



## පළත් අධ්‍යාපන දෙපර්තමේන්තුව සඛරගමුව - සති පාසල

විෂය - ගාහ ආර්ථික ව්‍යාව

2021/05/10 සිට

2021/05/14 දක්වා

ගෝනීය - 10 II වර්ය

Prepared by - ශ. ජ. මධුවති මය

### පාඨම : ආහාර පිසීමේ ක්‍රම

- 01) අප අනුහවයට ගන්නා ආහාර වර්ගයන් හි වර්ණය, රසය, වයනය, පෙනුම හා සුවද යන ගණාත්මක ලක්ෂණ ආහාර කෙරෙහි රුචියක් ඇති කරයි. එසේ රුචියක් ඇති වන්නේ විවිධ පිසීමේ ක්‍රම උපයෝගි කර ගැනීමෙනි.
- I) "ආහාර පිසීම" යනුවෙන් අදහස් කරන්නේ ක්‍රමක් ද?
- II) ආහාර පිසීමෙන් බලාපොරොත්තු වන කරුණු 04 ක් සඳහන් කරන්න.
- 02) I) ආහාර පිසීම වර්ගීකරණය කරන්න.
- II) පහත සඳහන් පිසීමේ ක්‍රම සඳහා සුදුසු ආහාර වර්ග 02 බැඳීන් ලියන්න.
- a) ජලයේ බහා තැම්බීම.
- b) උදු වාෂ්පයෙන් තැම්බීම.
- c) රෝස්ට් කිරීම
- d) ගැහුරු තෙලේ බැදීම
- e) ස්ටූ කිරීම
- 03) "ආහාර පිසීම" සඳහා තාපය උපයෝගී කරගැනීම සිදුවේ.
- I) ආහාර ක්‍රුළට තාපය සංක්‍රමණය වන ක්‍රම තුනක් සඳහන් කරන්න.
- II) "මෙස් කිරීම" හඳුන්වන්න. මෙස් කිරීම සඳහා සුදුසු ආහාර වර්ග 02 ක් ලියා දක්වන්න.
- 04) ආහාරයේ රසය, වයනය, සුවද හා සුගන්ධය වැඩි දියුණු කිරීම සඳහා පෙර පිළියෙළ කිරීමේ ක්‍රමයක් ලෙස "පදම් කිරීම" හැඳින්වීය හැකිය.
- I) පදම් කිරීමට භාජනය වන ආහාර වර්ග 02 ක් නම් කරන්න.
- II) ආහාර පදම් කිරීම සඳහා මූලිකැන්ගේ භාවිතා කරන පදම් කාරක 03 ක් සඳහන් කරන්න.
- 05) ආහාර පිසීමේ දී උපයෝගී වන "විකිරණය" හඳුන්වන්න.