

ใบความรู้ที่ ๕ เรื่อง การเตรียมวัตถุดิบก่อนประกอบอาหาร
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง อาหารและโภชนาการ
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๕ การเตรียมวัตถุดิบก่อนประกอบอาหาร
รายวิชา การงานอาชีพ รหัสวิชา ง ๑๓๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

การเตรียมวัตถุดิบก่อนประกอบอาหาร

การทำความสะอาดและเตรียมอาหารลักษณะต่าง ๆ เช่น

การล้าง เป็นการใช้น้ำทำให้อาหาร สะอาด โดยใช้มือช่วยถูผิว อาหารเบา ๆ เพื่อให้ ผุ่นละออง และสิ่งสกปรกหลุดออกไป

การหั่น เป็นการนำอาหารที่ต้อง การหั่นมาวางบนเขียง แล้ว ใช้มีดกดเลื่อนไปข้างหน้า ทำให้อาหารขาดออกจากกัน

การสับ เป็นการใช้มีดขนาดใหญ่ ทำให้อาหารขาดออกจากกัน เป็นชิ้น ๆ หรือละเอียด

การบด เป็นการทำให้อาหาร พอดีหรือพอแตก

การปอก เป็นการใช้มีด หรือมือลอกเปลือก อาหารออกไป

การซอย เป็นการทำให้อาหาร เป็นชิ้นฝอย ๆ โดยมีมือหนึ่ง จับ อาหารวางบนเขียง อีกมือหนึ่งกดมีดไปข้างหน้า นิดหน่อย ยกขึ้นถี่ ๆ เร็ว ๆ

การขังและการตวงเครื่องปรุงของอาหาร เช่น
เครื่องช่าง ถ้วยตวง ช้อนตวง