

Ôn tập chủ đề Bảo quản và chế biến thực phẩm

Trả lời câu hỏi giữa bài SGK Bài: Ôn tập chủ đề 2 Công nghệ 6 (Cánh diều)

Câu hỏi trang 39 Công nghệ lớp 6 - Cánh diều: Em hãy hoàn thành sơ đồ theo mẫu dưới đây



Lời giải:

Bảo quản và chế biến thực phẩm		
Thực phẩm và giá trị dinh dưỡng	Bảo quản thực phẩm	Chế biến thực phẩm
- Các nhóm thực phẩm và nguồn cung cấp chính	- Vai trò, ý nghĩa bảo quản thực phẩm	- Vai trò và ý nghĩa của chế biến thực phẩm
- Vai trò của các chất dinh dưỡng chính đối với sức khoẻ con người	- Một số phương pháp bảo quản thực phẩm	- Một số phương pháp chế biến thực phẩm
- Tính toán sơ bộ dinh dưỡng và	- Các nguyên tắc bảo	- Các nguyên tắc chế biến

chi phí tài chính cho một bữa ăn gia đình.	quản thực phẩm	thực phẩm đảm bảo an toàn vệ sinh
--	----------------	-----------------------------------

Giải luyện tập & vận dụng Bài: Ôn tập chủ đề 2 Công nghệ lớp 6 (Cánh diều)

Luyện tập và Vận dụng 1 trang 40 Công nghệ lớp 6 - Cánh diều: Em hãy tìm hiểu nguyên nhân dẫn đến tình trạng thấp còi, béo phì và đề xuất biện pháp khắc phục tình trạng đó.

Lời giải:

- Nguyên nhân dẫn đến tình trạng thấp còi, béo phì là do thiếu chất và thừa chất.
- Ta có thể khắc phục tình trạng thấp, còi bằng việc ăn uống tập luyện đầy đủ chất.
- Ta có thể khắc phục tình trạng béo phì bằng cách có thể ăn theo chế độ ít tinh bột hơn, thường xuyên rèn luyện thể thao.

Luyện tập và Vận dụng 2 trang 40 Công nghệ lớp 6 - Cánh diều: Em hãy kể tên những thực phẩm được bảo quản bằng đường hoặc muối nồng độ cao mà em biết. Khi sử dụng những loại thực phẩm này, em cần phải lưu ý điều gì?

Lời giải:

- Những thực phẩm được bảo quản bằng đường hoặc muối nồng độ cao mà em biết: Cá, tôm, các loại rau củ quả muối.
- Khi sử dụng những thực phẩm được bảo quản bằng đường hoặc muối nồng độ cao em cần lưu ý: sử dụng với lượng vừa phải, không sử dụng cho những người mắc bệnh về dạ dày.

Luyện tập và Vận dụng 3 trang 40 Công nghệ lớp 6 - Cánh diều: Khi chế biến thực phẩm, hành động nào dưới đây là không đúng? Vì sao?

- a. Rửa tay sạch, lau khô trước khi chế biến thực phẩm.
- b. Rửa sạch và làm khô dao, thớt trước khi cắt con cá thành khúc.
- c. Lấy bát vừa dùng đựng cá sống để đựng canh chua

Lời giải:

- Hành động không đúng là: c. Lấy bát vừa dùng đựng cá sống để đựng canh chua.

- Giải thích: Vì khi bát đựng cá sống có nhiều vi khuẩn, không được sạch sẽ, đựng vào bát canh chua có thể khiến người ăn bị đau bụng và ngộ độc.

Luyện tập và Vận dụng 4 trang 40 Công nghệ lớp 6 - Cánh diều: Trong gia đình em, những thực phẩm sau đây được chế biến như thế nào?

a. Khoai lang

b. Thịt lợn

c. Măng tươi

Lời giải:

Trong gia đình em, những thực phẩm sau đây được chế biến bằng cách:

a. Khoai lang, sắn

- Rửa sạch đất cát bên ngoài củ khoai lang, sắn sau đó gọt sạch vỏ và rửa sạch lại với nước.

- Ngâm khoai trong nước muối loãng khoảng 15 phút để khoai không bị thâm và hết nhựa.

- Khoai lang vót ra cắt thành từng lát mỏng, cắt theo chiều ngang của củ khoai để có được lát tròn đẹp và dễ ăn hơn. Lát cắt càng mỏng thì chiên càng nhanh chín và được giòn hơn.

b. Thịt lợn

Thịt ba chỉ chi em lựa miếng ngon không quá mỡ, cũng không quá nạc, miếng thịt ngon thường bên ngoài sẽ có lớp màng khô, phần bên trong sẽ săn lại, mặt cắt thịt thường có màu hồng sáng, mềm mại.

+ Bước 1: Rửa sạch với muối để khử mùi hôi, rửa lại với nước, sau đó thái sợi miếng vừa ăn. Ướp thịt với 3 thìa cà phê nước mắm, 1 thìa đường, ½ thìa tiêu, 1 thìa bột bắp, sau đó dùng bao tay trộn đều, ướp trong 15 phút để thịt thấm gia vị.

+ Bước 2: Chiên vàng giòn phần thịt đã ướp, sau đó cho ra đĩa có giấy thấm dầu để giúp thịt không bị quá ngậy.

c. Măng tươi

Măng hái về bóc vỏ, cắt thành lát nhỏ rồi luộc. Cho vào nồi 1 nắm rau bồ ngót và luộc qua một lần. Khi thử măng đã chín, nhắc xuống chắt hết nước rồi đổ nước lạnh vào, lúc này mới vớt bỏ lá bồ ngót và xả lại với nước lạnh một lần nữa là đem chế biến món ăn.

Luyện tập và Vận dụng 5 trang 40 Công nghệ lớp 6 - Cảnh điều: Khi chế biến rau trộn từ các loại nguyên liệu giàu vitamin A, E (cà chua, cà rốt, giá đỗ, ...), em nên cho thêm gì để tăng khả năng hấp thụ các loại vitamin trên? Vì sao?

Lời giải:

Khi chế biến rau trộn từ các loại nguyên liệu giàu vitamin A, E (cà chua, cà rốt, giá đỗ,...), em nên cho thêm nước sốt để tăng khả năng hấp thụ các loại vitamin.

Luyện tập và Vận dụng 6 trang 40 Công nghệ lớp 6 - Cảnh điều: Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) khuyến cáo mọi người nên thực hiện một chế độ ăn đa dạng, uống đủ nước và tích cực vận động. Em hiểu điều này như thế nào?

Hãy đề xuất biện pháp để nhiều bạn hiểu và thực hiện được khuyến cáo của WHO

Lời giải:

- Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) khuyến cáo mọi người nên thực hiện một chế độ ăn đa dạng, uống đủ nước và tích cực vận động. Em hiểu điều này là có chế độ ăn uống lành mạnh. đầy đủ chất.

- Biện pháp để nhiều bạn hiểu và thực hiện được khuyến cáo của WHO:

Cho các bạn tìm hiểu về công dụng ăn uống đang và những tác hại nếu không có một đời sống ăn uống lành mạnh.