

做汤心得体会(优质10篇)

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看吧。

做汤心得体会篇一

今天是正月十五元宵节。我一大早起床，去奶奶家度过个愉快的元宵节。

元宵节当然少不了元宵。春卷这两大的主角。随意各家各户都在做元宵。炸春卷呢！

一到奶奶家，正看见奶奶在揉面团，我好奇的凑上去看看，说道：“奶奶啊，您老这是在干什么吖？”奶奶笑盈盈的说：“这是在做元宵呢，你来得正好，来帮我揉揉。”于是——揉面团的重任就压在了我的肩上。既然有重任，那就好好工作吧！

我揉，我揉，我揉揉揉。咦？是不是有点揉过头了。我准备把手拿起来，可手就是拿不起来了呢。定眼一看，原来面被我揉的太粘了，我的手都黏住了。啊——我只好向奶奶发出求救信号。

元宵做不成，包春卷应该不难吧。我仔细看了爷爷包好春卷后，想：包春卷不就是跟包饺子差不多嘛。馅一塞皮一包，最后再往油锅里一扔不就成了吗。我小心翼翼地捏起一张面皮，哇塞，这皮还不是一般的薄啊！

包的时候一定要小心小心再小心。先放馅再包皮。我捏起那薄如蝉翼的面皮放在馅上，再轻轻的一滚。成功了，我的春卷宝宝诞生了！

看来我在包春卷这方面还蛮有造诣的嘛。

元宵节过完了，春节就正式结束了，在心里许个愿吧：今年的日会越来越红火。

做汤心得体会篇二

做汤是烹饪中非常重要的一环，不仅可以滋补身体，还可以为整个家庭带来温暖和欢乐。不过，做汤并不是一件容易的事情，需要仔细的准备和倾注心力。今天，我想分享一下我在做汤中学到的心得体会。

第一段：选材要讲究

做汤首先要选好食材。无论是清汤还是浓汤，都需要选取新鲜、营养丰富的材料。选择肉类时，要挑选瘦肉和有骨头的部位，这样可以获得更多的营养成分和味道。选蔬菜时，要选择风味浓郁的蔬菜，例如洋葱、胡萝卜、芹菜等，这些蔬菜可以给汤增添更浓郁的味道。总之，选材要慎重，只有选择好的食材才能做出美味的汤品。

第二段：烹饪技巧要掌握

做汤需要一些特别的烹饪技巧。比如，在煮鸡汤的时候，先用大火把鸡肉煮熟，然后再转换到小火，这样可以使鸡肉更加嫩滑。在煮海鲜汤时，需要注意的是不能用高温火热，以免损坏海鲜的口感。除了这些技巧，还要掌握好调料的搭配，不同的汤品需要用不同的调料，才能达到最佳的口感。

第三段：时间和温度要把握好

做汤的时间和温度也非常关键，稍有疏忽就会失败。一般来说，做汤需要花费很长的时间，比如熬猪骨汤至少需要六个小时以上的煮炖时间，如果时间不够充分，则汤的味道会比

较浅。而温度方面，需要根据不同的汤品选择不同的温度，过高的温度会破坏食材的营养成分和口感，过低的温度则会让汤的味道不够醇厚。

第四段：注意加水和倒汤

在做汤的过程中，加水和倒汤也有技巧。加水时不能一次性加太多，最好选择小火，分次加水，让汤的味道更浓郁。倒汤时需要先将汤滤去残渣和油脂，这样可以让汤变得清澈而健康。同时，要注意不要将汤倒得太急，这样会烫伤手和造成汤飞溅。

第五段：品尝和改进

做好汤后，最重要的是品尝和改进。品尝时要尝一尝汤的口感和味道，看看是否需要加佐料或者调整汤的味道。改进时根据自己的喜好和口味，不断对汤的味道进行调整和研究，让自己做出的汤变得越来越美味。

总结

总之，做汤需要仔细准备和精力倾注，不能草草了事。只有选择好的食材、掌握好的烹饪技巧、把握好时间和温度、加水和倒汤注意技巧以及品尝和改进，才能做出美味的汤品。希望这些心得体会能够对做汤的朋友们有所帮助。

做汤心得体会篇三

今年的元宵节有点不一样，因为我要自己学会包汤圆，而我们家乡的汤圆又是非常有特色的！

科迪汤圆呈球形，白白的，惹人喜爱。恰似一团团雪球在雪地里滚动，又像一颗颗晶莹的水珠在波浪里翻滚，使人浮想联翩。科迪汤贺不但外型美观，种类也很多，有酸甜开胃的

山楂馅，有香甜可的甜桔馅，有香气扑鼻的黑芝麻馅……各种味道，应有尽有。

热腾腾的汤煮好时，飘香四溢，香味从碗里延伸到空气，延伸到房间各处，延伸到你的嗅觉神经里，然后这股热能就会涌遍全身，刺激着身体的每一个感官，使人有迫不及待想吃下去的欲望。当你把汤圆送到嘴里，轻轻嚼一嚼，粘粘的，软软的，汤汁溢满了整个口腔。科迪汤圆在我们这里已经很普通了，家家户户几乎每天都要吃，它方便、美味，成了家喻户晓的“明星”，人们有了它，饮食变得更加捷美味。

我们家乡的劳动人民用智慧发明了那么多的美食，我爱家乡的科迪汤圆，更爱那些发明科迪汤圆，勤劳的家乡人民。

做汤心得体会篇四

每个孩子都渴望成为独立的个体，尝试各种新事物也是他们成长过程中的一部分。而在成长的过程中，家庭教育起着至关重要的作用。孩子做饭不仅仅是一种实践能力的培养，更是锻炼他们的自主学习和团队合作精神。在孩子的成长过程中，做汤是一种很好的方式，通过做汤可以培养孩子的创造力和独立思考能力，使他们从中获得成就感和快乐。下面，我将分享我孩子做汤的心得体会。

第二段：自主学习

孩子们通常喜欢有挑战性的活动，而做汤正是一个非常合适的机会。首先，孩子可以自主选择汤的种类，如番茄汤、鸡汤等。在选择的过程中，他们需要考虑自己的口味偏好、食材的可获得性以及烹饪时间的长短等。然后，孩子还需要查找相关的菜谱和视频教程，学习如何制作汤。这个过程中，孩子可以从中学到烹饪的技巧和知识，培养他们的自主学习和独立思考的能力。

第三段：团队合作

做汤是一个需要多人协作的活动，不仅能锻炼孩子的独立能力，也能培养他们的团队合作意识。在制作汤的过程中，孩子们需要合理分工，如有人负责准备食材，有人负责搅拌汤料，有人负责调味等。通过分工合作，孩子们锻炼了他们的协调能力和团队合作精神。孩子们在团队合作中相互帮助和理解，形成了一种团结互助的氛围，培养了他们的社交能力。

第四段：创造力的培养

做汤不仅是一个机械的动作，更是一个发挥创造力的过程。孩子们可以在制作汤的过程中，根据自己的口味和想法，加入一些与众不同的配料，使汤的味道独特。例如，他们可以添加一些新鲜的香料、蔬菜或者特别的调料。通过这样的尝试，孩子们可以培养自己的创造力和创新思维。同时，他们的锐利嗅觉和味觉也会因为不断地尝试而变得更加敏锐。

第五段：快乐和成就感

孩子们在做汤的过程中会面临一些挑战，但当他们最终成功地制作出美味的汤时，他们会获得一种成就感和快乐。通过自己努力的成果，孩子们会激发出更多的积极性和自信心，这对他们的成长和发展是非常有益的。此外，孩子们还可以将自己制作的汤与家人和朋友分享，展示自己的努力和成果，增进彼此之间的感情。

总结：

孩子做汤不仅仅是学习烹饪技巧的过程，更是培养他们自主学习、团队合作和创造力的途径。通过做汤，孩子们可以锻炼自己的独立思考能力和协作精神，培养他们的社交能力和创新思维。同时，成功制作汤的喜悦和与人分享的快乐也会使他们获得成就感和自信心。因此，家长应该鼓励孩子们尝

试做汤，为他们的成长和发展提供更多的机会。

做汤心得体会篇五

元宵节到了，家家户户都要挂彩灯和做汤圆。为什么要挂彩灯和做汤圆？传说古时候有一位皇帝得了眼疾，怎么治都治不好。于是有位大臣提议，在正月十五那天晚上，让家家户户都挂彩灯和做汤圆。皇帝让老百姓们照办了。正月十五那天晚上，皇帝看到人们挂起来了五彩缤纷的彩灯，同时，每家每户都团聚在一起吃汤圆，大街小巷都洋溢着欢乐的气息，看着眼前这欢天喜地的景观，皇帝的眼疾一下子就好了。于是，皇帝赞叹道：“啊！真是小汤圆大团圆呀！”从此之后，皇帝命令全国的百姓们都要在正月十五那天晚上挂彩灯和吃汤圆来辟邪，以求得国泰民安。

那汤圆是怎么做的呢？正月十五那天，我怀着好奇的心情蹦蹦跳跳地来到真人图书馆学做汤圆。来到现场，只见有很多家长 and 小朋友已经在课室里期盼着，看来，他们也和我有一样的心情吧。于是，我和妈妈找了个位置坐下来，只见桌面上已放有糯米粉、芝麻馅、和一大一心两个盆，这些都是做汤圆必备的原材料。过了会，有一位披着绿色大挂，戴着一顶厨师帽的阿姨走出来教我们做汤圆，她看起来有四十来岁，一看就知道是个经验丰富的厨师，由她来教我们做汤圆一定会做得很美味。她跟我们示范了怎么做汤圆后就让我们自己作手做了。

我先把半袋糯米粉倒入盆中，一边加水，一边揉米粉，一定要注意水温要在35度左右才行，因为如果太冷的话就很粘，太热的话皮就会很烂，就这样，一直揉到成团状才算把米粉胎做成功。这时的米粉既有弹性又有粘性，这样做出来的汤圆才会香嫩可口。然后，我们把米粉团做成一个个小小的圆球，这只是半成品，汤圆没有馅怎么行呢？于是，我用大拇指在圆球中间压出一个窝，然后把芝麻馅填在这个窝里，填完后必需把馅压进去，否则煮汤圆时可能会“漏馅”。再轻

轻的把这个窝包起来，轻轻地揉圆，但不要太大力，否则会把它压碎。这时，一个个圆溜溜、光亮亮的汤圆就大功告成了！

我们高高兴兴地拿着汤圆回家了。晚上，我吃着自己动手做的美味汤圆，感觉比超市买的还要香甜可口、鲜嫩无比！我禁不住赞叹道：“啊，自己做的汤圆真好吃！做汤圆的过程也很好玩！”这节汤圆课令我终身难忘，受益匪浅，我期待着每年的元宵节都能吃上自己动手做的汤圆！

做汤心得体会篇六

喜欢做饭的人都知道，汤是饭菜中不可或缺的一部分，它不仅可以开胃下饭，还可以滋补身体。而在做汤的过程中，许多人会遇到各种问题。今天我想分享一下我的做汤心得体会，希望能帮助到需要的朋友。

第二段：选择材料

首先要确定做什么汤，然后就需要选购适合的材料。在材料的选择上，新鲜、优质、食材需要新鲜、优质、卫生。骨头的类型要选择好，比如高汤用的鸡骨带肉、脊骨、猪骨等。海鲜汤就需要选用新鲜的海鲜，还要注意是否过敏和食用方法。此外，还要掌握不同材料搭配的方法，按比例调和，使口感更加美味。

第三段：烹调方法

在选中食材后，我们还需要掌握不同的烹调方法。烹调方法包括炖、蒸、煮、煲等，这些方法不仅会影响每个食材的味道和口感，而且会影响到汤的营养和色泽。例如煲汤要使用中小火，避免快速沸腾破坏营养成分，而且要注意火候的掌握，这是重点。

第四段：调味技巧

很多人认为做汤的关键就是味道，其实很难否认。在注意烹调方法的掌握和去除杂质后，就需要注意调味了。调味技巧非常重要，正所谓，“品尝是唯一的标准”。有时候一点点盐差异就会产生巨大的影响，所以要注意调味的细节和个人喜好的差异。

第五段：总结

在做汤的过程中，最重要的是细心和耐心。在选材、加水量、火候、调味等方面多注意，就可以制作出口味鲜美、色香俱佳的汤。做汤的过程不仅是方法和技巧，也是对自然的感悟，提高我们的生活质量。希望我的做汤心得体会能够帮助到大家，做出美味的汤菜，营养充足的生活。

做汤心得体会篇七

今天是星期二，马上就要过年了，大家的年气可浓了，当然了，我们村也不落后，大家都忙东忙西有的赶集有的购物，还有都来不及的烧年夜饭了呢！

我们家也不可以落后，做圆子的做圆子，烧饭的烧饭……

今年我们家格外热闹一些，因为远在广州的舅舅今年要回来了，我们一家人都非常的高兴。

爷爷今天还拉着我去他家做圆子呢！

我们先把南瓜和山芋各用一个碗装起来，再把它们碾碎，再抓一把揉成一个圆子就可以了。山芋圆子好揉一点，因为它不粘手，而南瓜圆子就不一样了，它非常粘，所以要把手上粘一点面粉就好一些了。你们猜猜当我把圆子揉完的时候，用了多少面粉？告诉你们我一个人用了一大碗了！

圆子揉好以后还要进行的最后一道程序就是炸圆子，炸圆子时的火温不能太高，这样容易把圆子炸黑；火也不能太小，这样圆子就炸不熟了。圆子炸好了我赶紧吃了一口：“呀！味道真香，真好吃。”爷爷也吃了一口说：“不错！不错！”爷爷又拿了一些南瓜圆子给大爷爷。而且回来的时候还带了一点给妈妈呢！妈妈也说好吃好吃，我的心里可热乎了呢，因为妈妈吃的小圆子是我炸的！

做汤心得体会篇八

汤圆是中国传统的年夜饭必备食品之一，也是我国农历正月十五元宵节的代表特色小吃。作为一种有着悠久历史的食物，汤圆带给人们除了美食的享受之外，也蕴含着浓厚的文化意义和感受。通过制做汤圆的过程，我深深体会到汤圆的魅力，并从中获得了一些心得体会。

首先，制做汤圆需要认真细致和耐心。汤圆的制作过程并不复杂，但每个步骤却都需要认真细致地操作。首先，要将糯米粉和开水充分搅拌均匀，使面团糯而不粘；然后，将面团揉成圆形小剂子，放入馅料，并用手掌轻轻揉圆，待汤圆表面光滑，没有开口之后，才能下锅煮熟。这个过程需要细心地摸索和耐心的等待，任何一步骤的疏忽都会影响整个制作结果。通过制做汤圆，我学到了细致认真和耐心等重要品质的培养。

其次，制做汤圆更注重团结与合作。汤圆通常是由家庭成员一起制作，在这个过程中充分体现了家庭成员之间的合作和团结。每个人都承担着不同的角色，有的负责和面，有的负责包馅，有的负责督促煮熟。每一份汤圆都代表着家庭成员的心意和对彼此的关怀和疼爱。在制作汤圆的过程中，家庭通过亲密的合作，增进了感情，培养了团结协作的精神。我从中领悟到，团结与合作是取得成功的重要前提。

此外，制做汤圆让我感受到了传统文化的魅力。汤圆是中国

传统节日的代表食品之一，具有浓厚的文化底蕴。无论是包裹的形状还是吃起来口感，都与传统华夏文化密切相关。制作过程中，我发现汤圆的形状宛如满月，寓意着团圆和美好的寓意。而吃汤圆则象征着年年有余、团团圆圆。汤圆以其简单朴素却蕴含着深意的特点，体现了中国人对生活美好的追求和对家人团聚的向往。

最后，制做汤圆也让我体会到了共享的快乐。无论是煮好的汤圆还是大家一起制作的过程，都充满了快乐和欢乐。每一次，当第一个汤圆被煮熟时，大家一起围坐在餐桌前，品尝着自己亲手制作的美食，笑语声、欢声笑语充斥在房间里，每个人的脸上都洋溢着满足和幸福的笑容。这种共享的快乐不仅仅是享受美食的喜悦，更是享受亲情和关爱的温暖。制做汤圆的过程不仅让我们品尝到汤圆的美味，也让我们感受到了家庭的温暖和幸福。

在制做汤圆的过程中，我获得了认真细致和耐心的训练，体会到了团结与合作的重要性，感受到了传统文化的魅力，并从中收获了共享快乐的喜悦。制做汤圆不仅仅是一种食物的制作过程，更是一个饮食文化传承与亲情关怀共同体验的过程。让我们珍惜汤圆所代表的文化历史，通过制做汤圆，传承和弘扬中华美食文化。

做汤心得体会篇九

元宵节前几天，妈妈带我参加一项亲子活动——做汤圆。

第一次参加这种活动，我很兴奋，早早地就来到了节目现场。随后小朋友们和家长都陆陆续续的到来，大家按捺住心中的激动，等着活动开始。

开始做汤圆了。我们在现场指导老师的指导下，第一步把花生馅分好，每人放在一个盒子里，然后老师叫我们把事先准

备好的糯米粉用适量的温开水和面，再搅拌均匀。可是我没做过汤圆，一不小心水放多了，只好继续加点面粉，反复几次，好不容易才把面弄好，急得我满头大汗。准备工作做好后，老师教我们用手捏一小块面团，把它压扁后再放花生馅。这一步骤小朋友们都很开心，因为面团就像橡皮泥，大家可以随便捏。最后老师教我们用手把面团搓圆，就这样一个个汤圆诞生了！

第一次做汤圆，虽然不是很漂亮但是我觉得非常有趣！

做汤心得体会篇十

第一段：家务劳动的重要性及做汤圆的动力来源（200字）

家务劳动是每个家庭都面临的任务。无论是打扫卫生、购物还是烹饪，这些日常琐事占据了我們大部分的时间和精力。然而，在这些常规任务中，我最喜欢的是做汤圆。每当到了冬令时节，我总会激动地开始准备材料和工具，迫不及待地投身于烹饪的过程中。做汤圆不仅是一种家务劳动，也是一种博爱的体现，让我感受到家庭团聚的温暖和美好。

第二段：做汤圆的技巧和心得（300字）

做汤圆的第一步是制作汤圆皮。用适量的湿水和糯米粉混合搅拌，直至搓成可塑性极高的面团。这个过程需要我們用手感受材料的细腻和变化。接下来，将面团分成小块，搓成圆形状，并用拇指在上面留下一个小坑。再将各种馅料填入小坑，咬合面团，确保馅料不会外漏。最后，将已填充好馅料的面团放入锅中煮熟即可。这个过程需要耐心和细心，以确保汤圆的口感和味道。

第三段：做汤圆的意义和价值（300字）

除了技巧和心得，做汤圆更重要的是其意义和价值。首先，汤圆体现了家庭团聚的温暖和美好。在煮汤圆的过程中，家人们相聚在一起，互相帮助和支持。这是家庭凝聚力的表现，增进了家庭成员之间的情感联系。其次，汤圆是传统文化的重要一环。无论是元宵节还是冬至节，汤圆都是不可或缺的主食。制作和食用汤圆能够传承和弘扬中华民族的传统文化，让年轻一代更加了解和尊重自己的文化根源。

第四段：汤圆与人际关系的关联（200字）

在现代快节奏的生活中，人们之间的社交和人际关系越来越疏远。然而，做汤圆的过程却给了我们与家人、亲戚和朋友密切交流的机会。我们可以一起从事准备材料、制作汤圆的工作，这样的互动可以增进彼此的了解和感情。此外，制作出美味可口的汤圆后，还可以与邻居们分享、交流，增进邻里之间的友谊和互助。

第五段：总结和展望（200字）

总而言之，做汤圆不仅是一种家务劳动，更是一种传承文化、增进人际关系的方式。通过做汤圆，我们可以感受到家的温暖和团聚，传承优秀的中华优秀传统文化，以及加强社区的友谊和交流。每一次制作汤圆的过程都是一次回归家人和传统的旅程，让我更加乐于投身于这份家务劳动中。我希望，在未来，能够把做汤圆的习俗传承下去，让更多的人能够体会家务劳动的快乐和价值。