

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	烹調一般貝類菜餚
編號	109649L2
應用範圍	此能力單元適用於所有餐飲業中從事食物出品的從業員。貝類是放在我們餐桌上最美味、最健康的食物之一。然而，烹飪貝類可以很棘手，因為烹煮貝類需要把它們加熱至足以殺死其中的有害生物，但同時要避免加熱太久，令其肉質變硬（貝類可以在幾秒鐘內被煮熟）。此能力單元著眼於準備和烹調一般食譜中常見的新鮮貝類（甲殼類動物及軟體動物）的能力。
級別	2
學分	1
能力	表現要求 1. 烹調一般貝類菜餚的所需知識 ● 基本認識不同的貝類，例如： ○ 甲殼類 — 小海蝦、明蝦、龍蝦及螃蟹 ○ 軟體類 — 鮑魚、扇貝、蠔、青口、八爪魚及魷魚 ● 基本認識烹調不同貝類的適當方法，例如： ○ 蒸 ○ 白煮、在湯料 (court-bouillon) 中烹煮 ○ 燒烤、烤製、用烤板烤、烘烤等 ○ 炒、煎等 ○ 炸、用紙袋烘焗 (紙包料理 en papillotte) ● 基本認識清潔貝類的一般技巧，例如： ○ 把貝類浸在水中，讓貝類把沙子吐出 ○ 在水流下擦洗貝類的外殼，清除污垢或泥土 ○ 清除例如青口上的纖維線 (鬚鬚) ○ 如食譜需要，為小海蝦或明蝦去腸及剝殼 ● 基本認識如何選擇及檢查貝類的新鮮度，例如： ○ 丟棄外殼破爛的雙殼貝類 ○ 對於活的貝類，其殼應該閉合 ○ 輕敲打開的貝殼，貝殼應該會合起 ● 具有判斷烹煮不同貝類所需的準確時間的基本技能，例如： ○ 小海蝦的觸感會變得堅挺，且蝦肉會變成不透明 ○ 扇貝會變得堅挺，且通體變成不透明 ○ 全個蠔的肉會稍微變成不透明 ○ 龍蝦殼會從綠色或藍色變成猩紅色 ○ 蜆/青口的殼會打開 ● 對廚房的職業安全健康有基本認識，包括火警危險 2. 烹調一般貝類菜餚 ● 理解食譜 ● 選擇及準備貝類

餐飲業 《 能力標準說明 》 能力單元

「出品部專業技能」職能範疇

	○ 按食譜需要取得貝類 ○ 確定貝類的新鮮度 ○ 清潔貝類 ○ 使用適當的工具打開貝類動物及把貝類去殼（提取其中的肉），例如： ▪ 刀 ▪ 開蠔器 ▪ 用來剪掉硬殼的剪刀 ▪ 用來設定烹煮時間的計時器 ▪ 用來冰鎮貝類的冰浴 ● 準備其他所需的材料 ● 找出合適的烹調方法，並準備烹煮貝類所用的煮食器具 ● 根據食譜，連同其他材料烹煮貝類 ● 使用合適的技巧，檢查並確定貝類已正確煮熟但沒有過度烹煮，包括： ○ 時間控制 ○ 外觀（顏色轉變及貝殼張開等） ○ 觸感（肉的堅挺度及質感） ● 把貝類動物放在上菜碟上，加上飾菜，根據食譜要求呈現菜餚 3. 展示專業能力 ● 遵循組織或廚房的規則，保持器具及環境的清潔
評核指引	此能力單元的綜合成效要求為： (i)根據食譜的要求及在符合組織及衛生標準的情況下，選擇、準備及清潔貝類 (ii)選擇並運用正確的烹煮方法及使用正確的器具，烹調出達到一定水準、且符合食譜所要求的質感、味道及呈現方式的貝類菜餚 (iii)根據食譜的要求，判斷貝類是否已煮得恰到好處
備註	