外食業 技能測定 試験対策【飲食物調理】

3.下処理に関する知識

(1)下処理の目的

→調理をするための_____。

＊下処理の順番

①必要な量を計算して、必要な原材料を持って来る。

②洗浄する。　…原材料のドロ・汚れ・細菌・異物を取り除く。

③切る。　…調理するための形に切ったり、皮をむいたりする。

④下味をつける。…調味料に漬け込む。

＊注意すること

①細菌を増やさない。

ア.　冷蔵庫から出した原材料は、すぐ下処理をする。

イ.　冷凍品の解凍は、「_____解凍」や「_____解凍」がいい。

②二次汚染しない。

ウ.　用途別に決められた作業台を使う。

用途別の調理器具を使う。

→できないとき、使った後の作業台や調理器具を、『　　』・『　　』する

③加熱(かねつ)したあとの食品(しょくひん)を汚染(おせん)しない。

エ.　下処理(したしょり)と盛(も)り付(つ)けは同(おな)じ場所(ばしょ)でしない。

オ.　同(おな)じ人(ひと)が、同(おな)じときに、下処理(したしょり)・調理(ちょうり)・盛(も)り付(つ)けをしない。

(2)野菜の下処理

＊野菜の切り方

小口切り	・細長い野菜をまっすぐ、(あつく ・ うすく)切る。
斜め切り	・細長い野菜を＿＿＿＿＿＿に切る。 ・切り口が(大きく ・ 小さく)なる。
乱切り	・一定の(同じくらい ・ ちがう)大きさで、 不特定の形に切る。
ささがき	・笹の葉のように(あつく ・ うすく)切る。
輪切り	・切り口が＿＿＿＿＿＿＿＿になるように、一定の大きさで切る。
半月切り	・輪切りにしたものを、＿＿＿＿＿＿＿＿にする。
いちょう切り	・半月切りを、さらに半分にする。
色紙切り	・＿＿＿＿cmくらいの四角に切る。
短冊切り	・＿＿＿＿cm～＿＿＿＿cmの長さで、1cmの厚さに切る。
拍子木切り	・4～5cmの長さで、1cm角の棒状に切る。
千切り	・＿＿＿＿＿＿＿＿に細く切る。
しらが	・ごく細く切った千切り。
かつらむき	・皮を(あつく ・ うすく)むく。
みじん切り	・細かくきざむ。
サイの目切り	・1cmの立方体に切る。
あられ切り	・「サイの目」より小さく、「みじん切り」より大きく切る。

＊かっぺん

→野菜(やさい)を切(き)った後(あと)に、切(き)り口(くち)が＿＿＿＿＿＿＿＿すること。

…野菜(やさい)の中(なか)と酸素(さんそ)が反応(はんのう)するから。

＊かっぺんを防止(ぼうし)する方法(ほうほう)

① 水(みず)につける　　ex:さつまいも、じゃがいも、なす

② 食塩水(しょくえんすい)につける　　ex:りんご、なし

③ 酢水(すみず)につける　　ex:ごぼう、れんこん

(3)魚介類の下処理

＊魚の代表的なさばき方（三枚おろし）　・・・刺身を作るときによく使う。

①魚の頭と内臓を取り除く。

②中骨に沿って、包丁で「右身」「左身」「中骨」の３つに切る。

＊加工された魚の名称

・飲食店では、加工された魚を使うことが多い。

・「水産加工会社」が加工する。

・どのくらい加工されたかで、名称が変わる。

① ラウンド　・・・加工していない状態。＝ _____

② セミドレス　・・・内臓のみを取り除いた状態。

③ ドレス　・・・頭、えら、内臓を取り除いた状態。

④ フィーレ　・・・ドレスから、中骨、ひれ、おひれを取り除いた状態。

※水産加工会社によって、名称や状態がちがうときがある。