

## **MENJALANKAN PENYEDIAKAN INTI MANIS DAN SAVORI**

### Latihan Pengukuhan : **Kaedah Mengukus**

Pilih jawapan yang betul mengikut pernyataan yang diberikan.

1. Kaedah mengukus juga dikenali sebagai \_\_\_\_\_ (boiling / steaming).
2. Mengukus salah satu kaedah memasak menggunakan \_\_\_\_\_ (wap / minyak).
3. Masakan menggunakan kaedah mengukus menyebabkan tekstur masakan tersebut menjadi \_\_\_\_\_ (keras / lembut).
4. Mengukus merupakan kaedah haba \_\_\_\_\_ (kering/ lembab) untuk memasak makanan.
5. Masa memasak kaedah ini lebih \_\_\_\_\_ (lama / cepat) berbanding dengan kaedah menggoreng dan merebus.
6. Kaedah mengukus adalah cara memasak makanan menggunakan wap daripada air \_\_\_\_\_ (mendidih / membeku).
7. Kelebihan masakan yang dikukus ialah kurang berlemak dan kurang kehilangan \_\_\_\_\_ (nutrient / karbohidrat).
8. Contoh masakan bagi kaedah mengukus ialah \_\_\_\_\_ (pau kacang merah / kripap kentang).