



Modul

4

HIDANGAN

ASAS



Standard Kandungan:

Dalam modul ini, anda belajar tentang:

- 4.1 Hidangan Minuman
- 4.2 Hidangan Bijirin dan Hasil Bijirin
- 4.3 Hidangan Kuih Tempatan
- 4.4 Hidangan Pastri
- 4.5 Hidangan Roti
- 4.6 Hidangan Biskut
- 4.7 Kek dan Hiasan Kek
- 4.8 Hidangan Snek



KATA KUNCI

- Bahan Asas
- Resipi Standard
- Kriteria Penilaian
- Penyediaan Bahan
- Resipi Baharu
- Nilai Tambah

Tahukah Anda?

Dalam perkhidmatan makanan, cef perlu mengetahui setiap hidangan asas. Hidangan asas ini merangkumi hidangan minuman, hidangan kuih tempatan, hidangan pastri, hidangan biskut dan lain-lain lagi. Pengetahuan yang luas dapat menghasilkan resipi baharu. Oleh itu, cef seharusnya mengambil inisiatif untuk melakukan pembaharuan pada makanan dan meningkatkan kualiti makanan.

Minuman merujuk kepada sesuatu cecair yang boleh diminum. Keperluan air bergantung kepada umur, saiz tubuh dan aktiviti seseorang. Keperluan air harian secara purata ialah sebanyak dua atau tiga liter sehari.

4.1.1 Definisi Minuman

Standard Pembelajaran: Menyatakan definisi minuman.

Air merupakan komponen utama dalam badan manusia. Air membantu mengawal atur suhu badan, membawa nutrien dan bahan buangan dalam badan serta mengekalkan jumlah darah. Air minuman boleh diperoleh sama ada dalam bentuk air kosong, jus buah atau sup.

Minuman didefinisikan sebagai cecair yang boleh diminum, menghilangkan dahaga, menyegarkan tubuh badan, membantu pertumbuhan fizikal dan mental serta melancarkan sistem perkumuhan tubuh.

4.1.2 Kategori Minuman

Standard Pembelajaran: Menjelaskan kategori minuman.

- | | |
|-------------------------|---------------------------|
| i. Minuman panas | iv. Minuman tanpa alkohol |
| ii. Minuman sejuk | v. Minuman berkarbonat |
| iii. Minuman beralkohol | |

1. Minuman Panas

Berikut ialah maklumat penting tentang minuman panas:

- Minuman panas ialah minuman yang dihidangkan panas dengan menggunakan peralatan menghidang yang sesuai.
- Minuman panas kebiasaannya disaji pada akhir hidangan iaitu selepas tetamu menikmati desert. Ini khusus bagi menu *table d'hote*.
- Peralatan yang digunakan untuk minuman panas ialah cawan dan piring, teko, mangkuk gula, jag susu dan sudu teh atau kopi. Pemilihan peralatan tersebut bergantung pada kemampuan premis itu dari segi harga, rupa dan corak.
- Hiasan bagi minuman panas adalah pelbagai dan mengikut kesesuaian jenis minuman.
- Berikut ialah contoh minuman panas:
 - Minuman berkhasiat seperti susu, koko dan minuman bijirin.
 - Minuman merangsang seperti kopi dan teh.



i. Minuman Berkhasiat

Minuman berkhasiat ialah minuman yang mengandungi nutrien seperti protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan garam mineral yang diperlukan oleh tubuh badan untuk kesihatan.

Jenis minuman:

Susu



KOD QR

Jenis-jenis
Hidangan Minuman



Jenis susu adalah seperti berikut:

- ✧ Susu segar
- ✧ Susu cair
- ✧ Susu pekat
- ✧ Susu tepung

Catatan

Semua jenis susu ini boleh dicampurkan dalam minuman.

Nota: Untuk bancuhan susu tepung, masukkan 2 sudu besar susu ke dalam 500 ml air masak yang telah disejukkan. Kacau dengan garpu supaya tidak bergentel.

Koko



Diperoleh daripada biji koko yang diproses sehingga menjadi serbuk halus.

Catatan

Serbuk koko dibancuh dengan susu dan dimasak untuk menghasilkan rasa yang sedap.

Minuman bijirin



Jenis minuman bijirin adalah seperti berikut:

- ✧ Koko
- ✧ Oat
- ✧ Gandum

Catatan

Campuran daripada sumber bahan bijirin serta bahan tambahan seperti madu dan buah-buahan.

ii. Minuman Merangsang

Teh, kopi dan koko merupakan minuman yang merangsangkan badan kerana minuman ini mengandungi bahan perangsang seperti kafein. Di Malaysia, kopi dan teh diminum oleh pelbagai lapisan masyarakat. Minuman ini diminum tidak kira masa, sama ada pagi semasa sarapan, waktu tengah hari semasa makan tengah hari, ataupun waktu malam semasa makan malam, atau minum lewat malam. Selain itu, minuman ini juga diminum pada waktu petang sambil menikmati makanan ringan seperti kuih atau biskut. Minuman kopi dan teh mengandungi kafein dan tanin. Minuman ini tidak mengandungi nutrien kecuali jika dihidangkan bersama susu dan gula.

Kopi

- ✧ Didapati daripada bijian kopi yang dikupas, dipanggang dan dikisar halus atau kasar. Kopi boleh dibeli sama ada dalam bentuk yang telah dikisar atau biji kopi.
- ✧ Gunakan kopi yang baharu untuk mendapatkan hasil dan rasa yang sedap.
- ✧ Air mendidih perlu digunakan semasa membancuh serbuk kopi dan biarkan kopi seduh untuk mengeluarkan rasa kopi.
- ✧ Kopi perlu dihidangkan segera.
- ✧ Kopi tidak boleh dibiarkan lama atau dipanaskan semula kerana kopi akan memberikan rasa pahit.
- ✧ Kopi juga boleh dibancuh menggunakan *coffee maker* tetapi pastikan jenis kopi yang dipilih hendaklah sesuai dengan alat tersebut.



Foto 4.1 Biji Kopi

Teh

- ✧ Teh ialah sejenis minuman beraroma yang disediakan dengan merendam daun daripada pokok *Camellia Sinensis*.
- ✧ Teh digemari kerana kesegaran dan rasa kelat pahit apabila meminumnya.
- ✧ Teh boleh diminum dengan mencampurkan perisa sama ada gula, krim, susu, atau bersama-sama hirisan lemon.
- ✧ Gunakan daun teh yang bermutu untuk menghasilkan minuman teh yang sedap.
- ✧ Air panas mendidih digunakan untuk mengembangkan daun teh. Jika air tidak mendidih digunakan, daun teh akan terapung-apung dan rasa teh akan menjadi hambar.
- ✧ Elakkan daripada membiarkan daun teh seduh terlalu lama kerana tanin akan mengeluarkan rasa pahit pada minuman itu.



Foto 4.2 Teh



KIOS Info

Dari segi kesihatan, individu yang mengambil kopi secara berlebihan boleh menimbulkan simptom keresahan dan kebimbangan. Hal ini kerana kesan daripada kafein dan *diterpene* yang tinggi.

2. Minuman Sejuk

Berikut ialah maklumat penting tentang minuman sejuk:

- a. Minuman sejuk ialah minuman yang dihidangkan bersama ketulan ais atau disejukkan di dalam peti sejuk.
- b. Minuman sejuk dihias dengan pelbagai jenis hiasan mengikut jenis minuman yang dihidang seperti buah-buahan, daun pudina, hiasan daripada sayur-sayuran, straw yang berwarna-warni, payung kecil dan lain-lain. Faktor penting apabila memilih hiasan ialah warna, rasa, kreativiti, dan imaginasi semasa penyediaan minuman tersebut.
- c. Minuman sejuk terbahagi kepada dua jenis iaitu:
 - i. Minuman berkhasiat seperti soya dan *milk shake*.
 - ii. Minuman menyegarkan seperti jus buah-buahan atau sayur-sayuran.



Foto 4.3 Strawberry Milk Shake

Minuman berkhasiat

- * Minuman ini disediakan daripada bahan yang mengandungi nutrien yang lengkap seperti protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan garam mineral. Contoh bahan seperti susu, krim, aiskrim, dan coklat.
- * Contoh minuman berkhasiat adalah seperti *eggnog*, *milk shake*, ais kacang soya, dan jus buah-buahan bersusu.

Minuman menyegarkan

- * Minuman menyegarkan ialah sejenis minuman yang dihasilkan daripada buah-buahan atau sayur-sayuran yang dapat menyegarkan badan ketika dahaga.
- * Gunakan buah-buahan dan sayur-sayuran yang segar untuk mendapatkan jusnya supaya rasanya berkualiti.
- * Jika menggunakan lebih daripada satu jenis buah-buahan, pastikan terdapat satu jenis buah yang memberikan rasa tajam seperti buah-buahan sitrus.
- * Air sirap yang sejuk dicampurkan ke dalam jus untuk menambahkan rasa manis.
- * Sejukkan minuman di dalam peti sejuk atau hidangkan bersama dengan ketulan ais.
- * Minuman hendaklah dihias dengan menarik, misalnya dihidangkan di dalam gelas yang tinggi dan dihias dengan ceri, hirisan buah-buahan segar, daun pudina dan lain-lain.
- * Contoh minuman yang menyegarkan adalah seperti jus tembikai, jus oren, jus mangga, jus pegaga, dan jus lobak merah.



KIOS Info

Sirap panas akan memusnahkan vitamin C dalam jus. Minuman tidak perlu disediakan terlalu awal sebelum masa menghidang kerana akan kehilangan vitamin C.



Foto 4.4 Contoh minuman menyegarkan

3. Minuman Beralkohol

Minuman beralkohol ialah minuman yang mengandungi alkohol *ethyl* atau etanol ($\text{CH}_2\text{CH}_2\text{OH}$) sebagai ejen yang memabukkan hasil apabila yis menapai (terurai tanpa oksigen) gula dalam makanan berbeza. Contohnya, wain dibuat daripada gula yang terdapat dalam anggur, bir daripada gula dalam malt barli (sejenis bijirin), *cider* daripada gula dalam epal, *vodka* daripada gula dalam ubi kentang, ubi bit atau tumbuhan lain. Minuman beralkohol juga dihasilkan daripada penapaian gula yang terdapat dalam bahan lain seperti getah tumbuhan, ubi, madu, dan susu.

Contoh minuman beralkohol adalah seperti:

- Bir
- Wain
- Spirit
- Likur



Foto 4.5 Minuman Beralkohol



KIOS Info

- ✿ Minuman beralkohol adalah haram bagi penganut agama Islam.
- ✿ Pengambilan minuman beralkohol secara berlebihan boleh mengakibatkan mudarat kepada kesihatan.

4. Minuman tanpa alkohol

Minuman bebas alkohol yang juga dikenali sebagai minuman pengganti di mana versi minuman beralkohol disediakan tanpa menggunakan alkohol.

- Mocktail*
- Air mineral
- Minuman panas dan sejuk



Foto 4.6 Mocktail



Foto 4.7 Minuman Berkarbonat

5. Minuman Berkarbonat

Minuman berkarbonat ialah air biasa yang dimasukkan gas karbon dioksida untuk menjadikannya bergas. Selalunya, minuman ini terdapat dalam perisa asli atau perisa tambahan seperti sirap untuk memberi rasa sedap dan warna yang menarik. Minuman ini dihidangkan di dalam gelas, gelas berkaki atau gelas pesta, bergantung pada permintaan pelanggan dan kesesuaian. Minuman ini mengandungi kandungan gula yang tinggi dan sangat manis.

4.1.3 Merancang Menu Minuman

Standard Pembelajaran: Merancang menu minuman.

Lima langkah merancang menu hidangan berasaskan minuman.

1. Merancang menu hidangan minuman

2. Memilih resipi hidangan minuman

3. Menyenaraikan alatan dan bahan bagi penyediaan hidangan minuman

4. Membuat pengiraan kos hidangan minuman

5. Menyedia, memasak, menghias, dan menghidang minuman

Jenis Sajian	Jenis Minuman
Sarapan	Teh Tarik, Koko Panas, Kopi O, Jus Oren
Makan pagi	Teh O, Kopi Susu
Makan tengah hari	Kordial Sirap, Jus Tembikai, Jus Oren
Minum petang	Kopi Susu, Teh Tarik, Teh O
Makan malam	Kordial Oren, Kordial Sarsi
Makan lewat malam	Teh O, Kopi O

Untuk menyediakan menu hidangan minuman yang telah dirancang, pelaksanaan *mise en place* yang betul perlulah diberikan perhatian. *Mise en place* bagi penyediaan hidangan minuman adalah seperti berikut:

1. Kenal pasti resipi dan bahan yang diperlukan.
2. Sediakan bahan-bahan utama seperti dalam resipi bagi penyediaan minuman.
3. Timbang dan sukat bahan dengan tepat.
4. Susun bahan-bahan dalam bekas yang sesuai.
5. Sekiranya menggunakan air panas, pastikan air mendidih 100°C.



Standard Pembelajaran: Menentukan resipi standard minuman.
Melaksanakan *mise en place* mengikut perancangan menu.
Menghasilkan minuman berpandukan resipi standard.
Menilai hasil minuman mengikut kriteria penilaian.
Mencadangkan nilai tambah untuk minuman berpandukan penilaian.

Contoh 1: Resipi Standard Hidangan Minuman (Minuman Panas)

Minuman Kopi



4 Porsi



30 minit

Hidangan
Minuman

Bahan

80 g serbuk kopi
500 ml air panas
250 ml susu UHT panas
80 g gula halus

Peralatan Penyediaan

- * Sudu besar
- * Cerek elektrik
- * Jag penyukat
- * Penimbang digital

Peralatan Penyajian

- * Jag susu
- * Sudu teh
- * Teko kopi
- * Dulang layan
- * Mangkuk gula
- * Cawan dan piring

Langkah Kerja

1. Masak air sehingga mendidih.
2. Masukkan serbuk kopi ke dalam teko dan tuang air panas mendidih biarkan seketika.
3. Kacau kopi menggunakan sudu kemudian tapiskan air kopi ke dalam teko lain.
4. Hidangkan kopi dengan susu panas dan gula berasingan di atas dulang.



Borang Penilaian Kompetensi

Nama murid : _____
 No. Kad Pengenalan : _____
 Tingkatan : _____
 Tarikh : _____
 Modul : _____
 Tugas : _____

Kriteria	Pencapaian Kompetensi	Penilaian		Catatan
		Kompeten	Belum Kompetensi	
Mise en place	1. Memilih alatan mengikut resipi.			
	2. Memilih dan menyediakan bahan dengan kuantiti yang betul.			
Proses	1. Memasak air sehingga mendidih.			
	2. Membancuh kopi dengan cara yang betul.			
	3. Menapis air kopi sebelum dihidangkan.			
Hasil	1. Warna yang menarik.			
	2. Rasa yang sedap.			
	3. Tekstur yang betul.			
	4. Porsi yang mencukupi.			
	5. Hiasan yang menarik.			
Keselamatan dan Sanitasi	1. Mengamalkan langkah keselamatan.			
	2. Mengamalkan kebersihan diri.			
	3. Mengamalkan kebersihan tempat kerja dengan baik.			

Cadangan Penambahbaikan

--

Keputusan Penilaian	Kompeten	Belum Kompetensi	
Nama Guru		Tandatangan:	Tarikh:
Disahkan oleh		Tandatangan:	Tarikh:

Contoh 2: Resipi Standard Hidangan Minuman (Minuman Sejuk)

Banana Milk Shake



4 Porsi



45 Minit



Hidangan
Minuman

Peralatan Penyediaan

- ✧ Pisau *chef*
- ✧ Pengisar buah
- ✧ Papan pemotong
- ✧ Penimbang digital

Peralatan Penyajian

- ✧ Gelas

Bahan

- 6 biji pisang berangan
- 500 ml susu UHT
- 50 g gula pasir
- 10 ml esen vanila
- 10 ml pewarna kuning

Hiasan:

- Hirisan pisang

Langkah Kerja

1. Kupas pisang, hiris bulat dan masukkan ke dalam pengisar buah.
2. Campurkan susu UHT, gula pasir, esen vanila, dan pewarna kuning.
3. Kisar sehingga halus.
4. Masukkan ke dalam gelas dan hias dengan potongan pisang.



Borang Penilaian Kompetensi

Nama murid : _____
 No. Kad Pengenalan : _____
 Tingkatan : _____
 Tarikh : _____
 Modul : _____
 Tugas : _____

Kriteria	Pencapaian Kompetensi	Penilaian		Catatan
		Kompeten	Belum Kompetensi	
Mise en place	1. Memilih alatan mengikut resipi.			
	2. Memilih dan menyediakan bahan dengan kuantiti yang betul.			
Proses	1. Mengupas kulit pisang.			
	2. Mengisar menggunakan pengisar buah dengan betul.			
Hasil	1. Warna yang menarik.			
	2. Rasa yang sedap.			
	3. Tekstur yang betul.			
	4. Porsi yang mencukupi.			
	5. Hiasan yang menarik.			
Keselamatan dan Sanitasi	1. Mengamalkan langkah keselamatan.			
	2. Mengamalkan kebersihan diri.			
	3. Mengamalkan kebersihan tempat kerja dengan baik.			
Cadangan Penambahbaikan				
Keputusan Penilaian	Kompeten		Belum Kompetensi	
Nama Guru			Tandatangan:	Tarikh:
Disahkan oleh			Tandatangan:	Tarikh:

Standard Pembelajaran: Mencipta resipi standard baharu bagi hidangan minuman.

Contoh Resipi Baharu Hidangan Minuman

Mocktail Pussyfoot



4 Porsi



30 minit



Hidangan
Minuman

Bahan

- 200 ml jus oren
- 100 ml jus lemon
- 100 ml jus limau nipis
- 50 ml sirap ros
- 100 ml air ais krim soda

Hiasan:

Hirisan oren

Peralatan Penyediaan

- * Penapis teh
- * Jag penyukat
- * Penimbang digital
- * Shaker

Peralatan Penyajian

- * Gelas koktel

Langkah Kerja

1. Masukkan semua bahan kecuali air ais krim soda ke dalam penggoncang minuman, goncang sehingga semua bahan sebatu.
2. Tapis. Tuangkan ke dalam gelas, tuangkan sedikit soda.
3. Hias dengan hirisan limau.
4. Tambahkan kiub ais jika perlu.



KOD QR

Contoh resipi baharu
hidangan minuman
(Mocktail)



Reka Cipta Resipi Berasaskan Hidangan Minuman

Langkah 1 Menamakan resipi

Langkah 2 Penyediaan bahan kering, bahan basah dan peralatan

Bahan Kering	Bahan Basah	Kuantiti	Peralatan

Langkah 3 Langkah penyediaan masakan

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Langkah 4 Menghias dan menghidang

Langkah 5 Penilaian

Aspek	Penilaian



TUGASAN 4.1

Jawab soalan yang berikut.

1. Apakah maksud minuman yang menyegarkan?
2. Nyatakan perbezaan antara minuman menyegarkan dengan minuman berkarbonat.
3. Berikan **dua** contoh minuman dalam setiap kategori minuman di bawah.

Minuman panas

Minuman sejuk

Minuman berkarbonat

4. Lukis dan labelkan kedudukan peralatan menghidang air kopi di dalam dulang.



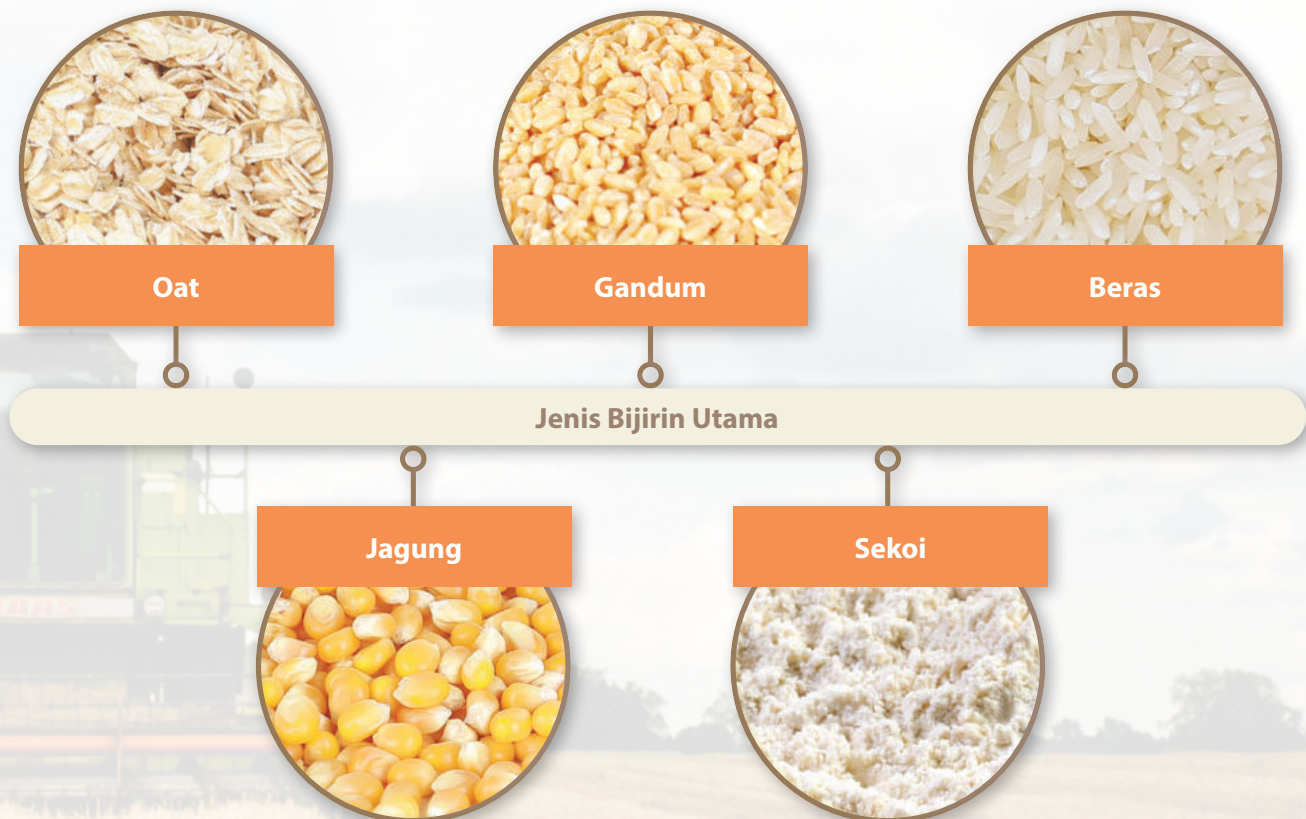
4.2

Hidangan Bijirin dan Hasil Bijirin

Bijirin adalah biji-bijian yang didapati daripada tumbuhan rerumput yang boleh dimakan. Bijirin mudah ditanam, boleh disimpan lama dan harganya murah. Bijirin membekalkan tenaga dan merupakan bahan utama dalam diet. Contoh bijirin adalah seperti gandum, beras, jagung, barli, dan oat.

4.2.1 Jenis Bijirin dan Hasil Bijirin

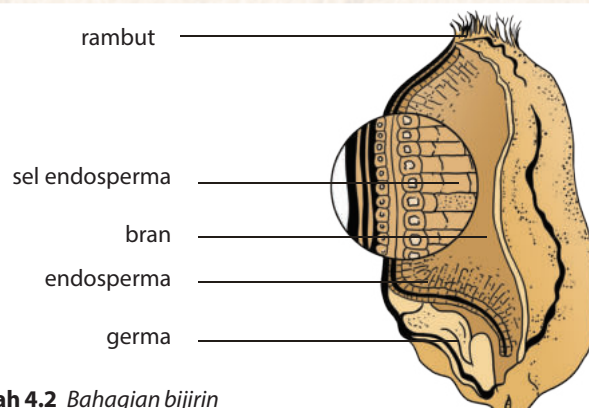
Standard Pembelajaran: Menerangkan jenis bijirin dan hasil bijirin.



Rajah 4.1 Jenis-jenis Bijirin Utama

4.2.2 Bahagian Utama Bijirin

Standard Pembelajaran: Menjelaskan bahagian utama bijirin.



Rajah 4.2 Bahagian bijirin



KOD QR

Penjelasan bahagian utama bijirin



4.2.3

Sumber Bahan Asas Bijirin dan Hasil Bijirin

Standard Pembelajaran: Mengelaskan sumber bahan asas bijirin dan hasil bijirin.
i. Beras ii. Gandum iii. Oat iv. Sekoi v. Jagung

1. Beras

- ✿ Tepung beras
- ✿ Mihn
- ✿ Kuetiau
- ✿ Laksa
- ✿ Suun



2. Gandum

- ✿ Tepung gandum
- ✿ Pasta
- ✿ Mi Kuning



3. Oat

- ✿ Bijirin oat
- ✿ Emping oat
- ✿ Oat segera



4. Sekoi

- ✿ Tepung sekoi



5. Jagung

- ✿ Tepung jagung



Rajah 4.3 Sumber bahan asas bijirin dan hasil bijirin

4.2.4 Menu Hidangan Berasaskan Bijirin dan Hasil Bijirin

Standard Pembelajaran: Merancang menu hidangan berasaskan bijirin dan hasil bijirin.

Bijirin	Hasil Bijirin	Contoh Hidangan
 <p>Beras</p>	Nasi	Nasi Goreng Kampung Nasi Ayam Nasi Beriani
	Mihun	Mihun Sup Mihun Goreng Laksa Sarawak
	Kuetiau	Char Kuetiau Kuetiau Ladna Kuetiau Sup
	Laksa	Laksa Utara Laksa Goreng
	Tepung beras	Kuih Lapis Kuih Apam Mekar Kuih Tepung Pelita
 <p>Gandum</p>	Pasta	Spageti Bolognaise Makaroni Bakar Laksa Johor
	Mi	Mi Goreng Mi Sup Mi Rebus
	Tepung gandum	Kuih Ketayap Kuih Seri Muka Donat

4.2.5 - 4.2.9 Resipi Standard Hidangan Berasaskan Bijirin dan Hasil Bijirin

Standard Pembelajaran: Menentukan resipi standard bagi hidangan berasaskan bijirin dan hasil bijirin.
Melaksanakan *mise en place* bagi penyediaan hidangan berasaskan bijirin dan hasil bijirin.
Menghasilkan hidangan berasaskan bijirin dan hasil bijirin.
Menilai hasil bijirin mengikut kriteria penilaian.
Mencadangkan nilai tambah untuk hidangan berasaskan bijirin dan hasil bijirin berpandukan penilaian.

Contoh 1: Resipi Standard Hidangan Berasaskan Bijirin dan Hasil Bijirin (Beras)

Kuetiau Goreng Udang



4 Porsi



35 Minit



Sajian Timur

Peralatan Penyediaan

- * Kualiti
- * Pisau
- * Sudip
- * Periuk
- * Landas cincang
- * Mangkuk adunan
- * Penimbang digital

Peralatan Penyajian

- * Sudu makan
- * Pinggan hidang

Bahan

- 300 g kuetiau
- 200 g udang (saiz sederhana)
- 100 g tauge
- 100 g daun kucai
- 50 ml minyak masak
- 3 ulas bawang putih (diketuk)
- 50 g cili kisar

Bahan Sos

- 50 g sos tiram
- 40 g kicap pekat
- 40 g kicap manis
- 15 g pati ikan bilis
- 5 g garam



Langkah-langkah Membuat Kuetiau Goreng Udang



1. Sediakan semua bahan-bahan yang diperlukan mengikut resipi.



2. Panaskan minyak dan tumis bawang putih dan udang.



3. Masukkan semua bahan sos kecuali garam. Masak sekejap.



4. Masukkan kuetiau dan goreng sehingga rata.



5. Masukkan tauge dan daun kucai. Gaul rata.



6. Gaul rata dan hidangkan.

Borang Penilaian Kompetensi

Nama murid : _____
 No. Kad Pengenalan : _____
 Tingkatan : _____
 Tarikh : _____
 Modul : _____
 Tugas : _____

Kriteria	Pencapaian Kompetensi	Penilaian		Catatan
		Kompeten	Belum Kompetensi	
Mise en place	1. Memilih alatan mengikut resipi.			
	2. Memilih dan menyediakan bahan dengan kuantiti yang betul.			
Proses	1. Menimbang bahan dengan betul.			
	2. Menumis bahan kasar sehingga garing.			
	3. Menggaul bahan dengan sehati.			
Hasil	1. Warna yang menarik.			
	2. Rasa yang sedap.			
	3. Tekstur yang betul.			
	4. Porsi yang mencukupi.			
	5. Hiasan yang menarik.			
Keselamatan dan Sanitasi	1. Mengamalkan langkah keselamatan.			
	2. Mengamalkan kebersihan diri.			
	3. Mengamalkan kebersihan tempat kerja dengan baik.			
Cadangan Penambahbaikan				
Keputusan Penilaian	Kompeten		Belum Kompetensi	
Nama Guru			Tandatangan:	Tarikh:
Disahkan oleh			Tandatangan:	Tarikh:

Contoh 2: Resipi Standard Hidangan Berasaskan Bijirin dan Hasil Bijirin (Gandum)

Spaghetti Ooglio e Olio

4 Porsi



35 Minit



Sajian Barat

Bahan

- 300 g spageti (rebus dan tuskan)
- 50 ml minyak zaitun
- 3 ulas bawang putih (dicincang)
- 1 biji bawang besar (dicincang)
- 8 ekor udang (saiz sederhana)
- 5 ekor sotong (saiz sederhana - dipotong bulat)
- 50 g lobak merah (potong *jullience*)
- 50 g lada benggala merah (potong memanjang)
- 50 g lada benggala hijau (potong memanjang)
- 10 g serbuk lada hitam

Peralatan Penyediaan

- * Kuali
- * Pisau
- * Sudip
- * Landas cincang
- * Mangkuk adunan
- * Penimbang digital

Peralatan Penyajian

- * Sudu makan
- * Garpu makan
- * Pinggan hidang



Langkah-langkah Membuat Spaghetti Ooglio e Olio

1.



Sediakan semua bahan-bahan yang diperlukan mengikut resipi.

2.



Panaskan minyak zaitun.

3.



Tumis bawang putih dan bawang besar sehingga garing.

4.



Masukkan udang dan sotong. Goreng sebentar.

5.



Masukkan lobak merah, lada benggala merah dan lada benggala hijau.

6.



Masukkan spageti, perasakan dengan garam dan lada hitam. Kacau sehingga sehati. Angkat dan hidangkan.

Borang Penilaian Kompetensi

Nama murid : _____
 No. Kad Pengenalan : _____
 Tingkatan : _____
 Tarikh : _____
 Modul : _____
 Tugas : _____

Kriteria	Pencapaian Kompetensi	Penilaian		Catatan
		Kompeten	Belum Kompeten	
Mise en place	1. Memilih alatan mengikut resipi.			
	2. Memilih dan menyediakan bahan dengan kuantiti yang betul.			
Proses	1. Menimbang bahan dengan betul.			
	2. Merebus spageti dengan betul.			
	3. Memotong sayur-sayuran, sotong dan udang dengan betul.			
	4. Menggaul bahan dengan sehati.			
Hasil	1. Warna yang menarik.			
	2. Rasa yang sedap.			
	3. Tekstur yang betul.			
	4. Porsi yang mencukupi.			
	5. Hiasan yang menarik.			
Keselamatan dan Sanitasi	1. Mengamalkan langkah keselamatan.			
	2. Mengamalkan kebersihan diri.			
	3. Mengamalkan kebersihan tempat kerja dengan baik.			

Cadangan Penambahbaikan

--	--	--	--	--

Keputusan Penilaian	Kompeten		Belum Kompeten	
Nama Guru			Tandatangan:	Tarikh:
Disahkan oleh			Tandatangan:	Tarikh:

Contoh 3: Resipi Standard Hidangan Berasaskan Bijirin dan Hasil Bijirin (Beras)

Nasi Minyak



4 Porsi



35 Minit



Sajian Timur

Peralatan Penyajian

- ✧ Senduk nasi
- ✧ Pinggan hidang / mangkuk nasi

Peralatan Penyediaan

- ✧ Pisau
- ✧ Senduk
- ✧ Papan pemotong
- ✧ Penimbang digital
- ✧ Periuk / periuk nasi elektrik

Bahan

- 280 g beras basmati (basuh dan tuskan)
- 325 ml air
- 125 ml susu cair
- 60 g bawang merah (dikisar)
- 10 g bawang putih (dikisar)
- 1 inci halia (dikisar)
- 3 cm kulit kayu manis
- 2 kuntum bunga lawang
- 4 biji buah pelaga
- 1 helai daun pandan (disimpul)
- 1 batang serai (diketuk)
- 30 g minyak sapi
- 5 g garam

Hiasan

- 80 g gajus (digoreng)
- 30 g bawang goreng
- 30 g kismis



Langkah-langkah Membuat Nasi Minyak

1.



Panaskan minyak sapi.

2.



Tumis kulit kayu manis, bunga lawang, buah pelaga, daun pandan dan serai.

3.



Masukkan bahan yang dikisar. Goreng sebentar sehingga garing.

4.



Masukkan susu cair dan air.

5.



Masukkan garam dan kacau rata.

6.



Masukkan adunan tadi ke dalam beras. Masak di atas api biasa atau periuk nasi sehingga masak.

Borang Penilaian Kompetensi

Nama murid : _____
 No. Kad Pengenalan : _____
 Tingkatan : _____
 Tarikh : _____
 Modul : _____
 Tugas : _____

Kriteria	Pencapaian Kompetensi	Penilaian		Catatan
		Kompeten	Belum Kompetensi	
Mise en place	1. Memilih alatan mengikut resipi.			
	2. Memilih dan menyediakan bahan dengan kuantiti yang betul.			
Proses	1. Menimbang bahan dengan betul.			
	2. Menumis bahan dengan betul.			
	3. Menggaul bahan dengan sehati.			
Hasil	1. Warna yang menarik.			
	2. Rasa yang sedap.			
	3. Tekstur yang betul.			
	4. Porsi yang mencukupi.			
	5. Hiasan yang menarik.			
Keselamatan dan Sanitasi	1. Mengamalkan langkah keselamatan.			
	2. Mengamalkan kebersihan diri.			
	3. Mengamalkan kebersihan tempat kerja dengan baik.			
Cadangan Penambahbaikan				
Keputusan Penilaian	Kompeten		Belum Kompetensi	
Nama Guru			Tandatangan:	Tarikh:
Disahkan oleh			Tandatangan:	Tarikh:



4.2.10 Reka Cipta Resipi Baharu Untuk Hidangan Berasaskan Bijirin

Standard Pembelajaran: Mencipta resipi baharu untuk hidangan berasaskan bijirin dan hasil bijirin.

Contoh Resipi Baharu Hidangan Berasaskan Bijirin dan Hasil Bijirin

Cucur Nasi Berudang



4 Porsi



35 Minit



Sajian Asia

Peralatan Penyajian

- * Pinggan hidang
- * Sudu makan
- * Garpu makan
- * Mangkuk sos

Bahan

- 500 g udang sederhana (buang kepala dan separuh kulit)
- 200 g nasi sejuk
- 250 ml air
- 200 g tepung gandum
- 2 biji bawang besar
- 1 biji cili merah (hiris halus)
- 50 g daun sup
- 50 g daun bawang
- 5 g garam
- 500 ml minyak masak (untuk menggoreng)

Peralatan Penyediaan

- * Kualiti
- * Pisau
- * Sudip
- * Periuk
- * Landas cincang
- * Mangkuk adunan
- * Penimbang digital

Langkah Kerja

1. Bersihkan udang. Buang kepala dan sedikit kulit bahagian kepala. Tinggalkan ekornya.
2. Kisar nasi dengan 100 ml air. Gaul nasi yang telah dikisar bersama bawang besar, cili merah, daun sup, dan daun bawang. Perasakan dengan garam. Gaul sebati seperti doh.
3. Balutkan udang dengan doh nasi tadi. Kepalkan padat.
4. Gaulkan tepung gandum bersama air sehingga menjadi bater sadur.
5. Panaskan minyak dalam kualiti untuk menggoreng.
6. Celupkan kepalan udang tadi ke dalam bater sadur secara menyeluruh. Tinggalkan sedikit bahagian ekor udang.
7. Goreng dalam minyak yang telah dipanaskan tadi sehingga masak. Tuskan.
8. Angkat dan hidangkan.

Nota: Boleh dihidang bersama sos cili, sos tomato atau sos thai.



Reka Cipta Resipi Berasaskan Hidangan Berasaskan Bijirin

Langkah 1 Menamakan resipi

Langkah 2 Penyediaan bahan kering, bahan basah dan peralatan

Bahan Kering	Bahan Basah	Kuantiti	Peralatan

Langkah 3 Langkah penyediaan masakan

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Langkah 4 Menghias dan menghidang

Langkah 5 Penilaian

Aspek	Penilaian




TUGASAN 4.2

Jawab soalan yang berikut.

1. Lengkapkan jadual di bawah.

Bijirin	Hasil bijirin	Contoh Masakan
Gandum	1. 2.	1. 2.
Beras	1. 2.	1. 2.
Jagung	1. 2.	1. 2.

2. Lukis keratan rentas bijirin dan labelkan.

4.3

Hidangan Kuih Tempatan

4.3.1 Kuih Tempatan

Standard Pembelajaran: Mengenal jenis kuih tempatan mengikut kategori manis dan savouri.

Kuih tempatan merupakan kuih-muih yang dihasilkan daripada bahan tempatan dan resipinya telah diturunkan dari generasi ke generasi. Kuih tempatan mencerminkan budaya penduduk sesebuah negara. Selain dihidangkan sebagai hidangan harian di rumah, kuih tempatan juga sering dihidangkan di majlis-majlis keraian, restoran, dan hotel.

Kuih tempatan dikategorikan kepada dua jenis, iaitu manis dan savouri. Kuih tempatan juga dapat dibahagikan kepada beberapa jenis berdasarkan bahan asas yang digunakan.

Kuih Tempatan Manis



Bua Melaka



Kuih Lapis



Kuih Rengas



Koleh Kacang

Kuih Tempatan Savouri



Cucur Badak



Pulut Panggang



Kuih Cara Berlauk



Kuih Talam Berlauk

4.3.2 Sumber Bahan Tempatan dalam Penyediaan Kuih Tempatan

Standard Pembelajaran: Menjelaskan sumber bahan tempatan dalam penyediaan kuih tempatan.

Kuih tempatan disediakan daripada hasil bahan mentah tempatan seperti tepung beras, tepung pulut, ubi keledak, beras pulut, kelapa, dan gula melaka. Pemilihan bahan yang berkualiti dapat menghasilkan kuih tempatan yang enak dan berkualiti.



Tepung Beras

Tepung beras terdiri daripada tepung beras basah dan tepung beras kering. Tepung beras basah biasanya disediakan secara tradisional di rumah. Tepung beras kering pula diproses secara komersial di kilang. Penggunaan tepung beras kering lebih popular kerana tepung ini mudah didapati di pasaran.



Tepung Pulut

Tepung pulut dihasilkan daripada beras pulut yang dikisar halus. Tepung pulut boleh didapati dalam dua jenis iaitu tepung pulut putih dan tepung pulut hitam.



Ubi

Ubi merupakan bahan yang banyak digunakan dalam penyediaan kuih tempatan sama ada jenis manis atau savouri. Jenis-jenis ubi seperti ubi kayu, ubi keledak dan ubi keladi boleh digunakan untuk membuat kuih tempatan. Bahan ini berkhasiat dan kaya dengan karbohidrat, vitamin dan garam mineral.



Beras Pulut

Beras pulut mempunyai kandungan kanji yang tinggi berbanding dengan beras biasa. Terdapat dua jenis beras pulut iaitu pulut hitam dan pulut putih. Beras pulut boleh digunakan untuk membuat kuih-muih manis dan savouri.



Kelapa

Kelapa merupakan antara bahan yang banyak digunakan dalam penyediaan kuih tempatan. Kelapa disediakan dalam dua bentuk sama ada santan atau kelapa parut untuk penyediaan kuih tempatan manis dan savouri. Santan pula boleh didapati dalam bentuk cecair dan serbuk. Kelapa parut digunakan sebagai salutan dan inti.



Gula Melaka

Gula melaka diperbuat daripada nira jambak kelapa muda. Nira ini dimasak sehingga pekat dan diproses sehingga menjadi gula melaka. Gula ini boleh didapati dalam bentuk silinder atau bulat berkeping-keping, mempunyai rasa yang kurang manis berbanding dengan gula pasir, berwarna perang tua, bertekstur halus, dan berbau harum.

4.3.3

Jenis Bater dalam Penyediaan Kuih Tempatan

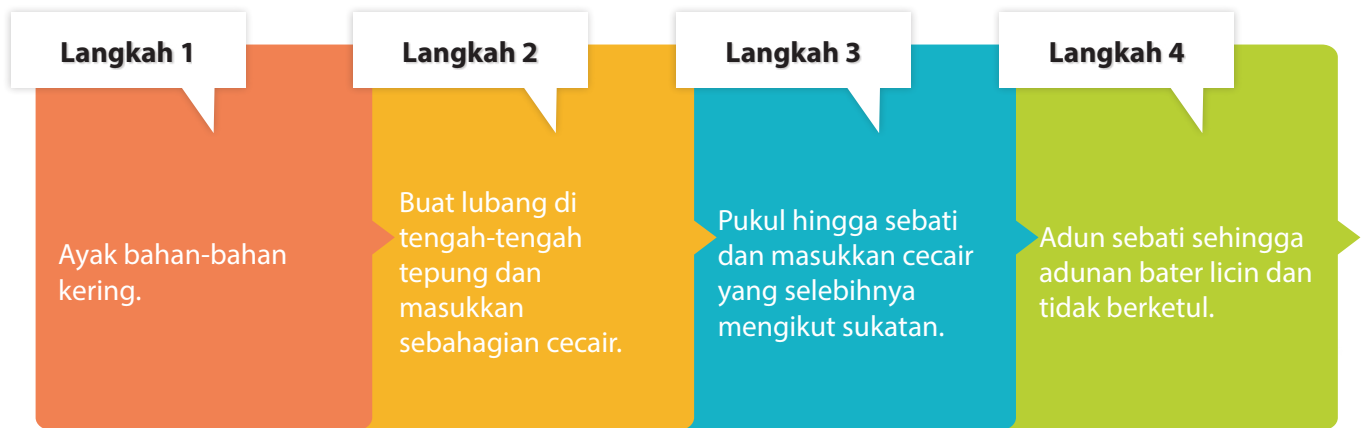
Standard Pembelajaran: Menerangkan jenis bater dalam penyediaan kuih tempatan:
i. Bater pekat ii. Bater cair

Penggunaan bater dalam membuat kuih tempatan ialah:

1. Asas kepada bentuk kuih tempatan.
2. Menyadur makanan.
3. Mengekalkan tekstur, zat makanan dan menyedapkan rasa.
4. Memberikan tekstur yang lebih rangup.

Bahan utama ialah tepung, cecair dan bahan perasa seperti garam atau gula. Air biasa digunakan untuk membuat bater pekat dan cair. Telur juga boleh digunakan sebagai pengganti dan tambahan dalam penghasilan bater.

Langkah-langkah membuat bater:



KOD QR

Langkah-langkah membuat bater



Terdapat dua jenis bater dalam penyediaan kuih tempatan.

1.

Bater pekat



Foto 4.8 Bater pekat

Konsistensi bater bergantung kepada kepekatan adunan yang dihasilkan melalui jumlah cecair yang digunakan. Bater pekat boleh digunakan untuk menyadur makanan yang digoreng. Contoh kuih tempatan yang menggunakan bater pekat ialah kuih rengas, skon titis, kuih cara, dan kuih cucur udang.

Sukatan asas bater pekat

100 g tepung gandum
1 biji telur
125 ml cecair
3 g garam

2.

Bater cair



Foto 4.9 Bater cair

Konsistensi bater cair adalah kurang pekat kerana penggunaan jumlah cecair yang lebih banyak. Bater cair juga dikenali sebagai bater penkek atau lempeng. Bater cair merebak dengan cepat sebagai lapisan yang nipis jika dituangkan daripada sudu atau senduk. Contoh kuih tempatan menggunakan bater cair ialah kuih lapis, kuih ketayap, kuih lompong, dan kuih kosui.

Sukatan asas bater cair

100 g tepung gandum
1 biji telur
250 ml cecair
3 g garam

4.3.4 Perancangan Menu Kuih Tempatan

Standard Pembelajaran: Merancang menu kuih tempatan.

Perancangan menu bagi kuih tempatan boleh dibuat berdasarkan pemilihan sumber bahan utama seperti berikut:

Bahan Tempatan	Jenis Kuih Tempatan
Tepung Beras	Kuih Lapis, Kuih Lompang
Tepung Pulut	Buah Melaka, Kuih Gegetas
Beras Pulut	Kuih Seri Muka, Pulut Panggang
Ubi Kayu	Lepat Ubi Kayu, Bingka Ubi Kayu, Talam Ubi Kayu
Ubi Keledek	Cucur Badak, Kuih Keria, Onde-Onde Keledek

Untuk menyediakan hidangan kuih tempatan yang dirancang, laksanakan *mise en place* yang betul supaya kerja-kerja penyediaan makanan menjadi lebih teratur dan bersistematik. *Mise en place* bagi penyediaan kuih tempatan adalah seperti berikut:

1. Kenal pasti resipi dan bahan-bahan yang diperlukan.
2. Timbang dan sukut bahan yang diperlukan mengikut resipi dengan tepat.
3. Sediakan bahan perasa dan perisa seperti santan, air daun pandan, air gula atau air gula melaka mengikut keperluan resipi.
4. Rendam kekacang atau beras pulut sekiranya perlu.
5. Rebus atau parut ubi mengikut keperluan resipi.
6. Sediakan bahan-bahan untuk membuat inti lebih awal mengikut keperluan resipi.
7. Susun bahan-bahan dalam bekas yang sesuai.
8. Sediakan, potong dan bersihkan daun pisang jika perlu.

4.3.5 - 4.3.9 Resipi Standard Hidangan Kuih Tempatan

Standard Pembelajaran: Menentukan resipi standard bagi hidangan kuih tempatan.
Melaksanakan *mise en place* bagi penyediaan kuih tempatan.
Menghasilkan hidangan kuih tempatan mengikut resipi standard.
Menilai hasil kuih tempatan mengikut kriteria penilaian.
Mencadangkan nilai tambah untuk hidangan kuih tempatan berpandukan penilaian.

Contoh 1: Resipi Standard Hidangan Kuih Tempatan (Manis)

Kuih Lapis



4 Porsi



45 Minit

Kuih
Tempatan

Peralatan Penyajian

- ✧ Pinggan hidang

Bahan

125 g tepung beras
50 g tepung jagung
700 ml santan (daripada 1 biji kelapa)
150 g gula pasir
3 g garam
Pewarna merah secukupnya



TIPS Penyajian

Untuk mendapatkan potongan kuih lapis yang kemas dan cantik, kuih lapis perlu betul-betul sejuk sebelum dipotong dan potong kuih lapis menggunakan pisau plastik.

Peralatan Penyediaan

- ✧ Pengukus
- ✧ Senduk kayu
- ✧ Senduk bulat
- ✧ Mangkuk adunan
- ✧ Loyang berdiameter 16 cm



Langkah-langkah Membuat Kuih Lapis

1.



Sukat dan timbang semua bahan. Panaskan pengukus.

2.



Campurkan tepung jagung, tepung beras, garam dan gula ke dalam mangkuk. Masukkan santan sedikit demi sedikit.

3.



Kacau sebati adunan. Bahagikan adunan kepada dua bahagian.

4.



Warnakan satu bahagian dengan warna merah.

5.



Panaskan loyang, tuangkan satu lapisan putih dan kukus selama 6-8 minit.

6.



Tuangkan pula lapisan merah. Kukus lagi. Ulangi proses ini hingga adunan habis.

7.



Sejukkan sebelum dipotong.

8.



Hidangkan dalam pinggan yang sesuai.

Borang Penilaian Kompetensi

Nama murid : _____
 No. Kad Pengenalan : _____
 Tingkatan : _____
 Tarikh : _____
 Modul : _____
 Tugas : _____

Kriteria	Pencapaian Kompetensi	Penilaian		Catatan
		Kompeten	Belum Kompeten	
Mise en place	1. Memilih alatan mengikut resipi.			
	2. Memilih dan menyediakan bahan dengan kuantiti yang betul.			
Proses	1. Menyediakan adunan kuih lapis mengikut resipi.			
	2. Membahagi dan mewarna adunan dengan betul.			
	3. Melapis dan mengukus dengan kaedah yang betul.			
Hasil	1. Warna yang menarik.			
	2. Rasa yang sedap.			
	3. Tekstur yang betul.			
	4. Porsi yang mencukupi.			
	5. Hiasan yang menarik.			
Keselamatan dan Sanitasi	1. Mengamalkan langkah keselamatan.			
	2. Mengamalkan kebersihan diri.			
	3. Mengamalkan kebersihan tempat kerja dengan baik.			

Cadangan Penambahbaikan

Keputusan Penilaian	Kompeten	Belum Kompeten	
Nama Guru		Tandatangan:	Tarikh:
Disahkan oleh		Tandatangan:	Tarikh: