

餐飲業 《能力標準說明》 能力單元

「出品部專業技能」職能範疇

名稱	烹調一般水煮菜餚
編號	108386L1
應用範圍	這個能力單元適用於所有餐飲業中從事食物出品的從業員。這個能力單元集中於烹調一般水煮菜餚的能力。
級別	1
學分	2
能力	<p>表現要求</p> <p>1. 烹調一般水煮菜餚的所需知識</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 認識可用作水煮的液體種類： <ul style="list-style-type: none"> ○ 水 ○ 上湯（新鮮、現成） ○ 牛奶 ○ 酒 ● 基本認識水煮時的溫度控制，即160–180 °F (71–82 °C) ● 認識兩種不同的水煮方法： <ul style="list-style-type: none"> ○ 淺水煮 ○ 深水煮 ● 基本認識熟煮、水煮及燉之間的分別 ● 對職業安全健康有基本認識 <p>2. 烹調一般水煮菜餚</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 根據要烹煮的食物，判斷用淺還是深水煮。例如： <ul style="list-style-type: none"> ○ 淺水煮：適用於無骨、天然嫩滑、單人份量、切片或切塊的肉、蔬菜、家禽或魚 ○ 深水煮：適用於大型或整隻的家禽、肉、魚塊或海鮮 ● 掌握菜餚的要求，選擇適合用作水煮的液體，例如：酒、肉湯、水及牛奶 ● 把液體加熱至160–180 °F (71–82 °C)，然後按菜餚要求加入調味材料 ● 把食物加進水煮的液體中，控制溫度，直至煮好食物 ● 煮好食物後，把食物從水煮的液體中取出，並按菜餚的要求上碟 <p>3. 展示專業能力</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 遵循組織或廚房的規則，保持器具及環境的清潔 ● 尊重食物、材料、同事及客人
評核指引	<p>此能力單元的綜合成效要求為：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 因應食物的種類，選擇合適的液體來水煮菜餚 ● 控制用來水煮食物的液體的溫度，以烹調出菜餚所需的質感
備註	