

แบบทดสอบหน่วยการเรียนรู้ที่ 2
การเตรียมและการประกอบอาหารอย่างสวยงามดูดี

การเตรียมและการประกอบอาหารที่ถูกต้อง
และสวยงามดูดีทางโภชนาการมีกี่ขั้นตอน

3ขั้นตอน 4ขั้นตอน 5ขั้นตอน

การทำให้อาหารสุกโดยใช้
ไอน้ำนำความร้อนไปสุก
อาหารเป็นวิธีการประกอบ
อาหารด้วยวิธีใด

นึ่ง สับ ต้ม

นำสิ่งสกปรกที่ปนมาออกขาวในน้ำน้อยเพียงพอ
ครั้งเดียวเป็นการเตรียมเครื่องปรุงอะไร

ผักต่างๆ เนื้อสัตว์ ข้าวสาร

ข้อใดไม่ใช่เครื่องปรุง

น้ำตาล น้ำมัน พริกไทย

ล้างบ้วนน้ำให้สะอาดแช่ในน้ำผสม
เกลือหรือเบกกิ้งโซดา ใช้มือช่วย
ถูสิ่งสกปรก ล้างน้ำให้สะอาด
ประมาณ 15 นาที เป็นการ
เตรียมเครื่องปรุงอะไร

เนื้อสัตว์ ผดไม่ ข้าวสาร

เพื่อให้สะดวกรวดเร็วเมื่อต้องการปรุง
รสชาติ ควรวางเครื่องปรุงไว้ที่ใด

วางไว้บนโต๊ะเตรียมอาหาร
วางไว้ให้ห่างจากเตา
วางไว้ในตู้เย็นโดยเรียงลำดับการใช้
ก่อนหลัง

การนำเปลือกออกจากผัก
ผลไม้โดยใช้มือหรือมีด
เป็นวิธีการประกอบอาหาร
ด้วยวิธีใด

บีบ หั่น ปอก

การทำให้อาหารสุกกรอบ
ด้วยน้ำมันที่ร้อนเป็นวิธีการ
ประกอบอาหารด้วยวิธีใด

ซอบ ผัด ทอด

ขั้นการทำความสะดวกและเก็บ
ภาชนะอุปกรณ์ มีกี่ขั้นตอน

4ขั้นตอน 5ขั้นตอน 6ขั้นตอน

การทำให้อาหารสุก โดย
วางอาหารบนตะแกรงเหล็ก
เหนือเตาไปเป็นวิธีการ
ประกอบอาหารด้วยวิธีใด

ย่าง นึ่ง ทอด

ชื่อ-นามสกุล

ชั้น เลขที่