

一年級家政科 烹飪實習心得(二) ~中式料理~

班級：_____

姓名：_____

座號：_____

*實習重點：(65%)

- 1.請問「三杯雞」中的「三杯」指的是哪三種調味料？
除了「三杯雞」之外，還有哪些三杯料理，請列舉三樣。(25%)
- 2.麻婆豆腐中花椒的作用為_____。(5分)
- 3.如何選購蛤蜊？(5分)
- 4.何謂「勾芡」？其原理及其目的為何？(15分)
- 5.本次實習內容，若為你平日午餐或是晚餐的菜餚，你認為在份量、種類及烹調法等方面，符合健康飲食的原則嗎？請分析並說明。(15分)

*實習心得與感想：(35%)

- 1.請就小組實習準時情形、食物採購、人力分配、廚餘量等表現進行評估，提出有待改善之建議，或具體說明小組表現優異之處
- 2.心情交流站--例如學習的心情、上課過程的感受、個人或小組表現情形分享
(可翻面再寫)