



勞動部勞動力發展署桃竹苗分署 108 年委託民間機構辦理苗栗地區

中餐烹飪暨月子料理培訓 A 班

- (2)「走油扣肉」應用①排骨肉②五花肉③里脊肉④梅花肉(胛心肉)來做為佳。
- (3)菜名中含有「雙冬」二字，常見的是哪二項材料？①冬瓜、冬筍②冬菇、冬菜③冬菇、冬筍④冬菇、冬瓜。
- (4)菜名中有「發財」二字的菜，其所用材料通常會有①香菇②金針③蝦米④髮菜。
- (4)銀芽是指①綠豆芽②黃豆芽③苜蓿④去掉頭尾的綠豆芽。
- (1)五穀類若長霉，可能產生①黃麴毒素②肉毒桿菌毒素③大腸菌毒素④腸炎弧菌毒素不可再食用。
- (1)食物腐敗通常出現的現象為①發酸或產生臭氣②鹽分增加③蛋白質變硬④重量減輕。
- (3)製造香腸、火腿時加硝的目的為①增加維生素含量②縮短醃製的時間③保持色澤及抑制細菌生長④使肉質軟嫩，縮短烹調的時間。
- (4)發霉的穀類含有①氰化物②生物鹼③蕈毒鹼④黃麴毒素 對人體有害，不宜食用。
- (4)下列何種食物發芽後會產生毒素而不宜食用？①紅豆②綠豆③花生④馬鈴薯。
- (3)烹調豬肉一定要熟透，其主要原因是為了防止何種物質危害健康？①血水②硬筋③寄生蟲④抗生素。
- (3)黃麴毒素容易存在於①家禽類②魚貝類③花生、玉米④內臟類。
- (3)製作油飯時，為使其口感較佳，宜選用①蓬萊米②在來米③長糯米④圓糯米。
- (2)酸辣湯的辣味來自於①芥菜粉②胡椒粉③花椒粉④辣椒粉。
- (2)為使製作的獅子頭(肉丸)質脆味鮮，最適宜添加下列何物來改變肉的質地？①豆腐②荸薺③蓮藕④牛蒡。
- (3)下列何者為較新鮮的蛋？①蛋殼光滑者②氣室大的蛋③濃厚蛋白量較多者④蛋白彎曲度小的。
- (2)製作蒸蛋時，添加何種調味料將有助於增加其硬度？①蔗糖②鹽③醋④酒。
- (2)下列那一種為天然膨大劑？①發粉②酵母③小蘇打④阿摩尼亞。
- (1)乾米粉較耐保存之原因為①產品乾燥含水量低②含多量防腐劑③包裝良好④急速冷卻。
- (4)冷凍食品是一種①不夠新鮮的食物放入低溫冷凍而成②將腐敗的食物冰凍起來③添加化學物質於食物中並冷凍而成④把品質良好之食物，處理後放在低溫下，使之快速凍結之食品。
- (2)油炸食物後應①將油倒回新油容器中②將油渣過濾掉，另倒在乾淨容器中③將殘渣留在油內以增加香味④將油倒棄於水槽內。
- (3)罐頭可以保存較長的時間，主要是因為①添加防腐劑在內②罐頭食品濃稠度高，細菌不易繁殖③食物經過脫氣密封包裝，再加以高溫殺菌④罐頭為密閉的容器與空氣隔絕，外界氣體無法侵入。
- (4)食物烹調的原則宜為①調味料愈多愈好②味精用量為食物重量的百分之五③運用簡便的高湯塊④原味烹調。
- (3)下列材料何者不適合應用於素食中？①辣椒②薑③蕎④九層塔。
- (1)吾人應少食用「造型素」如素魚、素龍蝦的原因為①高蛋白、高色素、高調味料②低蛋白、高價位③造型欠缺真實感④高香料、高澱粉。
- (2)大部份的豆類不宜生食係因①味道噁心②含抗營養因子③過於堅硬，難以吞嚥④不易消化。
- (4)選擇生機飲食產品時，應先考慮①物美價廉②容易烹調③追求流行④個人身體特質。
- (4)有機蔬菜可使用①農藥②化肥③生長激素④有機肥料。

28. (3)一般製造素肉(人造肉)的原料是①玉米②雞蛋③黃豆④生乳。
29. (4)所謂原材料,係指①原料及食材②乾貨及生鮮食品③主原料、副原料及食品添加物④原料及包裝材料。
30. (3)蛋黃的彎曲度愈高者,表示該蛋愈①腐敗②陳舊③新鮮④與新鮮度沒有關係。
31. (2)買雞蛋時宜選購①蛋殼光潔平滑者②蛋殼乾淨且粗糙者③蛋殼無破損即可④蛋殼有特殊顏色者。
32. (1)蛋的新鮮度,可用6%之食鹽水作測定,下列情況那種最新鮮?①沈在水底②在水中半沈半浮③浮出水面④懸立水中。
33. (1)選購皮蛋時宜選①蛋殼表面與生蛋一樣,無黑褐色斑點者②蛋殼有許多粗糙斑點者③蛋殼光滑即好,有無斑點皆不重要④價格便宜者。
34. (3)鹹蛋一般是以①火雞蛋②鵝蛋③鴨蛋④鴛鴦蛋 醃漬而成。
35. (3)下面那一種是新鮮的乳品特徵?①倒入玻璃杯,即見分層沈澱②搖動時產生多量泡沫③濃度適當、不凝固,將乳汁滴在指甲上形成球狀④含有粒狀物。
36. (4)選購鮮奶時,首先要查看①美觀②味道③顏色④標示。
37. (1)採購蔬果應考慮之要項為①生產季節與市場價格②形狀與顏色③冷凍品與冷藏品④重量與品名。
38. (1)選購蛤蜊應選外殼①緊閉②微開③張開④粗糙者。
39. (3)要選擇新鮮的蝦應選①頭部已帶有黑色的②頭部脫落的③蝦身堅硬的④蝦身柔軟的。
40. (1)避免購買具有土味的淡水魚,其分辨方法可由①魚鰓的黏膜細胞②魚身③魚鰭④魚尾所散發的味道得知。
41. (4)下列何種魚類適合做為生魚片的食材?①河流出海口的魚②箱網魚③近海魚④深海魚。
42. (4)下列敘述何者為新鮮魚類的特徵?①魚鰓成灰褐色②魚眼混濁突出③魚鱗脫落④肉質堅挺有彈性。
43. (3)螃蟹最肥美之季節為①春②夏③秋④冬 季。
44. (2)廚師常以何種部位來辨別母蟹?①螯②臍③蟹殼花紋④肥瘦。
45. (3)「紅燒下巴」的下巴是指①豬頭②舌頭③魚頭④猴頭菇。
46. (4)製作「紅燒下巴」時常選用①黃魚頭②鮑魚頭③鯧魚頭④草魚頭。
47. (4)一般作為「紅燒划水」的材料,是使用草魚的①頭部②背部③腹部④尾部。
48. (1)正常的新鮮肉類色澤為①鮮紅色②暗紅色③灰紅色④褐色。
49. (3)炸豬排時宜使用豬的①後腿肉②前腿肉③里脊肉④五花肉。
50. (4)豬肉屠體中,肉質最柔嫩的部位是①里脊肉②梅花肉(胛心肉)③後腿肉④腰裡肉。
51. (1)肉牛屠體中,肉質較硬,適合長時間燉煮的部位為①腱子肉②肋條③腓力④沙朗。
52. (4)一般俗稱的滷牛肉係採用牛的①肩肉②和尚頭③牛腩④腱子肉。
53. (1)雞肉中最嫩的部份是①雞柳②雞腿肉③雞胸肉④雞翅膀。
54. (3)選購罐頭食品應注意①封罐完整即好②凸罐者表示內容物多③封罐完整,並標示完全④歪罐者為佳。
55. (1)醬油如用於涼拌菜及快炒菜應選購①淡色②深色③薄鹽④油膏 醬油。
56. (2)絲瓜的選購以何者最佳?①越輕越好②越重越好③越長越好④越短越好。
57. (4)下列何種食物的產量與季節的關係最小?①蔬菜②水果③魚類④豬肉。
58. (3)下列何者為一年四季中價格最平穩的食物?①西瓜②雞蛋③豆腐④虱目魚。
59. (3)下列哪一種蔬菜在夏季是盛產期?①高麗菜②菠菜③絲瓜④白蘿蔔。
60. (2)下列加工食材中何者之硝酸鹽含量最高?①蛋類②肉類③蔬菜類④水果類。
61. (4)胚芽米中含①澱粉②蛋白質③維生素④脂肪 量較高,易酸敗、不耐貯藏。
62. (2)下列魚類何者屬於海水魚?①草魚②鯧魚③鯽魚④鱸魚。
63. (1)下列何者為淡水魚?①鱸魚②鮪魚③鯧魚④鯉魚。
64. (3)優良冷凍食品標示為①CNS②GMP③CAS④GLP。
65. (2)食品冷藏溫度最好維持在①0°C以下②7°C以下③10°C以上④20°C以上。
66. (1)貯藏冷凍肉類的溫度應控制在①-18°C②-5°C③0°C④5°C 以下。
67. (4)冷凍食品應保存之溫度是在①4°C②0°C③-5°C④-18°C 以下。
68. (1)蛋置放於冰箱中應①鈍端朝上②鈍端朝下③尖端朝上④橫放。

69. (4)下列哪種食物之儲存方法是正確的？①將水果放於冰箱之冷凍層②將油脂放於火爐邊③將鮮奶置於室溫④將蔬菜放於冰箱之冷藏層。
70. (2)魚漿之貯存應放在①冷凍庫②冷藏庫③乾貨庫房④保溫箱 中。
71. (1)冷凍櫃的溫度應保持在① - 18°C以下② - 4°C以下③0°C以下④4°C以下。
72. (4)食品之熱藏（高溫貯存）溫度應保持在①30°C以上②40°C以上③50°C以上④60°C以上。
73. (2)鹽醃的水產品或肉類①不必冷藏②必須冷藏③必須冷凍④包裝好就好。
74. (4)下列何種方法不能達到食物保存之目的？①放射線處理②冷凍③乾燥④塑膠袋包裝。
75. (1)處理要冷藏或冷凍的包裝肉品時①要將包裝紙與肉之間的空氣壓出來②將空氣留存在包裝紙內③包裝紙愈厚愈好④包裝紙與肉品之貯藏無關。
76. (3)冰箱冷藏的溫度應在①12°C②8°C③7°C④0°C 以下。
77. (3)發酵乳品應貯放在①室溫②陰涼乾燥的室溫③冷藏庫④冷凍庫。
78. (2)冷凍食品經解凍後①可以②不可以③無所謂④沒有規定 重新冷凍出售。
79. (1)冷凍食品與冷藏食品之貯存①必需分開貯存②可以共同貯存③沒有規定④視情況而定。
80. (1)買回家的冷凍食品，應放在冰箱的①冷凍層②冷藏層③保鮮層④最下層。
81. (1)封罐良好的罐頭食品可以保存約①三年②五年③七年④九年。
82. (3)食用油應貯藏在①爐邊②陽光下③陰涼乾燥處④水槽邊。
83. (2)下列何種方法可以使肉類保持較好的品質，且為較有效的保存方法？①加熱②冷凍③曬乾④鹽漬。
84. (2)調味乳應存放在①冷凍庫②冷藏庫③乾貨庫房④室溫 中。
85. (4)甘薯最適宜的貯藏溫度為① - 18°C以下②0~3°C③3~7°C④15°C左右。
86. (3)未吃完的米飯，下列保存方法以何者為佳？①放在電鍋中②放在室溫中③放入冰箱中冷藏④放在電子鍋中保溫。
87. (3)買回來的整塊肉類，以何種方法處理為宜？①不加處理，直接放入冷凍庫②整塊洗淨後，放入冷凍庫③清洗乾淨並分切包裝好後，放入冷凍庫④整塊洗淨後，放入冷藏庫貯藏。
88. (2)香蕉不宜放在冰箱中儲存，是為了避免香蕉①失去風味②表皮迅速變黑③肉質變軟④肉色褐化。
89. (4)下列水果何者不適宜低溫貯藏？①梨②蘋果③葡萄④香蕉。
90. (1)下列食物何者不適宜低溫貯藏？①甘薯②小黃瓜③茄子④胡蘿蔔。
91. (2)畜產品之冷藏溫度下列何者適宜？①5~8°C②3~5°C③2~ - 2°C④ - 5~ - 12°C。
92. (1)下列何種方法，可防止冷藏（凍）庫的二次污染？①各類食物妥善包裝並分類貯存②食物交互置放③經常將食物取出並定期除霜④增加開關庫門之次數。
93. (1)肉類貯時會發生一些變化，下列何者為錯誤？①脂肪酸會流失②肉色改變③腐敗④重量減少。
94. (2)有關魚類貯存，下列何者不正確？①新鮮的魚應貯藏在 4°C以下②魚覆蓋的冰愈大塊愈好③魚覆蓋碎冰時要避免使魚泡在冰水中④魚片應冷藏保存在防潮密封包裝袋內。
95. (2)馬鈴薯的最適宜貯存溫度為①5~8°C②10~15°C③20~25°C④30~35°C。
96. (3)關於蔬果的貯存，下列何者不正確？①南瓜放在室溫貯存②黃瓜需冷藏貯存③青椒置密封容器貯存以防氧化④草莓宜冷藏貯存。
97. (4)蛋儲藏一段時間後，品質會產生變化且①比重增加②氣室縮小③蛋黃圓而濃厚④蛋白粘度降低。
98. (2)食物安全的供應溫度是指①5~60°C②60°C以上、7°C以下③40~100°C④100°C以上、40°C以下。
99. (1)對新鮮屋包裝的果汁，下列敘述何者正確？①必須保存在 7°C以下的環境中②運送時不一定須使用冷藏保溫車③可保存在室溫中④需保存在冷凍庫中。
100. (4)下列有關食物的儲藏何者為錯誤？①新鮮屋鮮奶儲放在 5°C以下的冷藏室②冰淇淋儲放在 - 18°C以下的冷凍庫③利樂包裝乳品可儲放在乾貨庫房中④開罐後的奶粉為防變質宜整罐儲放在冰箱中。