Isikan kotak dengan nama kaedah memasak yang betul.

merebus mencelur mengukus

mereneh

memanggang merendidih membakar

menggril menggoreng

KAEDAH MEMASAK	KEBAIKAN	KELEMAHAN
	Dimasak dengan cepat. Kandungan zatnya tidak hilang.	Memerlukan kemahiran untuk mengendalikannya.
	Dimasak dalam jangka masa yang pendek. Zat makanan tidak hilang.	Makanan susah hendak dicernakan
	Rasanya sedap dan dapat menambahkan selera.	Memerlukan jagaan yang rapi.
	Zat makanan tidak hilang.	Memerlukan jagaan yang rapi.
	Kandungan makanan dan rasanya tidak berubah	Mengambil masa yang panjang
	Cara yang mudah dan tidak perlu dijaga semasa memasak	Zat makanan akan hilang dengan kadar yang lebih
	Tidak memerlukan masa yang panjang	Sesuai untuk beberapa jenis makanan sahaja
	Tidak perlu diawasi dengan kerap.	Mengambil masa yang panjang.
	Menggunakan api perlahan	Mengambil masa yang panjang.

LIVEWORKSHEETS