



# 北京市劲松职业高中

## 中餐《打荷与炒锅》课程

### 课堂实训评价手册

学生姓名：\_\_\_\_\_

专    业：\_\_\_\_\_

班    级：\_\_\_\_\_

指导教师：\_\_\_\_\_

## **《课堂实训评价手册》使用说明**

### **一、实训目的**

巩固所学专业知识，了解岗位工作过程，掌握专业核心技能，熟悉厨房设施设备、工具管理的规范要求，树立卫生、安全意识，培养学生沟通、协作等职业素养，为学生可持续发展奠定基础。

### **二、实训评价流程**

1. 任课教师提前布置工作任务，学生资讯，并进行分组，明确分工。
2. 学生在教师引导下分组讨论工作任务，填写任务计划书。
3. 组长汇报任务实施方案，经教师批准后实施。
4. 学生实施任务，教师对实施过程进行监督和指导。
5. 任务完成后，学生进行自查、自评，教师组织学生开展互评。
6. 学生填写评价表并撰写学习反思，教师给出综合评价。

### **三、实训成绩评定及使用**

1. 评价分为工作过程评价和成果评价，评价标准根据不同的实训项目而制定。
2. 实训教学评价分为学生自评、小组互评、教师评价，体现的是学生的学习工程和学习效果。
3. 实训成绩采取百分制，与学生技能竞赛成绩、技能取证成绩及文化课成绩共同构成学生学业综合评价成绩。

### **四、实训评价手册填写要求**

1. 按要求填写，及时提交。
2. 书写工整，字迹清晰，不空项。

## 目 录

### 第一单元：炒制类菜肴的处理与烹制

任务一：生炒：尖椒土豆丝的处理与烹制·····	1
任务二：熟炒：回锅肉的处理与烹制·····	6
任务三：滑炒：鱼香肉丝的处理与烹制·····	11

### 第二单元：煎制类菜肴的处理与烹制

任务四：煎：香煎芙蓉蛋的处理与烹制·····	16
任务五：煎烹：果汁煎肉脯的处理与烹制·····	21

### 第三单元：炸制类菜肴的处理与烹制

任务六：软炸：软炸里脊的处理与烹制·····	26
任务七：酥炸：香酥鸡的处理与烹制·····	31
任务八：碎屑料品炸：西法肉的处理与烹制·····	36
任务九：脆炸、包卷炸：炸五丝筒的处理与烹制·····	41

### 第四单元：熘制类菜肴的处理与烹制

任务十：滑熘：芙蓉鸡片的处理与烹制·····	46
任务十一：焦熘：抓炒里脊的处理与烹制·····	51

### 第五单元：爆制类菜肴的处理与烹制

任务十二：芫爆：芫爆里脊的处理与烹制·····	56
任务十三：油爆：宫保鸡丁的处理与烹制·····	61
任务十四：酱爆：酱爆鸡丁的处理与烹制·····	66

### 第六单元：塌、烹制类菜肴的处理与烹制

任务十五：锅塌：锅塌豆腐的处理与烹制·····	71
任务十六：炸烹：炸烹虾段的处理与烹制·····	76

第一单元 任务一 尖椒土豆丝的制作

一、任务描述

在炒锅环境中，在打荷人员的配合下，使用土豆丝、尖椒丝、葱姜末、盐、植物油等原料，运用“生炒”技法完成“尖椒土豆丝”的烹制。

二、学习目标

- 1. 认识了解打荷、炒锅工作环境及工作流程。
- 2. 初步掌握打荷、炒锅岗位开档与收档程序。
- 3. 掌握打荷、炒锅岗位设备工具的使用。
- 4. 初步掌握“急火”的鉴别与运用。
- 5. 能够进行咸鲜口味的调制。
- 6. 能够使用勺工技术“小翻勺”、“翻拌法”，运用“生炒” 技法和“拉入式”的装盘手法完成“尖椒土豆丝”的制作。
- 7. 能够合理保管剩余调料。
- 8. 初步学会炒锅和打荷岗位的沟通；培养安全操作和卫生意识。遵守厨房灶前安全规范要求。

三、《尖椒土豆丝的制作》工作任务计划书

班级\_\_\_\_\_组别\_\_\_\_\_ 主管\_\_\_\_\_ 监督员\_\_\_\_\_ 授课时间\_\_\_\_\_

学习单元名称		炒制类菜肴的处理与烹制		任务名称	尖椒土豆丝处理与烹制	
工作情境		所需工具：				
		主要原料、调料：				
组内职责分工	序号	职位	姓名	职责分工		完成时间
	1	主管				
	2	监督				
	3	组员				
	4	组员				
	5	组员				
	6	组员				

任务标准	打荷	掌握成品菜肴餐具选择，并对菜肴进行盘饰造型。完成划单，安排出菜及剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
	炒锅	学习“生炒”技法,完成《尖椒土豆丝》成品菜肴的制作。与打荷岗位沟通合作，完成剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
实施步骤	1.	
	2.	
	3.	
	4.	
	5.	
	6.	
	7.	
	8.	
	9.	
	10.	
	11.	
	12.	
小组创意	菜肴本身：（关于菜肴本身口味、配料的变化）	
	菜肴盘饰：（关于其它装盘形式）	
批准实施	教师签字：	
备注	请参与任务相关人员提前做好本任务的资讯，并由主管组织认真填写本计划书	

四、工作任务评价表

任务名称	尖椒土豆丝的制作	工作评价	
工作过程	准备阶段	处理完好	处理不当
	工作服穿戴整齐		
	检查安全卫生状况，做好消毒工作，准备用具		
	领料、审定原料数量和质量，单据的填写		
	根据菜品要求备齐餐具和盘饰用品		
	菜品制作阶段	处理完好	处理不当
	打荷与炒锅岗位配合		
	运用相关烹饪技法，按照操作要领制作菜肴		
	整理阶段	处理完好	处理不当
	能够对剩余原料进行妥善保管		
	清理工作区域，清洁设备、工具		
	水、电、门、窗关闭		

## 五、成品质量评价表

项目 (评分要素)	评价标准	配分	自评得分	互评得分
刀工	长 8cm 粗 0.4cm	15		
口味	咸鲜香辣	25		
色泽	色彩清爽亮洁、无杂质、无黑点	10		
汁、芡、油量	清爽利落，盘底无多余油脂和汤汁	20		
火候	质地脆嫩	20		
装盘 (八寸圆盘)	主料突出，盘边无油迹，成型呈堆落状； 盘饰卫生、点缀合理、 美观、有新意	10		
教师综合评价				

## 六、课后反思

### 1. 加工前

---

---

### 2. 加工中

---

---

### 3. 加工后

---

---

## 七、检测与练习

### (一)菜肴《尖椒土豆丝》相关思考

- 1.炒可分为\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_等多种具体方法。除了以上四种具体炒法外，还有\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_等不同的炒法。
2. 生炒菜肴一般都是选用\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_的原料加工成\_\_\_\_、\_\_\_\_、\_\_\_\_的\_\_\_\_、丝、\_\_\_\_、\_\_\_\_等形状。
3. 《尖椒土豆丝》风味特点是土豆丝色泽\_\_\_\_，口味\_\_\_\_，口感\_\_\_\_，盘底\_\_\_\_\_。
4. 煸炒土豆丝以\_\_\_\_\_火力为主。
5. 小翻勺是指原料在锅内作小于\_\_\_\_\_度的翻转，或者说就是把锅内原料的\_\_\_\_\_翻转过来，采用\_\_\_\_、\_\_\_\_、\_\_\_\_、\_\_\_\_、\_\_\_\_的连贯动作，使原料在锅内翻转。

### (二) 拓展练习

1. 课余时间练习制作《炆炒圆白菜》，或试用其它原料制作。
2. 课后依照图示进行勺功练习。助翻的手法练习翻石英砂，石英砂重量不能低于 500 克，翻锅次数逐步提升练习，练习总时间 40 分钟，每分钟练习翻勺至少 50 次。
- 3.拓展勺工练习

#### ➤ 助翻

##### 手勺协同翻锅的动作要领（助翻）

如果采用旋锅的方法来翻锅，在正式翻锅前，应将手勺自然站直于原料的后边缘，随同左手的推、送、扬等动作同步进行。如果采用两手协同翻锅，应该先用手勺在锅内搅拌原料（为提高搅拌效率，往往采用“倒 8”字形搅拌），使原料与锅充分分离以后，再将手勺退回到原料的后边缘并直立放置，然后再与左手同步翻锅，否则会发生一些意外的现象



任务二 回锅肉的处理与烹制

一、任务描述

今天学校要接待几个四川的老师来参观，中午在学校吃工作餐，同学们的任务是：在中餐热菜厨房工作环境中，打荷与炒锅岗位协作完成“回锅肉”烹制任务。进一步体验完整的打荷、炒锅工作过程。

二、学习目标

- 1. 了解五花肉、郫县辣酱原料调味料知识及使用常识。
- 2. 掌握熟五花肉的刀工处理。
- 3. 初步掌握“中火”“急火”的鉴别与运用。
- 4. 能够使用勺工技术“翻拌法”，运用“熟炒”技法和“覆盖法”的装盘手法完成“回锅肉”的制作。
- 5. 能够进行炒锅和打荷岗位的初步沟通；培养安全意识，遵守厨房灶前安全规范要求。

三、《回锅肉的处理与烹制》工作任务计划书

班级\_\_\_\_\_组别\_\_\_\_\_ 主管\_\_\_\_\_ 监督员\_\_\_\_\_ 授课时间\_\_\_\_\_

学习单元名称		炒制类菜肴的处理与烹制		任务名称	回锅肉的处理与烹制	
工作情境		所需工具：				
		主要原料、调料：				
组内职责分工	序号	职位	姓名	职责分工		完成时间
	1	主管				
	2	监督				
	3	组员				
	4	组员				
	5	组员				
	6	组员				

任务标准	打荷	掌握成品菜肴餐具选择，并对菜肴进行盘饰造型。完成划单，安排出菜及剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
	炒锅	学习“熟炒”技法,完成《回锅肉》成品菜肴的制作。与打荷岗位沟通合作，完成剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
实施步骤		1.
		2.
		3.
		4.
		5.
		6.
		7.
		8.
		9.
		10.
		11.
		12.
小组创意		菜肴本身：（关于菜肴本身口味、配料的变化）
		菜肴盘饰：（关于其它装盘形式）
批准实施		教师签字：
备注		请参与任务相关人员提前做好本任务的资讯，并由主管组织认真填写本计划书

四、工作任务评价表

任务名称	回锅肉的制作	工作评价	
工作过程	准备阶段	处理完好	处理不当
	工作服穿戴整齐		
	检查安全卫生状况，做好消毒工作，准备用具		
	领料、审定原料数量和质量，单据的填写		
	根据菜品要求备齐餐具和盘饰用品		
	菜品制作阶段	处理完好	处理不当
	打荷与炒锅岗位配合		
	运用相关烹饪技法，按照操作要领制作菜肴		
	整理阶段	处理完好	处理不当
	能够对剩余原料进行妥善保管		
	清理工作区域，清洁设备、工具		
	水、电、门、窗关闭		

五、成品质量评价表

项目 (评分要素)	评价标准	配分	自评得分	互评得分
刀工	长 5cm、宽 4cm、厚 0.2 cm 的薄片，不连刀，青蒜切 3 厘米长的段；豆瓣辣酱斩碎	15		
口味	咸甜香微辣回甜，有浓郁的酱香味	25		
色泽	色泽红亮	10		
汁、芡、油量	成品菜肴无汁，周围有少量红油渗出，不超过 1.5 厘米	20		
火候	肉片要呈现灯盏窝状；口感耙软皮嫩	20		
装盘 (八寸圆盘)	主料突出，主配料分布均匀，盛装在盘子中部，盘边洁净无油迹，呈堆叠的山形	10		
教师综合评价				

六、课后反思

1. 加工前

2. 加工中

3. 加工后

## 七、任务检测与练习

### （一）熟炒类菜肴加工流程（请用相对应的直线连接）

煮或蒸

下配料煸炒均匀

调味

出锅装盘

入底油煸炒

切配成型

### （二）填空

1. 调料投放要恰当\_\_\_\_\_。
2. 按一定规格调味，突出\_\_\_\_\_。
3. 根据原料\_\_\_\_\_兑制调料。
4. 要选用质地\_\_\_\_\_的动植物性烹调原料。
5. 刀工处理上，可以将原料加工成\_\_\_\_\_等较\_\_\_\_\_的形状。

### （三）问答题

你认为操作中在安全、卫生等方面还应注意什么？

### （四）拓展练习

课后练习制作《腊肉炒西芹》，并试用其它原料制作。

### 任务三 鱼香肉丝的处理与烹制

#### 一、任务描述

今天，是四川老师考察学校的第二天，要求同学们，在热菜制作工作环境中，运用“滑炒”技法，打荷与炒锅岗位协作完成工作餐菜单中四川名菜“鱼香肉丝”制作任务。

#### 二、学习目标

1. 了解泡辣椒调味料知识及使用常识。
2. 基本掌握“中火”“急火”的鉴别与运用。
3. 能够使用勺工技术“翻拌法”，运用“滑炒”技法和盛、拨的装盘手法完成“鱼香肉丝”的制作。
4. 能够进行“鱼香汁”口味的调制
5. 能够较熟练进行炒锅和打荷岗位的沟通；
6. 较熟练进行炒锅打荷岗位的开档和收档。
7. 培养安全卫生意识，遵守厨中餐厨房个人卫生要求。

#### 三、《鱼香肉丝的处理与烹制》工作任务计划书

班级\_\_\_\_\_组别\_\_\_\_\_ 主管\_\_\_\_\_ 监督员\_\_\_\_\_ 授课时间\_\_\_\_\_

学习单元名称		炒制类菜肴的处理与烹制			任务名称	鱼香肉丝的处理与烹制	
工作情境		所需工具：					
		主要原料、调料：					
组内职责分工	序号	职位	姓名	职责分工			完成时间
	1	主管					
	2	监督					
	3	组员					
	4	组员					
	5	组员					
	6	组员					

任务标准	打荷	掌握成品菜肴餐具选择，并对菜肴进行盘饰造型。完成划单，安排出菜及剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
	炒锅	学习“滑炒”技法, 完成《鱼香肉丝 》成品菜肴的制作。与打荷岗位沟通合作，完成剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
实施步骤		1.
		2.
		3.
		4.
		5.
		6.
		7.
		8.
		9.
		10.
		11.
		12.
小组创意	菜肴本身：（关于菜肴本身口味、配料的变化）	
	菜肴盘饰：（关于其它装盘形式）	
批准实施	教师签字：	
备注	请参与任务相关人员提前做好本任务的资讯，并由主管组织认真填写本计划书	

四、工作任务评价表

任务名称	鱼香肉丝的处理与烹制	工作评价	
工作过程	准备阶段	处理完好	处理不当
	工作服穿戴整齐		
	检查安全卫生状况，做好消毒工作，准备用具		
	领料、审定原料数量和质量，单据的填写		
	根据菜品要求备齐餐具和盘饰用品		
	菜品制作阶段	处理完好	处理不当
	打荷与炒锅岗位配合		
	运用相关烹饪技法，按照操作要领制作菜肴		
	整理阶段	处理完好	处理不当
	能够对剩余原料进行妥善保管		
	清理工作区域，清洁设备、工具		
	水、电、门、窗关闭		



## 五、成品质量评价表

项目 (评分要素)	评价标准	配分	自评得分	互评得分
刀工	长 5cm 宽 3cm 厚 0.2 cm 的牛肉片	15		
口味	咸鲜微甜有鲜美 蚝油味	25		
色泽	色彩红亮	10		
汁、芡、油量	利汁抱芡无汪油 现象	20		
火候	质地滑嫩	20		
装盘 (八寸圆盘)	主料突出，盘边 无油迹，成型好； 盘饰卫生、点缀 合理、美观、有 新意	10		
教师综合评价				

## 六、课后反思

### 1. 加工前

---



---

### 2. 加工中

---



---

### 3. 加工后

---



---

## 七、任务检测与练习

### （一）知识检测

- 1.“鱼香肉丝”风味特点是\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、口味\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、  
味浓烈、口感\_\_\_\_\_、周围有少量\_\_\_\_\_渗出。
- 2.临灶操作调味品的合理放置  
临灶操作时，为使用调味品\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_，提高\_\_\_\_\_，专业技术人员在实践中总结了  
放置调味品的规律。
  - 3.\_\_\_\_\_有色调味品放得近。
  - 4.\_\_\_\_\_、无色调味品放得远。
  - 5.不耐热的放得远，同色或近色的应\_\_\_\_\_。
  - 6.“鱼香肉丝”调味的的方法是\_\_\_\_\_翻拌法。
  - 7.“鱼香肉丝”装盘技法是\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_。
  - 8.蚝油的加工：是用\_\_\_\_\_加工的汁液\_\_\_\_\_后制成的一种调味品。

### （二）拓展练习

课余时间试用其它原料制作鱼香味型和蚝油味型菜肴。

## 第二单元 任务四 香煎芙蓉蛋的处理与烹制

### 一、任务描述

到中秋节了，今天，同学们在中餐热菜厨房中，打荷与炒锅岗位配合，制作一道广东名菜“香煎芙蓉蛋”，让老师、父母品尝一下大家的手艺。

### 二、学习目标

1. 了解鸡蛋、鲜虾仁、蟹肉棒、火腿、韭黄的原料知识及使用常识。
2. 初步掌握三、四成热油温及“慢火”的鉴别与运用。
3. 能够较熟练使用勺工技术“晃勺”、“大翻勺”，运用“干煎”技法和“拖入式”的装盘手法完成“香煎芙蓉蛋”的制作。
4. 熟练进行炒锅和打荷岗位的沟通；具备安全、卫生操作意识。

### 三、《香煎芙蓉蛋的处理与烹制工作任务计划书

班级\_\_\_\_\_组别\_\_\_\_\_主管\_\_\_\_\_监督员\_\_\_\_\_授课时间\_\_\_\_\_

学习单元名称		煎制类菜肴的处理与烹制		任务名称	香煎芙蓉蛋的处理与烹制	
工作情境		所需工具：				
		主要原料、调料：				
组内职责分工	序号	职位	姓名	职责分工		完成时间
	1	主管				
	2	监督				
	3	组员				
	4	组员				
	5	组员				
	6	组员				

任务标准	打荷	掌握成品菜肴餐具选择，并对菜肴进行盘饰造型。完成划单，安排出菜及剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
	炒锅	学习“煎”技法,完成《香煎芙蓉蛋》成品菜肴的制作。与打荷岗位沟通合作，完成剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
实施步骤		1.
		2.
		3.
		4.
		5.
		6.
		7.
		8.
		9.
		10.
		11.
		12.
小组创意		菜肴本身：（关于菜肴本身口味、配料的变化）
		菜肴盘饰：（关于其它装盘形式）
批准实施	教师签字：	
备注	请参与任务相关人员提前做好本任务的资讯，并由主管组织认真填写本计划书	

四、工作任务评价表

任务名称	香煎芙蓉蛋的处理与烹制	工作评价	
工 作 过 程	准备阶段	处理完好	处理不当
	工作服穿戴整齐		
	检查安全卫生状况，做好消毒工作，准备用具		
	领料、审定原料数量和质量，单据的填写		
	根据菜品要求备齐餐具和盘饰用品		
	菜品制作阶段	处理完好	处理不当
	打荷与炒锅岗位配合		
	运用相关烹饪技法，按照操作要领制作菜肴		
	整理阶段	处理完好	处理不当
	能够对剩余原料进行妥善保管		
	清理工作区域，清洁设备、工具		
	水、电、门、窗关闭		

五、成品质量评价表

项目 (评分要素)	评价标准	配分	自评得分	互评得分
刀工	配料丝长 5cm、粗 0.2 cm；蔬菜饼直径 20cm, 厚 1.5cm	15		
口味	咸鲜	25		
色泽	色彩金黄	10		
汁、芡、油量	盘底无汁无油	20		
火候	质地爽脆适中	10		
装盘成型 (九寸月光圆盘))	主料突出，盘边无油迹，成型好；盘饰卫生、点缀合理、美观、有新意	10		
教师综合评价				

六、课后反思

1. 加工前

2. 加工中

3. 加工后

## 七、任务检测

### (一) 知识检测

1. 菜肴《香煎芙蓉蛋》风味特点是色泽\_\_\_\_\_, 口味\_\_\_\_\_, 质地\_\_\_\_\_。
2. 拖入法盛装讲究造型, 装盘技巧性强, 难度也较大, 具体方法是先将铁锅转动, 使原料\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_将好面朝上, 并保持原形\_\_\_\_\_, 拖滑入盘内。如扒芦笋、鲍鱼、扒肥肠菜心等。同时, 此方法适用于塌、煎、贴等类菜肴的盛装。
3. 煎可分为\_\_\_\_、\_\_\_\_、\_\_\_\_、\_\_\_\_、\_\_\_\_、\_\_\_\_等。
4. 晃锅又称\_\_\_\_\_或\_\_\_\_\_, 其操作方法:  
将炒锅作顺时针或\_\_\_\_\_进行晃动, 使锅内的原料\_\_\_\_\_, 以免原料会\_\_\_\_\_或\_\_\_\_\_等现象, 并保证翻锅的顺利进行。

### (二) 拓展练习

课余时间练习制作鱼香煎蛋, 并试用其它原料制作

## 任务五 果汁煎肉脯的处理与烹制

### 一、任务描述

在炒锅环境中，在打荷岗位的配合下，运用“煎烹”技法完成广东名菜“果汁煎肉脯”的制作。

### 二、学习目标

1. 了解猪肉脯、洋葱、番茄酱、白醋的原料知识及使用常识。
2. 初步掌握三、四成热油温及“慢火”“急火”的鉴别与综合运用。
3. 较熟练使用勺工技术“晃勺”、“大翻勺”，运用“煎烹”技法和“拖入式”的装盘手法完成“果汁煎肉脯”的制作。
4. 熟练进行炒锅和打荷岗位的沟通；具备安全、卫生操作意识。

### 三、《果汁煎肉脯的处理与烹制》工作任务计划书

班级\_\_\_\_\_组别\_\_\_\_\_主管\_\_\_\_\_监督员\_\_\_\_\_授课时间\_\_\_\_\_

学习单元名称		煎制类菜肴的处理与烹制			任务名称	果汁煎肉脯的处理与烹制	
工作情境		所需工具：					
		主要原料、调料：					
组内职责分工	序号	职位	姓名	职责分工			完成时间
	1	主管					
	2	监督					
	3	组员					
	4	组员					
	5	组员					
	6	组员					



任务标准	打荷	掌握成品菜肴餐具选择，并对菜肴进行盘饰造型。完成划单，安排出菜及剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
	炒锅	学习“煎烹”技法,完成《果汁煎肉脯》成品菜肴的制作。与打荷岗位沟通合作，完成剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
实施步骤		1.
		2.
		3.
		4.
		5.
		6.
		7.
		8.
		9.
		10.
		11.
		12.
小组创意		菜肴本身：（关于菜肴本身口味、配料的变化）
		菜肴盘饰：（关于其它装盘形式）
批准实施		教师签字：
备注		请参与任务相关人员提前做好本任务的资讯，并由主管组织认真填写本计划书

#### 四、工作任务评价表

任务名称	果汁煎肉脯的处理与烹制	工作评价	
工 作 过 程	准备阶段	处理完好	处理不当
	工作服穿戴整齐		
	检查安全卫生状况，做好消毒工作，准备用具		
	领料、审定原料数量和质量，单据的填写		
	根据菜品要求备齐餐具和盘饰用品		
	菜品制作阶段	处理完好	处理不当
	打荷与炒锅岗位配合		
	运用相关烹饪技法，按照操作要领制作菜肴		
	整理阶段	处理完好	处理不当
	能够对剩余原料进行妥善保管		
	清理工作区域，清洁设备、工具		
	水、电、门、窗关闭		

五、成品质量评价表

项目 (评分要素)	评价标准	配分	自评得分	互评得分
刀工	长 6cm 宽 4cm 厚 0.6cm 的肉脯	15		
口味	咸鲜酸甜	25		
色泽	色彩橙红光亮润泽	10		
汁、芡、油量	包裹住原料后略有余汁	20		
火候	表皮香酥，肉质口感软嫩	20		
装盘 (八寸圆盘)	主料突出，盘边无油迹，成型好；盘饰卫生、点缀合理、美观、有新意	10		
教师综合评价				

六、课后反思

1. 加工前

---

---

2. 加工中

---

---

3. 加工后

---

---

## 七、任务检测与练习

### （一）知识检测

- 1.一般情况下，食盐在汤菜中的浓度\_\_\_\_\_为宜，烧、焖、爆、炒等菜肴中以\_\_\_\_\_为宜。低于这个浓度口轻，高于则口重。
- 2.薄芡经勾芡后，芡汁较稀薄，按\_\_\_\_\_不同，可分为\_\_\_\_\_和\_\_\_\_\_两种。
- 3.全蛋糊是用整只\_\_\_\_\_与面粉或\_\_\_\_\_、水拌制而成。它制作简单，适用于炸制较嫩的菜肴，成品金黄色，外松里嫩。
- 4.菜肴果汁煎肉脯的风味特点是  
色泽\_\_\_\_\_光亮 芡汁滋润\_\_\_\_\_原料 口味\_\_\_\_\_鲜香 口感\_\_\_\_\_。

### （二）拓展练习

课余时间练习制作果汁煎鸡脯，并试用其它原料制作。

### 第三单元 任务六 软炸里脊的处理与烹制

#### 一、任务描述

在炒锅打荷岗位工作环境中，打荷与炒锅岗位协作完成“软炸里脊”烹制的工作任务

#### 二、学习目标

1. 能够鉴别五、六成与七成热“油温”，并会运用“中火”和“旺火”。
2. 能够运用“软炸糊”、“软炸”技法和“盛入式”的装盘手法完成“软炸里脊”的制作。
3. 通过对炒锅岗位真实工作情景的模拟，在制作《软炸里脊》过程中，体验岗位间的协作关系，树立团队意识，提升沟通技巧。

#### 三、《软炸里脊的处理与烹制》工作任务计划书

班级\_\_\_\_\_ 组别\_\_\_\_\_ 主管\_\_\_\_\_ 监督员\_\_\_\_\_ 授课时间\_\_\_\_\_

学习单元名称		炸制类菜肴的处理与烹制			任务名称	软炸里脊的处理与烹制	
工作情境		所需工具：					
		主要原料、调料：					
组内职责分工	序号	职位	姓名	职责分工			完成时间
	1	主管					
	2	监督					
	3	组员					
	4	组员					
	5	组员					
	6	组员					

任务标准	打荷	掌握成品菜肴餐具选择，并对菜肴进行盘饰造型。完成划单，安排出菜及剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
	炒锅	学习“软炸”技法,完成《软炸里脊》成品菜肴的制作。与打荷岗位沟通合作，完成剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
实施步骤		1.
		2.
		3.
		4.
		5.
		6.
		7.
		8.
		9.
		10.
		11.
		12.
小组创意		菜肴本身：（关于菜肴本身口味、配料的变化）
		菜肴盘饰：（关于其它装盘形式）
批准实施	教师签字：	
备注	请参与任务相关人员提前做好本任务的资讯，并由主管组织认真填写本计划书	

#### 四、工作任务评价表

任务名称	软炸里脊的处理与烹制	工作评价	
工 作 过 程	准备阶段	处理完好	处理不当
	工作服穿戴整齐		
	检查安全卫生状况，做好消毒工作，准备用具		
	领料、审定原料数量和质量，单据的填写		
	根据菜品要求备齐餐具和盘饰用品		
	菜品制作阶段	处理完好	处理不当
	打荷与炒锅岗位配合		
	运用相关烹饪技法，按照操作要领制作菜肴		
	整理阶段	处理完好	处理不当
	能够对剩余原料进行妥善保管		
	清理工作区域，清洁设备、工具		
	水、电、门、窗关闭		

五、成品质量评价表

项目 (评分要素)	评价标准	配分	自评得分	互评得分
刀工	肉片长 5cm、厚 0.2 cm，薄厚均匀不连刀	15		
口味	口味咸香 质地松酥软嫩	25		
色泽	色泽金黄 颜色一致	10		
汁、芡、油量	成品菜肴干爽	20		
火候	口感松酥软嫩	20		
装盘 (八寸圆盘)	呈堆叠的山形	10		
教师综合评价				

六、课后反思

1. 加工前

2. 加工中

3. 加工后



## 七、知识检测与训练

### （一）知识检测

- 1.丸子复炸待锅内油温升高至\_\_\_\_\_后，再放入丸子\_\_\_\_\_，捞出控净油装盘，炸时要以保证丸子的\_\_\_\_\_。
- 2.制作肉丸时用手将肉馅挤成\_\_\_\_\_的小丸子\_\_\_\_\_入锅，丸子下锅时\_\_\_\_\_否则丸子\_\_\_\_\_，颜色\_\_\_\_\_。
- 3.调拌肉馅时要均匀并\_\_\_\_\_，口味不可过咸因为炸丸子时丧失一部分水分。

### （二）拓展练习

课余时间试用其它原料制作软炸、干炸菜肴

## 任务七 香酥鸡的处理与烹制

### 一、任务描述

在中餐热菜厨房中，炒锅与打荷人员相互配合，运用“酥炸”技法,与打荷岗位沟通合作，完成北京名菜“香酥鸡”成品菜肴的制作。

### 二、学习目标

1. 了解肉鸡、花椒、八角、丁香、小茴香、桂皮的原料知识及使用常识。
2. 能正确完成蛋清糊的调制与挂糊。
3. 能够较为熟练的使用中火，能够较为熟练地鉴别热温油。
4. 能够运用“酥炸”技法和“砌入式”的装盘手法完成“香酥鸡”的制作。
5. 通过对炒锅岗位真实工作情景的模拟，在制作《香酥鸡》过程中，体验岗位间的协作关系，树立团队意识，提升自身沟通技巧。

### 三、《香酥鸡的处理与烹制》工作任务计划书

班级\_\_\_\_\_ 组别\_\_\_\_\_ 主管\_\_\_\_\_ 监督员\_\_\_\_\_ 授课时间\_\_\_\_\_

学习单元名称		炸制类菜肴的处理与烹制			任务名称	香酥鸡的处理与烹制	
工作情境		所需工具：					
		主要原料、调料：					
组内职责分工	序号	职位	姓名	职责分工			完成时间
	1	主管					
	2	监督					
	3	组员					
	4	组员					
	5	组员					
	6	组员					

任务标准	打荷	掌握成品菜肴餐具选择，并对菜肴进行盘饰造型。完成划单，安排出菜及剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
	炒锅	学习“酥炸”技法,完成《香酥鸡 》成品菜肴的制作。与打荷岗位沟通合作，完成剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
实施步骤		1.
		2.
		3.
		4.
		5.
		6.
		7.
		8.
		9.
		10.
		11.
		12.
小组创意		菜肴本身：（关于菜肴本身口味、配料的变化）
		菜肴盘饰：（关于其它装盘形式）
批准实施		教师签字：
备注		请参与任务相关人员提前做好本任务的资讯，并由主管组织认真填写本计划书

#### 四、工作任务评价表

任务名称	香酥鸡的处理与烹制	工作评价	
工 作 过 程	准备阶段	处理完好	处理不当
	工作服穿戴整齐		
	检查安全卫生状况，做好消毒工作，准备用具		
	领料、审定原料数量和质量，单据的填写		
	根据菜品要求备齐餐具和盘饰用品		
	菜品制作阶段	处理完好	处理不当
	打荷与炒锅岗位配合		
	运用相关烹饪技法，按照操作要领制作菜肴		
	整理阶段	处理完好	处理不当
	能够对剩余原料进行妥善保管		
	清理工作区域，清洁设备、工具		
	水、电、门、窗关闭		

五、成品质量评价表

项目 (评分要素)	评价标准	配分	自评得分	互评得分
刀工	鸡块长 5cm、宽 1.5cm; 砌回整鸡原型	15		
口味	咸香	25		
色泽	色彩金红	20		
蛋清糊与整鸡 配比	整鸡 9、蛋清糊 1	10		
火候	质地酥烂脱骨	20		
装盘 (一尺长方盘)	主料突出，盘边无油迹， 成型好；盘饰卫生、点 缀合理、美观、有新意	10		
教师综合评价				

六、课后反思

1. 加工前

2. 加工中

3. 加工后

## 七、知识检测与练习

### （一）填空题

- 1、菜肴炸制时始终保持油温在\_\_\_\_，油温\_\_\_\_脆皮糊容易吃油炸不酥，\_\_\_\_上色过重。
- 2、菜肴炸制前蘸一层薄薄的干淀粉作用是原料和\_\_\_\_的挂在\_\_\_\_上。
- 3、奶块冷冻时冰箱冷冻温度不可\_\_\_\_，在\_\_\_\_以上即可。确保再炸制时，时间过长造成菜肴\_\_\_\_过重。

### （二）拓展练习

课余时间试用其它原料制作香酥、脆炸菜肴。

## 任务八 西法肉的处理与烹制

### 一、任务描述

炒锅与打荷人员相互配合，使用猪肉排、面包渣等原料，运用“拍粉拖蛋滚渣糊”和“碎屑料品炸”技法完成典型菜肴“西法肉”的烹制。

### 二、学习目标

1. 掌握“拍粉拖蛋滚渣糊”挂糊技法。
2. 熟练掌握“中火”的鉴别与运用。
3. 能够使用勺工技术“捞拌法”，运用“碎屑料品”技法和“砌入式”的装盘手法完成“西法肉”的制作。
4. 通过规范地完成《西法肉》操作训练，养成良好的职业习惯，提高安全意识和卫生意识。

### 三、《西法肉的处理与烹制》工作任务计划书

班级\_\_\_\_\_组别\_\_\_\_\_主管\_\_\_\_\_监督员\_\_\_\_\_授课时间\_\_\_\_\_

学习单元名称		炸制类菜肴的处理与烹制		任务名称	西法肉的处理与烹制	
工作情境		所需工具：				
		主要原料、调料：				
组内职责分工	序号	职位	姓名	职责分工		完成时间
	1	主管				
	2	监督				
	3	组员				
	4	组员				
	5	组员				
	6	组员				

任务标准	打荷	掌握成品菜肴餐具选择, 并对菜肴进行盘饰造型。完成划单, 安排出菜及剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
	炒锅	学习“碎屑料品炸”技法, 完成《西法肉》成品菜肴的制作。与打荷岗位沟通合作, 完成剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
实施步骤		1.
		2.
		3.
		4.
		5.
		6.
		7.
		8.
		9.
		10.
		11.
		12.
小组创意		菜肴本身: (关于菜肴本身口味、配料的变化)
		菜肴盘饰: (关于其它装盘形式)
批准实施	教师签字:	
备注	请参与任务相关人员提前做好本任务的资讯, 并由主管组织认真填写本计划书	



四、工作任务评价表

任务名称	西法肉的处理与烹制	工作评价	
工 作 过 程	准备阶段	处理完好	处理不当
	工作服穿戴整齐		
	检查安全卫生状况，做好消毒工作，准备用具		
	领料、审定原料数量和质量，单据的填写		
	根据菜品要求备齐餐具和盘饰用品		
	菜品制作阶段	处理完好	处理不当
	打荷与炒锅岗位配合		
	运用相关烹饪技法，按照操作要领制作菜肴		
	整理阶段	处理完好	处理不当
	能够对剩余原料进行妥善保管		
	清理工作区域，清洁设备、工具		
	水、电、门、窗关闭		

## 五、成品质量评价表

项目 (评分要素)	评价标准	配分	自评得分	互评得分
刀工	长 10cm 宽 6 cm 厚 0.8cm 的长圆片；薄厚均匀；每份 3 片	15	15 ( )	15 ( )
口味	咸香	25		
色泽	色彩金黄	10		
拍粉拖蛋滚渣糊	面包渣不掉，包裹均匀紧实	20		
火候	质地外酥里嫩	20		
装盘 (一尺长方盘)	主料突出，盘边无油迹，成型好；盘饰卫生、点缀合理、美观、有新意	10		
教师综合评价				

## 六、课后反思

### 1. 加工前

---

---

### 2. 加工中

---

---

### 3. 加工后

---

---

## 七、检测与练习

### （一）填空题

1. 炸菠萝鸡菜肴的着衣处理工艺方法是\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_
2. 制作炸菠萝鸡菜肴使用的\_\_\_\_\_中水分不可过\_\_\_\_\_。
3. 制作炸菠萝鸡菜肴时油温应控制在\_\_\_\_\_

### （二）拓展练习

课余时间练习制作面包鱼排，并试用其它原料制作。

## 任务九 炸五丝筒的处理与烹制

### 一、任务描述

炒锅与打荷人员相互配合，运用“包卷炸”技法完成山东名菜“炸五丝筒”的制作。

### 二、学习目标

1. 了解泡打粉、吉士粉等原料调味料知识及使用常识。
2. 会鉴别与运用“中火”。
3. 能够调制脆皮糊。
4. 能够运用“包卷炸”技法和“砌入式”的装盘手法完成“炸五丝筒”的制作。
5. 提高对烹饪职业和烹饪文化的认同感，培养中餐烹饪的职业意识。培养良好的职业习惯，强化安全意识和卫生意识。

### 三、《炸五丝筒的处理与烹制》工作任务计划书

班级\_\_\_\_\_组别\_\_\_\_\_主管\_\_\_\_\_监督员\_\_\_\_\_授课时间\_\_\_\_\_

学习单元名称		炸制类菜肴的处理与烹制			任务名称	炸五丝筒的处理与烹制	
工作情境		所需工具：					
		主要原料、调料：					
组内职责分工	序号	职位	姓名	职责分工		完成时间	
	1	主管					
	2	监督					
	3	组员					
	4	组员					
	5	组员					
	6	组员					

任务标准	打荷	掌握成品菜肴餐具选择，并对菜肴进行盘饰造型。完成划单，安排出菜及剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
	炒锅	学习“脆炸、包卷炸”技法, 完成《炸五丝筒》成品菜肴的制作。与打荷岗位沟通合作，完成剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
实施步骤		1.
		2.
		3.
		4.
		5.
		6.
		7.
		8.
		9.
		10.
		11.
		12.
小组创意		菜肴本身：（关于菜肴本身口味、配料的变化）
		菜肴盘饰：（关于其它装盘形式）
批准实施		教师签字：
备注		请参与任务相关人员提前做好本任务的资讯，并由主管组织认真填写本计划书

四、工作任务评价表

任务名称	炸五丝筒的处理与烹制	工作评价	
工作过程	准备阶段	处理完好	处理不当
	工作服穿戴整齐		
	检查安全卫生状况，做好消毒工作，准备用具		
	领料、审定原料数量和质量，单据的填写		
	根据菜品要求备齐餐具和盘饰用品		
	菜品制作阶段	处理完好	处理不当
	打荷与炒锅岗位配合		
	运用相关烹饪技法，按照操作要领制作菜肴		
	整理阶段	处理完好	处理不当
	能够对剩余原料进行妥善保管		
	清理工作区域，清洁设备、工具		
	水、电、门、窗关闭		

## 五、成品质量评价表

项目 (评分要素)	评价标准	配分	自评得分	互评得分
刀工	粗细均匀一致，长 8cm 直径 2.5 cm 的 长筒形； 每份制作 5 个	15		
口味	咸鲜	25		
色泽	色泽金黄	10		
脆皮糊	稀稠适中裹匀五丝 筒，不脱糊	20		
火候	口感表皮酥脆，内 部鲜嫩	20		
装盘 (一尺长方盘)	主料突出，盘边无 油迹，成型好；盘 饰卫生、点缀合理、 美观、有新意	10		
教师综合评价				

## 六、课后反思

### 1. 加工前

---



---

### 2. 加工中

---



---

### 3. 加工后

---



---

## 七. 知识检测与训练

### (一) 填空

- 1.制作炸佛手时蛋皮的厚度应在\_\_\_\_\_毫米之内。
- 2.制作炸佛手油温应控制在\_\_\_\_\_成热的范围之内，不可过高和过低。
- 3.制作炸佛手时每个佛手的大小要\_\_\_\_\_一致，薄厚要\_\_\_\_\_。

### (二) 拓展练习

课后试用其它原料制作包卷炸菜肴。



## 第四单元 任务十 芙蓉鸡片的处理与烹制

### 一、任务描述

炒锅与打荷人员相互配合，运用“滑熘”技法完成山东名菜“芙蓉鸡片”的烹制

### 二、学习目标

1. 了解生粉等调味料知识及使用常识。
2. 初步掌握“慢火”和低温油的鉴别与运用。
3. 能独立调制蛋泡糊。
4. 能够运用“溜芡”技法对菜肴勾芡。
5. 能够使用勺工技术“晃勺、助翻勺”和滑油技术，运用“滑熘”技法和“拖入式”的装盘手法完成“芙蓉鸡片”的制作。
6. 能够熟练进行炒锅和打荷岗位的沟通。

### 三、《芙蓉鸡片的处理与烹制》工作任务计划书

班级\_\_\_\_\_组别\_\_\_\_\_主管\_\_\_\_\_监督员\_\_\_\_\_授课时间\_\_\_\_\_

学习单元名称		熘制类菜肴的处理与烹制		任务名称	芙蓉鸡片的处理与烹制	
工作情境		所需工具：				
		主要原料、调料：				
组内职责分工	序号	职位	姓名	职责分工		完成时间
	1	主管				
	2	监督				
	3	组员				
	4	组员				
	5	组员				
	6	组员				

任务标准	打荷	掌握成品菜肴餐具选择，并对菜肴进行盘饰造型。完成划单，安排出菜及剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
	炒锅	学习“滑溜”技法,完成《芙蓉鸡片》成品菜肴的制作。与打荷岗位沟通合作，完成剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
实施步骤		1.
		2.
		3.
		4.
		5.
		6.
		7.
		8.
		9.
		10.
		11.
		12.
小组创意		菜肴本身：（关于菜肴本身口味、配料的变化）
		菜肴盘饰：（关于其它装盘形式）
批准实施	教师签字：	
备注	请参与任务相关人员提前做好本任务的资讯，并由主管组织认真填写本计划书	

四、工作任务评价表

任务名称	芙蓉鸡片的处理与烹制	工作评价	
工 作 过 程	准备阶段	处理完好	处理不当
	工作服穿戴整齐		
	检查安全卫生状况，做好消毒工作，准备用具		
	领料、审定原料数量和质量，单据的填写		
	根据菜品要求备齐餐具和盘饰用品		
	菜品制作阶段	处理完好	处理不当
	打荷与炒锅岗位配合		
	运用相关烹饪技法，按照操作要领制作菜肴		
	整理阶段	处理完好	处理不当
	能够对剩余原料进行妥善保管		
	清理工作区域，清洁设备、工具		
	水、电、门、窗关闭		

五、成品质量评价表

项目 (评分要素)	评价标准	配分	自评得分	互评得分
刀工	长 5cm 宽 4 cm 厚 0.3cm 的圆片，每份约 16 片	15		
口味	咸鲜	25		
色泽	色彩洁白润泽	10		
汁、芡、油量	芡汁呈透明的流体状，润泽光亮，略有余汁	15		
火候	口感软嫩入味	15		
装盘 (一尺鱼盘))	主料突出，盘边无油迹，成型好；盘饰卫生、点缀合理、美观、有新意	10		
教师综合评价				

六、课后反思

1. 加工前

2. 加工中

3. 加工后

## 七. 检测与练习

### (一) 填空

1. 肉片上浆时要加入盐、      、      和      进行      处理。
2. 滑溜肉片的口味是肉片      、口味      、菜盘中有      的汤汁。
3. 滑溜肉片菜肴的颜色是      。

### (二) 动手操作

时间试用其它原料制作软溜、滑溜菜肴。

## 任务十一 抓炒里脊的处理与烹制

### 一、任务描述

炒锅与打荷人员相互配合，运用“焦熘”技法完成宫廷名菜“抓炒里脊”的烹制。

### 二、学习目标

1. 掌握中火、急火转换配合使用的技巧。
2. 能够用复炸技术, 完成原料的初步熟处理。
3. 能够独立完成糖醋汁和水粉糊的调制。
4. 会使用“助翻勺”等勺功技术，运用“焦熘” 技法和“盛入式”的装盘手法完成“炸炒里脊”的制作。
5. 在规范地完成《抓炒里脊》操作训练过程中，培养积极的工作态度，良好的职业习惯和强烈的安全意识与卫生意识。

### 三、《抓炒里脊的处理与烹制》工作任务计划书

班级\_\_\_\_\_ 组别\_\_\_\_\_ 主管\_\_\_\_\_ 监督员\_\_\_\_\_ 授课时间\_\_\_\_\_

学习单元名称		熘制类菜肴的处理与烹制			任务名称	抓炒里脊的处理与烹制	
工作情境		所需工具：					
		主要原料、调料：					
组内职责分工	序号	职位	姓名	职责分工			完成时间
	1	主管					
	2	监督					
	3	组员					
	4	组员					
	5	组员					
	6	组员					

任务标准	打荷	掌握成品菜肴餐具选择，并对菜肴进行盘饰造型。完成划单，安排出菜及剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
	炒锅	学习“焦熘”技法,完成《抓炒里脊》成品菜肴的制作。与打荷岗位沟通合作，完成剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
实施步骤		1.
		2.
		3.
		4.
		5.
		6.
		7.
		8.
		9.
		10.
		11.
		12.
小组创意		菜肴本身：（关于菜肴本身口味、配料的变化）
		菜肴盘饰：（关于其它装盘形式）
批准实施	教师签字：	
备注	请参与任务相关人员提前做好本任务的资讯，并由主管组织认真填写本计划书	

四、工作任务评价表

任务名称	抓炒里脊的处理与烹制	工作评价	
工作过程	准备阶段	处理完好	处理不当
	工作服穿戴整齐		
	检查安全卫生状况，做好消毒工作，准备用具		
	领料、审定原料数量和质量，单据的填写		
	根据菜品要求备齐餐具和盘饰用品		
	菜品制作阶段	处理完好	处理不当
	打荷与炒锅岗位配合		
	运用相关烹饪技法，按照操作要领制作菜肴		
	整理阶段	处理完好	处理不当
	能够对剩余原料进行妥善保管		
	清理工作区域，清洁设备、工具		
	水、电、门、窗关闭		



## 五、成品质量评价表

项目 (评分要素)	评价标准	配分	自评得分	互评得分
刀工	长 2cm 宽 2 cm 的大方丁	15		
口味	甜酸	10		
色泽	色彩橘红，光亮滋润	15		
汁、芡、油量	汁、芡裹紧原料，略有余汁，不旺油	15		
火候	油温恰当，不脱糊，口感外酥里嫩	25		
装盘 (一尺鱼盘)	主料突出，盘边无油迹，成型好；盘饰卫生、点缀合理、美观、有新意	20		
教师综合评价				

## 六、课后反思

### 1. 加工前

---

---

### 2. 加工中

---

---

### 3. 加工后

---

---

## 七、检测与练习

### (一)菜肴《菠萝咕嚕肉》相关思考

- 1.溜可分为滑溜、\_\_\_\_、\_\_\_\_、醋溜等多种具体方法。除了以上四种具体炒法外，还有\_\_\_\_等不同的炒法。
- 2.《菠萝咕嚕肉》风味特点是菜肴色泽\_\_\_\_，口味\_\_\_\_，口感\_\_\_\_，盘底\_\_\_\_、\_\_\_\_。
- 3.油炸原料是油温以\_\_\_\_成热下锅，第二次炸时，油温在\_\_\_\_成热下入原料。

### (二) 拓展练习

课余时间试用其它原料制作抓炒、焦熘菜肴。

## 第五单元 任务十二 茺爆里脊的处理与烹制

### 一、任务描述

在炒锅环境中，在打荷人员的配合下，运用“茺爆”技法完成山东名菜“茺爆里脊”的烹制。

### 二、学习目标

1. 了解茺荳（香菜）原料知识及使用常识。
2. 能正确鉴别油温，学会运用“急火”及掌握三四成热油温滑制肉丝。
3. 能够准确调制“清汁”；
4. 掌握使用勺工技术“小翻勺”、“翻拌法”，运用“茺爆”技法和“拨入式”的装盘手法完成“茺爆里脊”的制作。
5. 炒锅和打荷岗位沟通自如。

### 三、《茺爆里脊的处理与烹制》工作任务计划书

班级\_\_\_\_\_ 组别\_\_\_\_\_ 主管\_\_\_\_\_ 监督员\_\_\_\_\_ 授课时间\_\_\_\_\_

学习单元名称		单元五：爆制类菜肴的处理与烹制			任务名称	茻爆里脊的处理与烹制	
工作情境		所需工具：					
		主要原料、调料：					
组内职责分工	序号	职位	姓名	职责分工			完成时间
	1	主管					
	2	监督					
	3	组员					
	4	组员					
	5	组员					
	6	组员					

任务标准	打荷	掌握成品菜肴餐具选择，并对菜肴进行盘饰造型。完成划单，安排出菜及剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
	炒锅	学习“炆爆”技法,完成《炆爆里脊》成品菜肴的制作。与打荷岗位沟通合作，完成剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
实施步骤		1.
		2.
		3.
		4.
		5.
		6.
		7.
		8.
		9.
		10.
		11.
		12.
小组创意		菜肴本身：（关于菜肴本身口味、配料的变化）
		菜肴盘饰：（关于其它装盘形式）
批准实施	教师签字：	
备注	请参与任务相关人员提前做好本任务的资讯，并由主管组织认真填写本计划书	

四、工作任务评价表

任务名称	炆爆里脊的处理与烹制	工作评价	
工 作 过 程	准备阶段	处理完好	处理不当
	工作服穿戴整齐		
	检查安全卫生状况，做好消毒工作，准备用具		
	领料、审定原料数量和质量，单据的填写		
	根据菜品要求备齐餐具和盘饰用品		
	菜品制作阶段	处理完好	处理不当
	打荷与炒锅岗位配合		
	运用相关烹饪技法，按照操作要领制作菜肴		
	整理阶段	处理完好	处理不当
	能够对剩余原料进行妥善保管		
	清理工作区域，清洁设备、工具		
	水、电、门、窗关闭		

五、成品质量评价表

项目 (评分要素)	评价标准	配分	自评得分	互评得分
刀工	长 5--7cm 粗 0.4cm 的猪肚丝	15		
口味	咸鲜，香菜、米醋及胡椒粉的香气浓烈	25		
色泽	色彩白绿相间清爽亮洁	10		
汁、芡、油量	成品清爽、不打芡；盘底无油、略有清汁	20		
火候	肚丝口感滑嫩略带韧性；香菜梗脆嫩不塌秧不出水	20		
装盘 (八寸圆盘)	主料突出，盘边无油迹，成型好；盘饰卫生、点缀合理、美观、有新意	10		
教师综合评价				

六、课后反思

1. 加工前

2. 加工中

3. 加工后

## 七、检测与练习

### (一) 知识检测

#### 1.初步热处理---滑油

温油锅对原料加热处理的一种方法。将加工整理或切配成形的食物原料，采用（ ）、（ ）包裹（ ），投入温油锅内加热处理成熟。

#### 2.滑油的操作过程

铁锅擦净烧热→加入食油→加热（ ）成热→投入原料（ ）成熟→捞出控油备用。

#### 3.掌握火候的一般原则

质嫩、形小的烹调原料，一般采用（ ）、（ ）时间加热。

成菜质地要求脆、嫩的，一般采用（ ）、（ ）时间加热。

需要快速操作，短时间成菜的烹调方法，一般采用（ ）、（ ）时间加热。

（ ）是原料中的主料经过沸汤、滑油热处理后加入配料兑汁烹制的一种烹调方法。可分为（ ）、（ ）、（ ）、（ ）、（ ）、（ ）等。

### (二) 技能练习

课余时间练习制作芡爆鸡条，想一想，试用其它原料制作此类菜品。

# 任务十三 宫保鸡丁的处理与烹制

## 一、任务描述

在炒锅环境中，在打荷人员的配合下，运用“油爆”技法完成四川名菜“宫保鸡丁”的烹制。

## 二、学习目标

- 1. 了解花生米、干辣椒、辣椒油的原料知识及使用常识。
- 2. 会鉴别“急火”，并熟练运用。
- 3. 能准确鉴别与运用五、六成热“油温”。
- 4. 能够使用勺工技术“小翻勺”、“翻拌法”，会用“油爆”技法完成“宫爆鸡丁”的制作，用“拨入式”手法进行装盘。
- 5. 炒锅和打荷岗位沟通顺畅；安全意识较强，卫生习惯较好。

## 三、《宫保鸡丁的处理与烹制》工作任务计划书

班级\_\_\_\_\_组别\_\_\_\_\_主管\_\_\_\_\_监督员\_\_\_\_\_授课时间\_\_\_\_\_

学习单元名称		爆制类菜肴的处理与烹制		任务名称	宫保鸡丁的处理与烹制	
工作情境		所需工具：				
		主要原料、调料：				
组内职责分工	序号	职位	姓名	职责分工		完成时间
	1	主管				
	2	监督				
	3	组员				
	4	组员				
	5	组员				
	6	组员				



任务标准	打荷	掌握成品菜肴餐具选择，并对菜肴进行盘饰造型。完成划单，安排出菜及剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
	炒锅	学习“油爆”技法,完成《宫保鸡丁》成品菜肴的制作。与打荷岗位沟通合作，完成剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
实施步骤		1.
		2.
		3.
		4.
		5.
		6.
		7.
		8.
		9.
		10.
		11.
		12.
小组创意		菜肴本身：（关于菜肴本身口味、配料的变化）
		菜肴盘饰：（关于其它装盘形式）
批准实施		教师签字：
备注		请参与任务相关人员提前做好本任务的资讯，并由主管组织认真填写本计划书

四、工作任务评价表

任务名称	宫保鸡丁的处理与烹制	工作评价	
工 作 过 程	准备阶段	处理完好	处理不当
	工作服穿戴整齐		
	检查安全卫生状况，做好消毒工作，准备用具		
	领料、审定原料数量和质量，单据的填写		
	根据菜品要求备齐餐具和盘饰用品		
	菜品制作阶段	处理完好	处理不当
	打荷与炒锅岗位配合		
	运用相关烹饪技法，按照操作要领制作菜肴		
	整理阶段	处理完好	处理不当
	能够对剩余原料进行妥善保管		
	清理工作区域，清洁设备、工具		
	水、电、门、窗关闭		

## 五、成品质量评价表

项目 (评分要素)	评价标准	配分	自评得分	互评得分
刀工	长 5—7cm、粗 0.4cm 的 麦穗形 麦穗花刀造型逼真、美 观、大小一致	15		
口味	口味咸鲜香	25		
色泽	色泽白亮光润	10		
汁、芡、油量	芡汁均匀包裹原料、清 爽利落，盘底无汁无油	20		
火候	口感滑嫩、爽脆	20		
装盘 (八寸圆盘)	主料突出，盘边无油迹， 成型好；盘饰卫生、点 缀合理、美观、有新意	10		
教师综合评价				

## 六、课后反思

### 1. 加工前

---

---

### 2. 加工中

---

---

### 3. 加工后

---

---

## 七、检测与练习

### （一）油爆的操作要求：

1. 选用质地较（ ），软中带有韧劲的（ ）原料，另外选用相应质地的配料。
2. 一般加工成（ ）或（ ）处理出的原料。
3. 芡汁以包汁芡为主。
4. 油爆忌用（ ）调料，成品色泽清淡和谐。

### （二）淋油时应该注意的问题如下：

淋油一定要在菜肴的芡汁成熟后再淋入，否则会使菜解芡，色泽发暗，并带有（ ）；  
淋油要适量，太多易使芡（ ）； 淋油要根据菜肴的（ ）和（ ）要求，一般地说，白色、  
黄色和口味清淡的菜淋入\_\_\_\_油，红色、黑色菜淋入\_\_\_\_油，辣味的菜要淋入\_\_\_\_油

### （三）从主料的变化、盘饰等方面你有哪些创新的思路？课后试用其它原料尝试制作。

## 任务十四 酱爆鸡丁的处理与烹制

### 一、任务描述

在炒锅环境中，在打荷人员的配合下，运用“酱爆”技法完成北京名菜“酱爆鸡丁”的烹制。

### 二、学习目标

1. 了解甜面酱、黄酱的调料知识及使用常识。
2. 能准确鉴别并熟练综合使用“慢火”与“急火”烹制菜肴。
3. 能正确鉴别与运用三、四成热油温。
4. 能够使用勺工技术“小翻勺”、“翻拌法”，运用“酱爆”技法完成“酱爆鸡丁”的制作，并用“盛入式”手法进行装盘。
5. 炒锅和打荷岗位沟通顺畅，安全意识强，卫生习惯较好。

### 三、《酱爆鸡丁的处理与烹制》工作任务计划书

班级\_\_\_\_\_ 组别\_\_\_\_\_ 主管\_\_\_\_\_ 监督员\_\_\_\_\_ 授课时间\_\_\_\_\_

学习单元名称		单爆制类菜肴的处理与烹制			任务名称	酱爆鸡丁的处理与烹制	
工作情境		所需工具：					
		主要原料、调料：					
组内职责分工	序号	职位	姓名	职责分工			完成时间
	1	主管					
	2	监督					
	3	组员					
	4	组员					
	5	组员					
	6	组员					

任务标准	打荷	掌握成品菜肴餐具选择，并对菜肴进行盘饰造型。完成划单，安排出菜及剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
	炒锅	学习“酱爆”技法,完成《酱爆鸡丁》成品菜肴的制作。与打荷岗位沟通合作，完成剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
实施步骤		1.
		2.
		3.
		4.
		5.
		6.
		7.
		8.
		9.
		10.
		11.
		12.
小组创意		菜肴本身：（关于菜肴本身口味、配料的变化）
		菜肴盘饰：（关于其它装盘形式）
批准实施	教师签字：	
备注	请参与任务相关人员提前做好本任务的资讯，并由主管组织认真填写本计划书	

四、工作任务评价表

任务名称	酱爆鸡丁的处理与烹制	工作评价	
工 作 过 程	准备阶段	处理完好	处理不当
	工作服穿戴整齐		
	检查安全卫生状况，做好消毒工作，准备用具		
	领料、审定原料数量和质量，单据的填写		
	根据菜品要求备齐餐具和盘饰用品		
	菜品制作阶段	处理完好	处理不当
	打荷与炒锅岗位配合		
	运用相关烹饪技法，按照操作要领制作菜肴		
	整理阶段	处理完好	处理不当
	能够对剩余原料进行妥善保管		
	清理工作区域，清洁设备、工具		
	水、电、门、窗关闭		

## 五、成品质量评价表

项目 (评分要素)	评价标准	配分	自评得分	互评得分
刀工	长 4cm 宽 2.5cm 厚 0.2cm 的羊肉片	15		
口味	咸鲜微酸，大葱香气浓烈	25		
色泽	色彩棕红明亮 盘底略有余汁	10		
汁、芡、油量	汁裹紧原料	20		
火候	肉片质地滑嫩 大葱脆嫩	20		
装盘 (八寸圆盘)	主料突出，盘边无油迹，成型好；盘饰卫生、点缀合理、美观、有新意	10		
教师综合评价				

## 六、课后反思

### 1. 加工前

---

---

### 2. 加工中

---

---

### 3. 加工后

---

---



## 七、检测与练习

### （一）完成以下内容：

1. ( )是防止原料在滑炒过程中失水退嫩，以保证菜品软嫩鲜美，着衣要均匀结实，此菜上浆不宜过薄。

2. 关于酱爆方法的正确叙述是 ( )

A . 酱料是原料的 1/2                      B . 动物性主料需要进行预先热处理

C . 酱料品种主要是海鲜酱、黄豆酱      D . 炒酱的油量是酱料的 1 倍

3. ( )为家常爆法。主料过油后与大葱段一起爆。也可先将主料腌入味上浆后，用温油滑一下，再与 ( )一起爆。口味香醇，制作简便。

4. 羊肉上浆是根据烹调方法及火候的需要在原料的外部挂上一层薄薄的( )。其作用是保持原料形状整齐，质地滑软鲜嫩不柴，烹调时可减少养分的散失；上浆时加入酱油或精盐，进行烹调前的调味，可使味道渗透到原料内部。上浆的原料，多切成片、丁、丝、条等体积较小的形状。上浆後烹调时采用( )的方法，油温( )，火力软，在油内停留的时间也短，故菜肴质地滑软鲜嫩。

### （二）拓展练习

课余时间练习制作酱爆鸭脯和葱爆牛肉，或试用其它原料制作。

## 第六单元 任务十五 锅塌豆腐的处理与烹制

### 一、任务描述

在炒锅环境中，在打荷人员的配合下，运用“塌”的技法完成山东名菜“锅塌豆腐”的烹制。

### 二、学习目标

1. 了解豆腐的原料知识及使用常识。
2. 会鉴别并使用“文火”烹制菜肴。。
3. 能正确鉴别与运用四成热油温。
4. 能够使用勺工技术“小翻勺”、“晃勺”，运用“塌”的技法完成“锅塌豆腐”的制作，并用“溜入式”手法进行装盘。
5. 炒锅和打荷岗位沟顺畅通，安全意识强，卫生习惯好。

### 三、《锅塌豆腐的处理与烹制》工作任务计划书

班级\_\_\_\_\_ 组别\_\_\_\_\_ 主管\_\_\_\_\_ 监督员\_\_\_\_\_ 授课时间\_\_\_\_\_

学习单元名称		塌、烹制类菜肴的处理与烹制		任务名称	锅塌豆腐的处理与烹制	
工作情境		所需工具：				
		主要原料、调料：				
组内职责分工	序号	职位	姓名	职责分工		完成时间
	1	主管				
	2	监督				
	3	组员				
	4	组员				
	5	组员				
	6	组员				

任务标准	打荷	掌握成品菜肴餐具选择，并对菜肴进行盘饰造型。完成划单，安排出菜及剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
	炒锅	学习“锅塌”技法,完成《锅塌豆腐》成品菜肴的制作。与打荷岗位沟通合作，完成剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
实施步骤		1.
		2.
		3.
		4.
		5.
		6.
		7.
		8.
		9.
		10.
		11.
		12.
小组创意		菜肴本身：（关于菜肴本身口味、配料的变化）
		菜肴盘饰：（关于其它装盘形式）
批准实施		教师签字：
备注		请参与任务相关人员提前做好本任务的资讯，并由主管组织认真填写本计划书

四、工作任务评价表

任务名称	锅塌豆腐的处理与烹制	工作评价	
工 作 过 程	准备阶段	处理完好	处理不当
	工作服穿戴整齐		
	检查安全卫生状况，做好消毒工作，准备用具		
	领料、审定原料数量和质量，单据的填写		
	根据菜品要求备齐餐具和盘饰用品		
	菜品制作阶段	处理完好	处理不当
	打荷与炒锅岗位配合		
	运用相关烹饪技法，按照操作要领制作菜肴		
	整理阶段	处理完好	处理不当
	能够对剩余原料进行妥善保管		
	清理工作区域，清洁设备、工具		
	水、电、门、窗关闭		

五、成品质量评价表

项目 (评分要素)	评价标准	配分	自评得分	互评得分
刀工	长 5cm 宽 3cm 厚 1.5cm 的夹馅豆腐盒	20		
口味	咸鲜	20		
色泽	色彩黄亮，无焦糊	15		
汁、芡、油量	盘底略有余汁、不勾芡、不旺油	10		
火候	口感软嫩入味 塌制成品形态完整不碎	15		
装盘 (八寸圆盘)	主料突出，盘边无油迹， 成型好；盘饰卫生、点缀合理、美观、有新意	10		
教师综合评价				

六、课后反思

1. 加工前

2. 加工中

3. 加工后

## 七、检测与练习

### （一）完成以下内容：

1. 所谓“（ ）”，就是将主料两面煎黄后，放入调料汁及清汤，盖上锅盖，旺火烧开（ ）塌，收尽汤汁，使调料完全吸收到主料内，达到主料酥、软、嫩，味醇厚的目的。

#### 2. 塌的操作要求

（1）选料新鲜无异味，质地细嫩的动、植物性原料，可稍肥，加工形状大小适中，一般加工成（ ）。

（2）原料需先码味，再（ ），（ ）要均匀。

（3）程序：

改形-----瓢馅-----拍粉拖蛋-----见或炸-----烧或蒸

（4）汤汁较多，裹匀原料。

（5）用小火或中火收尽汤汁，形成（ ）。

（6）出菜要求整体感强，（ ）。

（7）颜色多是（金黄色），烧时用鸡汤，不可用清水。

3. 豆腐营养丰富，含有（ ）、（ ）、（ ）、（ ）等人体必需的多种微量元素，还含有糖类、植物油和丰富的优质蛋白，素有“（ ）”之美称。豆腐的消化吸收率达（ ）以上。两小块豆腐，即可满足一个人一天钙的需要量。

### （二）拓展练习

课余时间试用其它原料制作锅塌菜肴。

## 任务十六 炸烹虾段的处理与烹制

### 一、任务描述

在中餐热菜厨房工作环境中，打荷与炒锅岗位协作完成山东名菜“炸烹虾段”烹制。

### 二、学习目标

1. 了解虾类的原料知识及使用常识。
2. 能准确鉴别掌握“急火”并熟练运用。
3. 能正确鉴别与运用六、七成热油温。
4. 熟练进行“清汁”口味的调制。
5. 能够使用勺工技术“小翻勺”，运用“炸烹”的技法完成“炸烹虾段”的制作，并用“盛入式”手法进行装盘。
6. 炒锅和打荷岗位沟顺畅通，安全意识强，卫生习惯好。

### 三、《炸烹虾段的处理与烹制》工作任务计划书

班级\_\_\_\_\_组别\_\_\_\_\_ 主管\_\_\_\_\_ 监督员\_\_\_\_\_ 授课时间\_\_\_\_\_

学习单元名称		塌、烹制类菜肴的处理与烹制		任务名称	炸烹虾段的处理与烹制	
工作情境		所需工具：				
		主要原料、调料：				
组内职责分工	序号	职位	姓名	职责分工		完成时间
	1	主管				
	2	监督				
	3	组员				
	4	组员				
	5	组员				
	6	组员				

任务标准	打荷	掌握成品菜肴餐具选择，并对菜肴进行盘饰造型。完成划单，安排出菜及剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
	炒锅	学习“炸烹”技法,完成《炸烹虾段》成品菜肴的制作。与打荷岗位沟通合作，完成剩余调料的保管。做好相关内容的记录与反思。
实施步骤		1.
		2.
		3.
		4.
		5.
		6.
		7.
		8.
		9.
		10.
		11.
		12.
小组创意		菜肴本身：（关于菜肴本身口味、配料的变化）
		菜肴盘饰：（关于其它装盘形式）
批准实施	教师签字：	
备注	请参与任务相关人员提前做好本任务的资讯，并由主管组织认真填写本计划书	



四、工作任务评价表

任务名称	炸烹虾段的处理与烹制	工作评价	
工 作 过 程	准备阶段	处理完好	处理不当
	工作服穿戴整齐		
	检查安全卫生状况，做好消毒工作，准备用具		
	领料、审定原料数量和质量，单据的填写		
	根据菜品要求备齐餐具和盘饰用品		
	菜品制作阶段	处理完好	处理不当
	打荷与炒锅岗位配合		
	运用相关烹饪技法，按照操作要领制作菜肴		
	整理阶段	处理完好	处理不当
	能够对剩余原料进行妥善保管		
	清理工作区域，清洁设备、工具		
	水、电、门、窗关闭		

五、成品质量评价表

项目 (评分要素)	评价标准	配分	自评得分	互评得分
主料成型规格	长 5cm 的虾段	15		
口味	咸鲜微酸适中，葱、姜、米醋香气浓烈	10		
色泽	色彩清爽亮洁	15		
汁、芡、油量	干爽，无多余汁、油	15		
火候	质地爽脆适中	15		
装盘 (八寸圆盘)	主料突出，盘边无油迹，成型好；盘饰卫生、点缀合理、美观、有新意	10		
教师综合评价				

六、课后反思

1. 加工前

2. 加工中

3. 加工后

## 七、检测与练习

### （一）完成以下内容

1. （ ）就是将新鲜细嫩的原料，切成条片块形码味后，挂糊或（ ），用旺火温油炸至金黄色，外酥内嫩捞出，再（ ）投入主料，随即烹入兑好的调味汁，颠翻成菜的烹调方法。
2. 根据对主要原料采用加热成熟的方法不同，烹有“（ ）”和“（ ）”两种具体方法。
3. 虾是一种\_\_\_\_\_非常丰富、营养价值很高的食物，其中\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_素和无机盐含量比较高，而脂肪含量不但低，且多为不饱和脂肪酸，具有防治动\_\_\_\_\_粥样硬化和冠心病的作用。

### （二）拓展练习

课余时间试用其它原料制作炸烹菜肴。