

รายวิชา การงานอาชีพ

รหัสวิชา ง๑๔๑๐๑

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

เรื่อง การประกอบอาหารประเภทต่าง ๆ

ครูผู้สอน ครูวิทยา ปัญญาเย็น



การประกอบอาหาร ประเภทต่าง ๆ



จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. อธิบายการประกอบอาหารประเภทต่าง ๆ ได้
๒. เขียนแผนผังความคิดการประกอบอาหารประเภทต่าง ๆ ได้
๓. มีความรับผิดชอบในการทำงาน



จุดประกายความคิด

นักเรียนเคยประกอบอาหาร
อะไรบ้าง



การประกอบอาหาร ประเภทต่าง ๆ

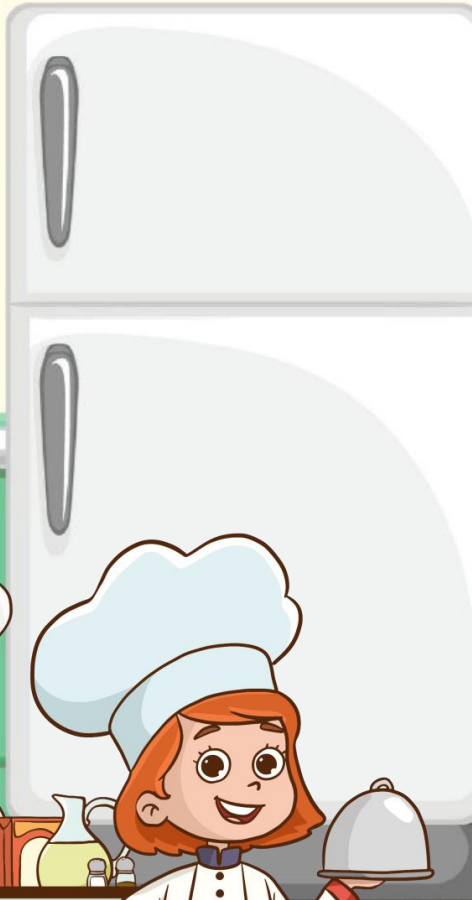
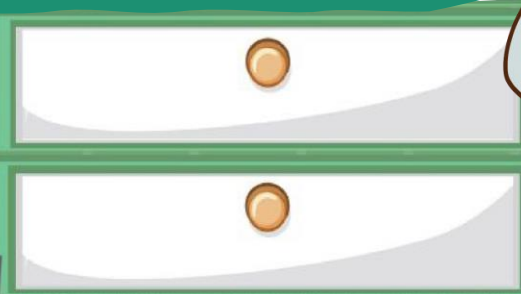


การประกอบอาหาร

การปรุงอาหารดิบให้สุกด้วยวิธีการต่าง ๆ
ทำให้อาหารมีสี รสชาติ และกลิ่นของอาหาร
ที่น่ารับประทาน



การประกอบอาหาร มีหลายวิธี



การลวก

เป็นการทำให้อาหารสุก
โดยใส่อาหารลงไปในน้ำเดือด
เมื่ออาหารเปลี่ยนสีให้ตักขึ้น

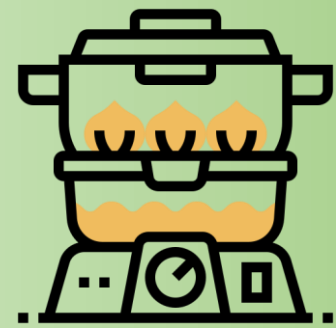
การต้ม

เป็นการทำให้อาหารสุก ด้วยน้ำเดือด
คือต้มน้ำให้เดือดก่อน แล้วค่อยใส่
อาหารลงในภาชนะ



การนึ่ง

เป็นการทำให้อาหารสุก
ด้วยการใช้ไอน้ำจากน้ำเดือด
โดยใช้หม้อนึ่งหรือลังถึง





การตุ๋น

เป็นการทำให้อาหารสุกจนเปื่อยนุ่ม
โดยการนำอาหารใส่ภาชนะตั้งไฟ
หรือเหนียวภาชนะอีกใบหนึ่งที่มีน้ำเดือด
และปิดฝา

การทอด

เป็นการทำให้อาหารสุก
ด้วยน้ำมัน การทำให้กรอบ





การผัด

การทำให้อาหารสุกโดยใช้น้ำมัน
เพียงเล็กน้อย แต่ใช้ความร้อนมาก
ใช้ตะหลิวคนกลับไปมา
ในระยะเวลาสั้น ๆ

การปิ้งย่าง เเผา อบ

คือ การทำอาหารให้สุก

โดยใช้ความร้อนจากเตาไฟโดยตรง



การปิ้ง

นำอาหารที่ต้องการทำให้สุกวางบน
ตะแกรงเหล็กสำหรับปิ้งบนเตาถ่าน
ที่มีความร้อนไม่มาก ปิ้งกลับไปกลับมา
ในช่วงเวลาสั้น ๆ เช่น หมูปิ้ง



A close-up photograph of several pieces of chicken being grilled on a metal wire rack. The chicken is golden-brown and sizzling, with wisps of white smoke rising from the grill. The background is a soft, out-of-focus orange-brown color.

การย่าง

มีวิธีการทำคล้ายกับการปิ้ง
แต่ใช้เวลานานกว่า เพื่อให้อาหาร
สุกกระท້วกัน เช่น ไก่ย่าง หมูย่าง



การเผา

เป็นการทำให้อาหารสุกโดยใช้ไฟแรง
วางของที่จะเผาลงบนไฟพลิกกลับไป
กลับมา ให้สุกทั้งด้านนอกและด้านใน
เช่น ปลาเผา กุ้งเผา มันเทศเผา

การอบ

เป็นการทำให้อาหารสุก
โดยใช้ไอร้อนจากเตาอบ
เช่น การอบขนม



ทดสอบความเข้าใจ





ผัด / ทอด





ทอด





ต้ม



ชั้นปฏิบัติกิจกรรม



บทบาทของครูปลายทาง

๑. ครูแจกใบงานที่ ๑
การประกอบอาหารประเภทต่าง ๆ
๒. ครูดูแลให้คำปรึกษานักเรียน
ในการปฏิบัติกิจกรรม

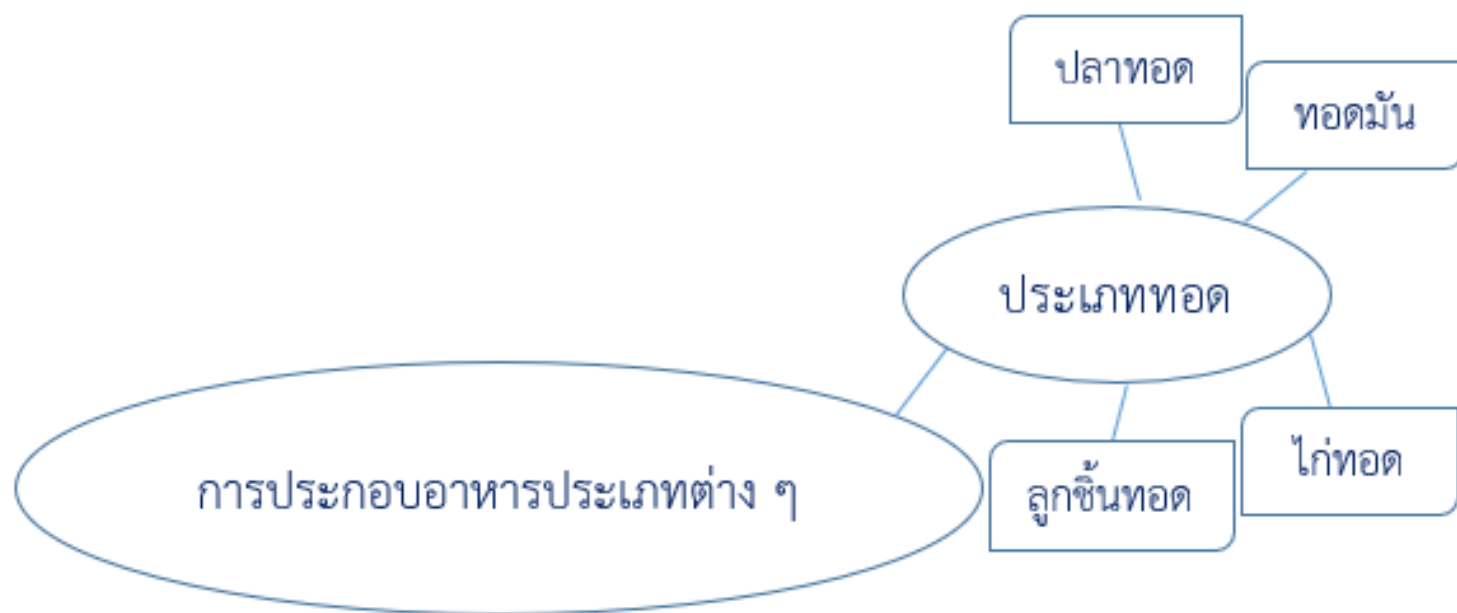
บทบาทของนักเรียน

ให้นักเรียนเขียนแผนผังความคิด
เกี่ยวกับการประกอบอาหารประเภทต่าง ๆ
โดยยกตัวอย่างประเภทอาหาร
อีก ๔ ประเภท และยกตัวอย่าง
ชื่ออาหารอีก ๔ อย่าง



ใบงานที่ ๑ เรื่อง การประกอบอาหารประเภทต่าง ๆ

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนแผนผังความคิด เกี่ยวกับการประกอบอาหารประเภทต่าง ๆ โดยยกตัวอย่างประเภทอาหาร อีก ๔ ประเภท และยกตัวอย่างชื่ออาหารอีก ๔ อย่าง



สรุป

การประกอบอาหาร เป็นการใช้ความร้อน
ในการปรุงอาหารให้สุกด้วยวิธีการต่าง ๆ
เพื่อให้นำไปรับประทานได้อย่างปลอดภัย



บทเรียนครั้งต่อไป

การประกอบอาหาร (ไข่เจียวน้ำมันเย็น)



สิ่งที่ต้องเตรียมครั่งต่อไป

วัตถุดิบและอุปกรณ์ฝึกปฏิบัติการประกอบอาหาร (ไข่เจียวน้ำมันเย็น)

- | | |
|--------------|-----------|
| ๑. ไข่ไก่ | ๔. ซีอิ๊ว |
| ๒. น้ำมันพืช | ๕. ผักชี |
| ๓. น้ำปลา | |

- | | |
|--------------|---------------|
| ๑. กระทะ | ๔. ถ้วยชาม |
| ๒. ตะหลิว | ๕. ช้อนส้อม |
| ๓. เต้าไฟฟ้า | ๖. ผ้าเช็ดมือ |

ใบงานที่ ๒ เรื่อง การประกอบอาหาร (ไข่เจียวน้ำมันเย็น)

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th

