

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	進行調味和醃製方法
編號	108404L1
應用範圍	這個能力單元適用於出品部工作的從業員。了解使用甚麼調味料，以及了解醃製不同食物所需的時間是調味過程的關鍵。這個能力單元關注在菜餚製作的開始階段，使用不同調味料醃製食物以提升食物味道的能力。
級別	1
學分	1
能力	<p>表現要求</p> <p>1. 進行調味及醃製的所需知識</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 基本認識醃製的原理 ● 認識醃料的基本成分，包括油、酸性材料及一般調味料 ● 基本認識醃製不同類型食物的技巧，包括： <ul style="list-style-type: none"> ○ 醃製牛肉、豬肉及家禽 ○ 醃製魚及海鮮 ○ 醃製蔬菜及水果 ● 認識醃製的注意事項，包括： <ul style="list-style-type: none"> ■ 包含一種酸性成分，使肉更嫩，並有助調味料的味道更深入滲透進食物中 ■ 在醃料中使用高煙點的油，特別是在醃製用作烤煮及烘煮的食物時 ■ 避免使用太多鹽 ■ 避免重複使用醃料 ■ 避免使用金屬容器進行醃製 ● 對廚房的職業安全健康有基本認識，包括火警危險 <p>2. 進行調味及醃製</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 了解醃料配方的要求 ● 取得醃料配方所需的油、酸性材料（醋及檸檬汁等）及調味料 ● 清洗肉、魚、蔬菜及水果，並把材料切成食譜所需的大小，以及準備食譜所需的材料 ● 混合醃料，例如： <ul style="list-style-type: none"> ○ 加入鹽、胡椒及其他調味料如洋蔥、青蔥、大蒜、香芹及百里香 ○ 加一點糖或蜜糖，增加調味的深度 ● 把醃料移到非金屬的鍋或膠碗中 ● 把肉、魚、蔬菜或水果放入醃料中，並把食物放進雪櫃，讓食物浸泡所需的時間，例如： <ul style="list-style-type: none"> ○ 蔬菜：15至30分鐘 ○ 魚及海鮮：15分鐘至1小時 ○ 家禽：30分鐘至3小時 ○ 肉（牛肉、豬肉及羊肉等）：30分鐘至一晚 ● 使用醃好的食物烹調所需的菜餚。醃料可以用作菜餚的醬汁，但必須先根據食物安全標準把醃料煮沸，以殺死其中的細菌 ● 根據組織的程序清洗、清潔及存放器具

餐飲業 《能力標準說明》 能力單元

「出品部專業技能」職能範疇

	<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">• 根據醃料配方選擇並量度正確份量的材料• 進行醃製時，遵循組織指定的程序• 根據食譜要求控制適當的時間醃製食物
備註	