

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	烹調一般烘製菜餚
編號	108394L1
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利用現代化焗爐烘製菜餚的能力。
級別	1
學分	2
能力	<p>表現要求</p> <p>1. 烹調一般烘製菜餚的所需知識</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 對焗製有基本認識，並了解其與烘製的分別 ● 基本認識不同的烘製方法，例如： <ul style="list-style-type: none"> ○ 高熱烘製 ○ 慢慢及穩定的烘製 ○ 不同熱力組合的烘製 ○ 蔬菜烘製 ● 基本認識影響烘製的不同變數，例如： <ul style="list-style-type: none"> ○ 食物類型 ○ 重量 ○ 盤（器具） ○ 焗爐的準確度 ○ 開啟焗爐門的次數 ● 基本認識不同的烘製食品，其內部的適當溫度。 ● 例如：當移離焗爐時 <ul style="list-style-type: none"> ○ 烘牛內：120°F – 150°F從一分熟（rare）至七分熟（medium well-done） ○ 全雞：160°F – 165°F ○ 全火雞：150°F – 170°F ● 基本認識在烘製過程中保持食物濕潤的不同技巧，例如： <ul style="list-style-type: none"> ○ 把豬油加進食物中（larding） ○ 用油脂包裹食物（barding） ○ 浸鹽水（brining） ○ 重複塗抹汁液（basting） ● 對廚房的職業安全健康有基本認識，包括火警危險 <p>2. 烹調一般烘製菜餚</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 預備烘製，包括 <ul style="list-style-type: none"> ○ 根據烘製菜餚的食譜要求，辨認及選取所需的材料 ○ 根據食物的大小預熱焗爐 ○ 準備及清潔器具，包括： <ul style="list-style-type: none"> ▪ 烤盤 ▪ 溫度計 ▪ 烤架或烘製過程中用來懸起食物的工具

餐飲業 《能力標準說明》 能力單元

「出品部專業技能」職能範疇

	<ul style="list-style-type: none">預備要烘製的食物（肉及/或蔬菜），包括利用合適的方法令食物在烘製過程中保持濕潤用油輕輕塗抹食物，用鹽、胡椒及合適的調味品為食物調味把食物放在架上或烤盤/碟中的托架上，以便在烘製過程中，熱力能在食物四周循環，令食物的表面能均勻地變成褐色在烘製過程中，檢查食物的內部溫度。不同的食物，按其重量，需要不同的烘製時間烘製至食譜的要求時，把食物取出放在碟上。用錫紙輕輕蓋著食物，待10-20分鐘才上菜根據機構的程序，清潔及存放所有器具 <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	此能力單元的綜合成效要求為： <ul style="list-style-type: none">根據食譜的要求，準備食物、材料及焗爐根據食譜的要求，選用正確的方法保持烘製食物濕潤監察烘製食物的內部溫度，確保食物根據食譜要求烘製
備註	