

**CHẾ BIẾN THỨC ĂN HỌ ĐẬU BẰNG NHIỆT**  
**PHIẾU HƯỚNG DẪN HỌC SINH TỰ HỌC**

<b>NỘI DUNG</b>	<b>GHI CHÚ</b>
<b>Tên bài học/ chủ đề:</b>	<b>CHẾ BIẾN THỨC ĂN HỌ ĐẬU BẰNG NHIỆT</b>
<b>Khối lớp</b>	<b>Khối lớp 7</b>
<b>Hoạt động 1: Học sinh đọc tài liệu và thực hiện các yêu cầu.</b>	<p><b>I. Vật liệu và dụng cụ cần thiết</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Nguyên liệu: hạt đậu tương, đậu mè sống, ...</li><li>- Dụng cụ: chảo gang hoặc nồi hấp; bếp dầu, bếp điện, bếp ga, thiết bị nghiền nhỏ, rổ, rá, ...</li></ul> <p><b>II. Một số quy trình thực hành</b></p> <p><b>1. Rang hạt đậu tương</b></p> <p>Bước 1: Làm sạch hạt</p> <p>Bước 2: Rang, khuấy đảo liên tục</p> <p>Bước 3: Khi hạt chín vàng, mùi thơm tách vỏ hạt và nghiền.</p> <p><b>2. Hấp hạt đậu tương</b></p> <p>Bước 1: Làm sạch, ngâm hạt.</p> <p>Bước 2: Vớt ra rổ ráo nước</p> <p>Bước 3: Hấp chín trong hơi nước, hạt chín tới, nguyên hạt, không bị nát.</p> <p><b>3. Nấu, luộc hạt đậu mè</b></p> <p>Bước 1: Làm sạch vỏ quả.</p> <p>Bước 2: Cho hạt vào nồi luộc ngập nước, khi sôi bỏ vung</p> <p>Bước 3: Hạt chín bỏ nước luộc.</p>
<b>Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.</b>	<p><b><u>Dẫn dò:</u></b></p> <p>Học bài 39</p> <p>Trả lời câu hỏi SGK</p> <p>Xem trước bài 44</p>