

四川科技职业学院

教 案

(2023 年 秋季 学期)

课程名称 (全称) : 中餐烹调实训 I

课 程 代 码 :

课程计划总学时 : 64 本学期学时 : 64

所 属 学 院 : 星厨国际烹饪与
酒店管理学院 教研室 : 烹饪实训室

任 课 教 师 : 沈旭

制 订 日 期 : 2023 年 12 月 1 日

四川科技职业学院教务处 制


2022 年 12 月 1 日


《中餐烹调实训 I》课程教案

一、教学基本信息			
课程名称	中餐烹调实训 I		
教学班级	2022 级烹饪工艺与营养	教师	沈旭
教学内容	粉蒸牛肉	学时	4 学时
二、教学分析			
教材分析	<p>本课程是一门以操作为主的理论与实践一体化的课程，注重学生操作技能的培养。所选教材为潘涛主编的《川菜制作技术标准化教程》（西南交通大学出版社，2020 年）。</p> <p>本节内容属于中式热菜制作部分中的蒸肉类菜肴，在中餐课程中属于重点课程。</p>		
学情分析	<p>授课对象为 22 级烹饪工艺与营养专业学生，有一定烹饪基础，掌握了基本烹饪技艺。</p> <p>优点：动手能力强、主动性较强，有较强的自主学习意识。因此在教学过程中，适合选用任务驱动、案例教学法和现场教学法。</p> <p>不足：对烹饪知识缺乏系统了解，缺乏对行业的认知。</p>		
三、教学目标			
教学目标	知识目标： 1. 掌握蒸肉类菜肴烹制原理与方法； 2. 掌握家常味制作原理。		
	能力目标： 1.掌握处理牛肉的烹调方法，包括去腥、如何保持滑嫩口感等工艺； 2.掌握刀工、粉蒸、蒸制时间的把控。		
	素质目标： 1.培养学生团队协作精神； 2.培养学生烹饪食品安全、健康宣传及服务社会的意识； 3.培养学生分析问题、解决问题的能力；		
教学重点	1. 掌握主料与各种调味料之间的比列关系以及家常味型调味的把控； 2.粉蒸牛肉的制作工艺以及制作过程中的操作要领； 3.粉蒸的烹调方法，包括如何去腥膻味、如何保持牛肉软糯口感等。		
教学难点	1.掌握蒸制类菜肴在制作过程中的工艺流程； 2.烹饪过程中牛肉软糯的把控以及对于牛肉的选择。		
四、教学策略			
设计思路	同学们课前对家常味型和原材料牛肉的特点进行查阅，分析市面上以牛肉为原料的具体菜品，对比不同工艺，找到创新点对菜品进行设计。		

课程思政	<p>爱岗敬业、尽职尽责。</p> <p>1、对于餐饮工作者我们要做好本职工作，敬业到位彻底，责任不容推卸。2、忠诚：企业和员工生存基石 3、进取：工作积极主动 4、高效：提升工作价值、执行力。</p>
教学方法	<p>理实一体化教学，让学生不仅掌握粉蒸肉的制作，并且会品尝、会评价。</p> <p>根据学生特点和实际情况灵活采用多种教学方法，包括案例分析、任务驱动法、项目教学法、讲授法、体验式、交互式和指导教学等。</p>
教学流程	<p>典型案例剖析→教师理论讲解→教师演示→学生分组实操→教师点评→总结</p>

时间 安排	教学内容	教学方法与要求
导入 (5~7 分钟)	<p>【课程导入】</p> <p>通过四川地区经典家常菜，肉片与大米粉、郫县豆瓣、豆腐乳汁、刀口花椒等调味品拌和后蒸制而成的菜品进行导入。</p>	案例教学法+学生讨论
理论讲解 (20 分钟)	<p>1、菜品讲解</p> <p>(1) 讲述主料牛肉的特性</p> <p>(2) 做出的菜品达到色泽棕红、肉质软糯、麻辣咸鲜、味道浓厚的特点。</p> <p>(3) “粉蒸肉”的工艺流程</p> <p>2、板书设计</p> <p>包括该菜肴的主料，辅料、调料以及工艺流程。</p> <p>主料：鲜牛里脊肉</p> <p>辅料：红苕（土豆）</p> <p>调料：大米米粉 姜末 刀口花椒 郫县豆瓣 盐 味精 白糖 酱油 料酒 豆腐乳汁 醪糟汁 鲜汤 色拉油</p> <p>味型：家常味</p> <p>工艺流程：</p> <p>(1) 原料清洗整理符合要求。</p> <p>(2) 鲜牛里脊肉切成 10cm 长、0.3cm 厚的片。</p> <p>(3) 锅中留色拉油，烧制三成油温，下郫县豆瓣炒香制成油酥豆瓣。</p> <p>(4) 肉片加盐、酱油、料酒、油酥豆瓣、刀口花椒、醪糟汁、姜末、白糖、大米粉等调味品拌至均匀，静置 5min 备用。</p> <p>(5) 肉片摆入蒸碗内呈“一封书”红薯放入拌肉容器中加盐、大米粉、鲜汤拌匀，装入肉片上。</p> <p>(6) 将定好碗的肉片入蒸笼用大火蒸制软熟，然后再翻扣入盘即可。</p> <p>3、操作要点讲解</p> <p>对该菜肴制作过程容易出现的问题进行讲解，避免学生在操作过程中出现类似错误。</p> <p>(1) 刀工时肉片大小、厚薄均匀。</p> <p>(2) 牛肉选用新鲜牛里脊、不宜</p>	理论讲授+启发教学法

	<p>选用过细的米粉。</p> <p>(3)掌握好鲜汤与米粉的使用量、酱油、郫县豆瓣的用量。</p> <p>(4)旺火长时间蒸制，要随时观察蒸笼锅中的水、避免干锅而影响成菜风味。</p>	
教师演示 (20 分钟)	<p>1、菜品演示</p> <p>从原料切配、鲜牛肉码味处理、粉蒸米粉处理等方面进行讲解演示。</p>  <p>2、成品展示、品尝</p> <p>学生对教师所烹饪菜品进行品尝，做到心中有数。</p>	教师演示法 学生观摩
学生分组实操 (90 分钟)	<p>1、食材领取</p> <p>学生分组领取原料</p> <p>2、原料初加工</p> <p>对原料进行初步刀工处理、切配等。【要点】切配过程中注意台面卫生和主辅料规格的搭配以及搭配比列。</p> <p>3、教师初步点评</p> <p>切配好后，老师进行台面卫生的检查以及对切配规格的检查并点评。</p> <p>4、学生烹饪实操</p> <p>分组实操，老师途中巡视做菜过程。</p>	项目驱动法+分组实操+教师现场指导
教师点评 (25 分钟)	<p>1、分组点评</p> <p>学生制作完成后，老师根据考评标准（包括烹饪时长、台面卫生、切配、烹饪过程中操作、成品摆盘、口感等）对学生作品分组点评。</p> <p>(1) 品尝学生菜品</p> <p>(2) 分组打分并点评</p>	项目驱动+启发教学法

	2、菜品复盘 教师对学生操作过程中出现的问题进行复盘并纠正。	
总结 (15 分钟)	【课程总结】 1. 总结原料处理及烹饪过程中出现的问题并告知解决方法。 2. 实操过程中出现的技术性问题以及后续修正方法。 3. 提问。回顾本节课程需要掌握的烹饪技法以及菜品技术要点。 	讲授法+启发教学法
卫生清理 (3~5 分钟)	分组打扫工位，检查物品是否归位，卫生是否打扫干净。	启发教学法
课后作业		
实训报告撰写。		
教学反思		
通过成品的品尝，在大米粉使用量的处理上，以及刀工处理部分同学的操作不到位。因此，烹饪技能（刀工、火候等）的提升需要大量实践操作，且学生水平有差异，通过课堂学习和实践远远还达不到技术精通的地步，需要进行大量练习。		
改进措施	在课堂教学中，应发挥好引导者的角色，通过大量知识查阅搜集，提高同学们对于粉蒸类菜品的一些创新。 并充分利用校内校外实践教学基地的作用，创造更多展示机会，与行业前辈多交流学习。同时加强刀工与调味方面的练习，提高同学们烹饪实操技术。	

