

第1章 食材(原材料)に関する注意点

①. 肉類の主な種類

ア. 牛肉:牛肉の部位の名称は、()が定めた牛部分肉取引規格で定められています。きめの細かい柔らかく()味わい部位から、肉本来の()を感じられるさっぱりとした味の部位まで、牛肉は部位ごとの()が明確です。 =【P1】=

②. 牛肉、豚肉、鶏肉の保存や調理における注意点

肉は死後硬直がゆるやかで、硬直、()、()を経て、食べごろになるまで数日かかります。肉の各部位は()によって使い分ける必要があります。肉を加熱すると。肉の主成分である()により、縮んで肉汁が流れ出し、()なります。 =【P1】=

【魚の鮮度の見分け方】

- ・ 目が()いる、落ち込んでいないもの
- ・ えらが()であるもの
- ・ 腹の弾力があるもの
- ・ 体はかたく、()のあるもの
- ・ 生臭さ、()のしないもの
- ・ ()がきれいについているもの
- ・ 切り身を選ぶ場合は、身の()があり艶のあるもの、()が鮮やかなもの =【P2】=

【魚の盛り付け方】

() : 頭を()、腹を()に盛り付けます。

付け合わせは、()の場合は手前に置きます。

=【P3】=

【野菜の保存について】

()、たまねぎ、にんにくなど冷暗所での()が適するものを除き、()の蒸散を抑えるため、()などに包み、冷蔵庫で保管します。また、()をつけておくと身の質が落ちるため、切り離して保存します。 =【P4】=

第2章 下処理に関する注意点

(1). 下処理の目的

調理の()にあらかじめ食材におこなう加工処理です。洗浄、()、切れ目を入れる、()をもどすなどがあります。下処理状態が悪いと料理そのものの味や()が悪くなります。

また、調理する前の食材には、食中毒菌や()にかかわる()も付着しています。そのため、それら微生物を下処理中に()ことと、手指や調理器具・()を介して、加熱調理済み食品や()の食品に汚染()させないことが重要になります。 =【P5】=

(3). 肉の下処理について

・ 赤身と()の間にある筋は()により縮み、肉が()
ので切れ目を入れます。

・ 肉たたきで肉をたたき、形を整えて焼くと、縮まず()
=【P5】=