiên xào (các món chiên giòn v.v...) và uống khi uống hoặc ăn các thức lạnh khác vào, dễ làm cơ thể bị buồn nôn, khó chịu, bụng bị lưng lửng, bị mệt và đầy vị. Có người thì nổi mụn nhọt và các biến chứng lâm sàn khác. Đó cũng là một trong những lý do vì sao, người ta khuyến cáo không nên sử dụng "dầu chiên lại".

- Lửa to có tác dụng làm cho thức ăn vừa "áp chảo". Tức là vừa đủ độ chín ấm 2/3 thực phẩm - giữ lại được phần nhiều vitamin trong thực phẩm - và hương, vị riêng của thực phẩm đó.

Câu 3 trang 63 sgk Công nghệ 9: Nêu yêu cầu kĩ thuật của món xào thập cẩm?

Lời giải:

- Nguyên liệu động vật chín mềm, không dai

- Nguyên liệu thực vật vừa chín tới, không cứng hay mềm nhũn, có màu tươi của thực phẩm.

- Món ăn còn ít nước, có thể hơi sền sệt.

- Vị vừa ăn.

Câu 1 trang 65 sgk Công nghệ 9: Nêu quy trình làm món sườn xào chua ngọt?

Lời giải:

1. Chuẩn bị (sơ chế):

- Thịt nạc: rửa sạch, thái miếng mỏng.

- Tôm: rửa sạch, bóc vỏ, rút bỏ chỉ đất ở sống lưng.

- Mực: rửa sạch, khía chéo, cắt lát.

- Cà rốt, xu hào:

+ Cắt hình khối, kích thước 4cm x 4cm x 2cm;

+ Dùng miếng sắt gợn sóng ấn thành miếng dài 4 cm, rộng 2cm.

- Súp lơ: cắt miếng nhỏ, ngâm, rửa sạch.

- Đậu Hà Lan: tước xơ, rửa sạch.

- Cần tây, hành lá: rửa sạch, cắt lá, cọng để riêng.

- Tỏi: bóc vỏ, băm nhỏ.

- Nấm rơm: gọt, rửa sạch.

- Rau mùi: nhặt, rửa sạch.

2. Chế biến: Xào thập cẩm:

- Chảo nóng, cho 1 thìa súp dầu ăn và 1/2 tỏi vào phi vàng, cho thịt, tôm, mực vào xào chín, nêm hạt tiêu, muối, bột ngọt, xì dầu. Nhấc xuống, xúc ra đĩa.

- Chảo nóng, cho 2 thìa súp dầu ăn, cho tỏi còn lại vào phi vàng, sau đó cho hỗn hợp rau vào xào + 2 thìa súp nước lạnh; khi hỗn hợp chín đều, nêm muối, xì dầu, hạt tiêu, bột ngọt vào ăn.

- Cho thịt vào cùng với cọng cần, hành lá, đảo đều.

3. Trình bày (sáng tạo cá nhân):

- Cho món xào vào đĩa, rắc hạt tiêu, hành lá, rau mùi lên trên; có thể trang trí thêm ớt, cà rốt tỉa hoa cho đẹp

- Dọn kèm xì dầu, ớt cắt lát mỏng.

- Ăn nóng với cơm.

Câu 2 trang 65 sgk Công nghệ 9: Nêu yêu cầu kỹ thuật của thành phẩm? Hương vị đặc trưng nhất của món sườn xào chua ngọt này là gì?

Lời giải:

- Sườn chín mềm, không dai

- Hành tây vừa chín tới, không cứng hay mềm nhũn, có màu tươi của thực phẩm.

- Món ăn còn ít nước xốt, có thể hơi sền sệt.

- Vị vừa ăn.

- Nước xốt ngòn ngọt, thơm mùi của gừng, hành tây.

- Sườn mềm, chín đều từ trong ra ngoài.

Câu 1 trang 67 sgk Công nghệ 9: Em hãy kể tên những nguyên liệu động vật và thực vật dùng trong món mì xào giòn?

Lời giải:

- Nguyên liệu động vật: gà, lợn, tôm, mực.

- Nguyên liệu thực vật: hành tây, súp lơ, nấm rơm, cà rốt, su hào, cải ngọt, cần tây, cà chua, rau mùi, hành khô, tỏi, ớt,…

Câu 2 trang 67 sgk Công nghệ 9: Cho biết nhận xét về trạng thái, màu săc , hương vị của món ăn ?

Lời giải:

- Trạng thái: mì xào giòn không bị nát hay mềm nhũn. Rau cũng vừa chín tới không bị nát. Thịt, tôm, mực không bị sống.

- Hương vị: Hòa quyện lẫn vị của thịt lợn và hải sản. Kèm theo là vị tươi của rau cùng với các nguyên liệu khác như tỏi, ớt.

- Màu sắc: Đẹp mắt của màu vàng kết hợp đỏ tươi của tôm, thịt và màu xanh nhẹ nhàng phối hợp. Tạo cảm giác ngon miệng cho món ăn.