

第3章 各調理方法に関する注意点

(1). 加熱調理

茹でる、煮る、揚げる、焼く、炒めるなど熱を加えて、()美味しく食すことができる状態にします。()をよくし、()を高める効果もあります。

茹でる : 多量の水又は()の中で加熱します。

煮る : ()の入った煮汁やだし汁で加熱します。

揚げる : ()・多量の油で加熱します。食品の()が減少し、油を吸収します。

焼く : 食品をあまり()、中までじっくり火を通します。

炒める : 高温・()の油脂を用いて、()しながら短時間で加熱します。複数の食材を入れるとき、熱の通りの()具材から先に入れて熱の入り具合を()にします。

蒸す : 蒸し器やせいろなどを使って、()で加熱します。

=【P6】=

第4章 調理機器、器具・備品などに関する注意点

【ガスレンジ・中華ガスレンジ】

ガスを使うときは必ず() (換気扇・窓)をしてください。

換気が不十分だと()を起こす恐れがあり、最悪の場合、死

亡事故に至ることがあります。()とその周りに汚れがこびり

ついていると、火がつかない、火が小さい、火が途中で消えるなど様々な(

)につながります。()がかかった時や揚げ物の油などは必

ず取り除き、バーナーを()保つことが故障の()にもつながり

ます。=【P8】=

(2) 調理器具・備品のついて

(参考)

柳刃包丁:刃渡りが()、主に()を切るときに使用する包丁で「刺身包丁」とも呼びます。

出刃包丁:()をさばくときに使用する包丁です。()があり、刃に厚みもあるため、()を切ったりすることもできます。

菜切包丁:日本の和包丁で、()を切ることに適しています。三徳包丁に比べ、野菜の()や千切りなどがしやすいです。

薄刃包丁:菜切包丁と同じく日本の和包丁で、()を切ることに適しています。野菜の()や刻むのに適しています。 =【P10】=

(3) 計測機器類について

- ・計測機器類は()機械なので、汚れや()などが計測の精度に影響を及ぼすことがあります。正しく計測できているか、()はないかなど定期的に確認する必要があります。
- ・計量器を()した場合は必ず動作確認をおこなってください。
- ・食中毒対策などのため、()は重要です。温度計の精度が(低く)なっている場合は、食品事故につながります。()に温度計が正しく計測できているか点検()をおこないましょう。 =【P10】=