

3.0 SELECT COOKING TECHNIQUE INGREDIENT

3.1.1 Bahan Segar Sayur-Sayuran (Sayuran Berdaun dan Sayuran Berbatang / Pucuk)

1. Namakan sayuran berikut.

















2. Nyatakan kaedah memasak sayuran berdaun dibawah.





3.0 SELECT COOKING TECHNIQUE INGREDIENT

3.1.1 Bahan Segar Sayur-Sayuran (Sayuran Berdaun dan Sayuran Berbatang / Pucuk)

3. Nyatakan kaedah memasak sayuran berbatang/pucuk dibawah.



4. Kita harus tahu memilih sayuran segar semasa membeli. Pilih jawapan (/) bagi sayuran segar dan (x) bagi sayuran tidak segar.

☐☐☐☐

3.0 SELECT COOKING TECHNIQUE INGREDIENT

3.1.1 Bahan Segar Sayur-Sayuran (Sayuran Berdaun dan Sayuran Berbatang / Pucuk)

5. Tarik jawapan ke tempat kosong cara memilih sayuran yang berikut dengan pilihan jawapan yang diberi.

- a. Pilih sayuran berbatang / pucuk yang masih _____, segar dan _____
- b. Jangan memilih sayuran yang layu atau _____.
- c. Cari sayuran berdaun yang bersih dan tidak _____.
- d. Pilih sayuran berdaun yang _____ dan _____ rangup.
- e. Pastikan sayuran berbatang / pucuk masih berbentuk _____
- f. Pilih sayuran berbatang / pucuk yang tidak bertukar _____

muda	berpasir	rangup	daun
warna	elok	batang	berlendir

6. Berikut adalah soalan mengenai cara menyediakan sayuran berdaun dan berbatang. Jawab semua soalan.

- a. Sebelum memotong sayuran perlu _____ bersih.
- b. Sayuran perlu dicuci untuk membuang _____ dan _____
- c. Dalam menyediakan sayuran berbatang / pucuk, hanya perlu mengambil batang _____ manakala batang tua _____
- d. Sayuran berdaun perlu potong _____ dan _____ sama saiz.

serangga	muda	kotoran tanah	dicuci
daun	dibuang	batang	

e. Mengapa daun dan batang sayuran berdaun diasingkan ketika disediakan? **Sila taip jawapan**

7. Pada akhir video tutorial, cikgu menyertakan video mengenai
