

最新烹饪课程心得体会 烹饪学习心得体会 (精选5篇)

每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

烹饪课程心得体会篇一

我们的生活有万般滋味，都融进了各色各样的美食中。初读蒋韵老师的《北方厨房：一个家庭的烹饪史》，我就感受到了书中温暖的力量。一道道家常美食，不仅记录了一家人的生活方式，更承载了千百年流传的文化风情，是爱的另一种延续。

书中让我印象最深刻的是蒋韵老师的奶奶。目不识丁的奶奶用家庭主妇的智慧，尽己所能地烹制出美味的家常菜肴慰藉家人。她敬畏、尊重世界的秩序，相信万物有灵。那是她所信奉的宗旨：物尽其用。比如做假鱼肚，让一块浑身蒙垢的猪皮摇身一变，成为华丽的北方什锦大菜，其中的奥秘，就是奶奶和这个世界相处的方式。

在“困难时期”，饥饿到来的标志之一就是奶奶的餐桌上多出许多干菜：将胡萝卜、茄子、西葫芦等蔬菜切丝，加入白面或者玉米面拌匀，蒸熟后直接蘸佐料吃或者用葱花热油烹炒后食用。即便如此，这样简单的烹饪在那样的时期，却是奶奶能为全家做出的最好的美食。

奶奶去世后，做医生的妈妈开始执掌家庭厨房，清蒸鲈鱼、鲫鱼萝卜丝汤、白灼基围虾等生猛海鲜成了那时的家常便饭。到蒋韵做家庭主妇时，由两位阿姨代替不善烹调的蒋韵掌勺，番茄肉酱意面、水果沙拉、香菇培根火腿披萨……半个世纪

以来，国家的变化、社会的变迁，就在这看似微小的北方家庭厨房里被栩栩道来。

读万卷书，行万里路，品万般味，方不枉此生。蒋韵老师记叙的每一道佳肴的核心食材其实都是爱。如果不是对亲人、对友人抱有深深的爱意，主妇们决计不会大费周章地将极为普通的食材做成令蒋韵老师念念不忘的人间至味。这本书展现了我们曾经共同经历过的时代，书中的“小事”唤醒了我的童年记忆，使我感到无比温暖。

烹饪课程心得体会篇二

来到新东方快半年了，厨师行业真的是博大精深，包含有中方西餐、中西方面点、雕刻、拼盘、调酒等许多的方面，目前我接触的还很少，但是我会努力去掌握各项技术的。

到校后首先进行了一个月的基本功练习，然后开始实习做菜，目前为止我学习了简单的中餐热菜及冷菜的制作，中式餐饮注重对火候的掌控，火候中油温的掌控非常重要，不同种类的菜肴使用的油温也是不同的，比如三四成油温的滑炒菜，四五成、五六成油温的挂糊炸制的菜肴等等，油温的掌控非常重要，不能高出，也不能偏低，完美的掌控油温是做出一道好菜的必要条件。记得做脆皮炸鲜奶的时候，脆皮糊调好后炸的过程中若油温偏低，就会导致其吸油，使菜变得油腻，没法食用，而油温过高，又会影响它的颜色，只有控制好油温，才能做出色泽金黄，味道也好的脆皮鲜奶。记得来到学校后，看老师做菜非常的轻松，对油温的把握非常精准，非常的羡慕，而我第一次炒大白菜的时候由于动作不够快，差点锅都烧起来了。后来老师教了我好几种辨别油温的方法，比如用葱试、用筷子试、用手感觉、用眼睛看、用耳朵去听等等，并且告诉我动作一定要迅速，不能慢，经过那次的失败，结合老师对我的指导，后来再做一些简单的滑、炒菜啊之类的就简单多了，因为学会了辨别油温可以预防油温过高，动作迅速，不拖泥带水就不会再让锅里起火，再后来又学习

了雕刻，眼看着一截南瓜在老师的手中不一会就变成了一只栩栩如生的小鸟翅膀，半个萝卜可以雕刻出一朵可以以假乱真的花朵，当时觉得很神奇，课下问老师的时候老师说多练就会了，老师当年练得时候经常不知疲倦的一练就是一夜，真的是一份耕耘一分收获啊。厨师是一门需要经验积累的职业，每一次做菜都在积累着我的经验，我相信只要我肯干，努力地去学习，将来我也可以成为向我们新东方的烹饪大师那样伟大的厨师。

烹饪课程心得体会篇三

我一般在学习教材之前首先浏览一下目录，透过目录你能较快地大致了解全书的结构，让教材在自己的脑海里形成一个整体的粗线条的网络图。比如《管理学》专题这门课程，包括了：总论管理过程（管理过程、组织的环境、组织文化）管理结构（组织的结构、组织结构的演化理论、学习型组织与知识管理）管理者与管理行为（管理行为、管理者与领导者、人力资源管理）计划、战略与创新的管理（管理的目标与计划管理、战略管理、管理控制、变革与创新管理）比较管理未来管理。初看目录后对照自学考试大纲把目录再浏览一遍，目的是弄清楚教材目录中哪些章节应该是重点掌握，哪些章节是理解掌握，哪些章节是属于一般了解，自己分别做上不同的符号，这样便于后面通读、精读时更加快捷，更加到位，少走弯路。

比如：《管理学》专题考试大纲最后注明，第十四章管理学的比较与国际化、第十五章管理学发展展望均作了解，这样考生就可把这两个章节的内容作为略读。再如，第一章中的中国古代管理思想、管理学研究的对象、研究方法；第二章中的管理信息联系过程；第三章中的公司治理；第四章中的流程导向型结构；第五章中的组织范式的演化；第六章中的学习型组织理论的应用；第十章中的企业计划管理系统典型案例剖析等等，这些内容在大纲中也均作为了解，因此，考生阅读教材时对这些内容同样可采取略读的方式，这样一来，

原本厚厚的教材一下子变薄了很多，增强了很多的信心。

在浏览纲目，理清框架后就要制定一个通读教材的计划，这是我参加自学考试一个很深的体会，我觉得通读一遍教材很重要，因为试卷中选择题面广量大，有时出的题目也比较细微，而这些内容往往就是在通读过程中留下印记的。

俗话说，不动笔墨不读书。我有一个习惯就是在阅读教材时特别喜欢动笔做做记号，比如重点词语上加加框，关键词语下加加点，重要标题下划划线等等，这样的批注阅读可以帮助我们理解教材的内容，收到加深印象、增强记忆的效果，还可以帮助我们整理、积累，便于今后查找、复习、运用。另外我在做记号时也有所区分，一般在通读教材时我用铅笔做记号，自认为重要的地方就圈圈画画，相对而言做记号的地方比较广一些。等到第二遍精读时，我就改用黑色水笔做记号，做记号的内容在第一次的基础上更精当一些。到重点复习记忆的时候就用红笔做记号。因此，翻开我曾阅读过的自考教材，常常会发现有些重点、关键之处就用上了三种颜色的标记，我自认为这样做记号一来能提醒自己的阅读进度，二来能加深印记，记忆效果比较好。

教材通读后就开始精读，精读的目的就是要理解、掌握教材中的重点、难点，弄清楚各章节的考试内容。精读时我会把教材与大纲对应着看，读完一个章节，思考一下章节后的习题，并在大纲上标上页码，便于查找。精读时我喜欢用黑色水笔进行批注，对第一次铅笔批注的内容进行筛选、精简，突出关键内容。比如第一章第二节中典型的管理思想和理论的发展，一共分三个阶段：传统管理阶段；近代管理阶段；现代系统管理阶段。精读这部分内容时我首先记住重要的代表人物：泰勒、法约尔、韦伯、梅奥、西蒙、巴纳德、伯塔兰菲等，然后抓住最关键的词语理解这些代表人物管理思想的基本点（贡献）与局限性，比如泰勒的科学管理，我就记住“使管理成为一门科学”“把工人当成‘经济人’”；梅奥等人的人际关系学派，我就记住“工人不是‘经济人’，而是

‘社会人’；西蒙的决策理论学派，我抓住“有限理性”“满意解”等词语记忆，考试时抓住了关键词语，再加上临床发挥，那就万变不离其宗了。考前适当的强化记忆也是十分重要的，我会在关键的或难于记住的词句上用红笔进行批注，这样反复的批注能很好地帮助我们记忆。

我读书的另一个重要方法，就是喜欢把所看的内容与自己的工作，与自己周围的生活结合起来思考，这样学习起来也容易记住。例如学习第四章第二节“工作设计”这个内容时，我就联想到学校这个组织里就有语文、数学、音乐、体育、美术、计算机等不同专业的教师，这样的分工有利于培养专业人才，提高教学质量。但过于专业化分工也有缺陷，限制了教师学习、发展的机会。因此，倡导教师轮换交流（城乡之间、校际之间），扩大工作范围，丰富工作内容（学科之间交流听课），使用工作特色。这样一联系实际，这一节的主要内容全记住了。

再如学习第八章“管理者与领导者”时，我就把这个管理者、领导者看成是一所学校的校长，校长要管理好一所学校，也应该拥有这样的‘素质：具有战略思考的能力、充满激情、正直；校长领导学校的关键行为也应该是：构建愿景（学校中、长期规划）、识别关爱下属（了解教师的发展需求、关心教师的工作、生活）、正确使用与提高下属的能力（用人机制、培养精英团队、提升工作效率）、服务于组织目标（办人民满意的学校）、保持希望（学校精神、追求卓越）。联系自己的工作实际去理解，无论考简答题还是论述题都不会有问题了。除了考试能够过关外，我觉得更长远的收获就是能学以致用，提升自己的工作效率和品味，丰富自己的人生经历。

建议考生在购买教材时也最好买上历年的试卷，考前一两个星期，自己试着做一做，一来了解考试的题型，二来评估一下自己在哪些地方还掌握得不够好，可以弥补。做模拟卷这个环节一定需要，因为有时本年度试卷中的题目与往年试卷中的题目类似，比如选择题或者填空题内容前后稍作变化而

已，所以提醒考生在做模拟试卷时也要学会变化，学会换个角度去思考，这样可能给你带来意想不到的惊喜。

考生的心态很重要，平时发现有些考生因为过度紧张，或自我压力太大，虽然考前也花了不少时间，但往往在考试中失误了。所以考试当天，我们应该以平和的心态充满自信走进考场。答题时尽量写具体些，特别是简答题或论述题，要点应逐一分开写，序号标出，这样便于阅卷老师看得清楚。一旦遇到自己不会的题目，请不要放弃，最好根据自己的理解写上答案，说不定也能得上几分。另外，提醒考生不要过早交卷，有时间的话选择题之类的内容可以检查检查。总之，考生在考场上尽可能做到沉着、仔细，有分必争。

考友们，坚持到底，就是胜利！最后，我衷心地祝愿大家都能顺利过关，如愿以偿！

烹饪课程心得体会篇四

大家好！非常荣幸能在这里和大家分享这次参加首钢实业杯烹饪技术高峰论坛的心得体会。

首先，很高兴的通知大家，这次大赛我工作团队荣获团体比赛金牌奖。在这里，我代表工作团队的全体成员，向公司领导对我们的信任、鼓励和支持，及各位同事对我们工作的配合表示深深的感谢！我工作团队一行五人代表xx公司赴xx参加此次烹饪大赛。10月18日抵达首钢烹饪比赛大厅后，连夜进行赛前的准备工作。无论是参赛展台、宣传标识的布置，还是烹饪工具、食材的准备，我工作团队各有分工，紧张有序的完成了工作。

烹饪比赛过程中，我团队的参赛作品有：卤牛头、烤羊排及莜面等热菜、面食、果盘及冷拼，以内蒙古地区的特色食材，崇尚丰满实在，注重原料的本味，队员运用娴熟的技巧和独特的方法，烹饪原汁原味的草原文化美食，深受评委的好评。

各地参赛团队的比赛中，最令我印象深刻的是中石油的参赛作品：“梅兰竹菊”。这道冷拼是用精细刀工将食材加工，制作成富有中国古韵的花中四君子，刀工操作干净利落，不仅形状整齐美观，诱人食欲，更重要的是这一作品创意新颖，引人注目。单这道冷拼，令我感受到烹饪不仅仅要注重食物的色、香、味、形的协调一致，并且要讲究菜肴的传统美感，达到色、香、味、形、美的和谐统一，给人以精神和美食相统一的特殊享受。

另外，各地参赛选手的面点更是制作精致，不仅品类丰富、而且风味多样，比如将面点制作成绽放的花式、可爱的动物、逼真的晴雨伞等，让我见识到面点制作技艺的高超，面对形状各异、别致精美的面点品，不禁垂涎欲滴，更令我坚定了信心，努力提高我团队面点师的工作技能，通过不断的学习实践，使面点师技艺精湛，为顾客提供更新颖精致、美味可口的面食。通过这次参加比赛的经历，有机会与各地参赛选手交流、学习，深刻认识到“平衡即健康”的传统养生思想，烹饪讲究的不再是将生的食物原料加工成熟食品，更重要的是强调各类营养成分的平衡。比如：粗粮、细粮搭配；副食品种类要多样，荤素搭配；主副食搭配；干稀饮食搭配等等。这样搭配混合食用可提高食物的风味，有助于各种营养成分的互补，还能提高食品的营养价值和利用程度。

饮食质量的提高，在于烹饪水平的提高，烹饪水平的提高，在于厨师之间相互研讨、相互勉励及共同努力。每天能够让员工吃到美味可口的饭菜，员工就会有一种家的感觉，才会更好的为公司服务。在日常工作中，我们还存在许多不足之处。最大程度的增加年收入，为公司增收，就要不断创新进步，研制更加物美价廉、营养均衡的佳肴招揽顾客，从这个角度来说，我深感肩负工作的创新性与挑战性。今后，我将带领我的团队不断接受挑战、勇于创新，烹饪更精美的菜肴，改进工作思路，考察新的菜品，争取创造更好的经济效益和社会效益。

再次感谢领导为我提供这次参赛学习的机会，相信在各位领导的指导和各位同事的配合帮助下，我们的团队一定能够精诚团结，以百折不挠勇往直前的精神风貌迎接挑战！

烹饪课程心得体会篇五

各位领导、同事们：

大家好！非常荣幸能在这里和大家分享这次参加首钢实业杯烹饪技术高峰论坛的心得体会。

首先，很高兴的通知大家，这次大赛我工作团队荣获团体比赛金牌奖。在这里，我代表工作团队的全体成员，向公司领导对我们的信任、鼓励和支持，及各位同事对我们工作的配合表示深深的感谢！我工作团队一行五人代表xx公司赴xx参加此次烹饪大赛。10月18日抵达首钢烹饪比赛大厅后，连夜进行赛前的准备工作。无论是参赛展台、宣传标识的布置，还是烹饪工具、食材的准备，我工作团队各有分工，紧张有序的完成了工作。

烹饪比赛过程中，我团队的参赛作品有：卤牛头、烤羊排及莜面等热菜、面食、果盘及冷拼，以内蒙古地区的特色食材，崇尚丰满实在，注重原料的本味，队员运用娴熟的技巧和独特的方法，烹饪原汁原味的草原文化美食，深受评委的好评。

各地参赛团队的比赛作品中，最令我印象深刻的是中石油的参赛作品：“梅兰竹菊”。这道冷拼是用精细刀工将食材加工，制作成富有中国古韵的花中四君子，刀工操作干净利落，不仅形状整齐美观，诱人食欲，更重要的是这一作品创意新颖，引人注目。单这道冷拼，令我感受到烹饪不仅仅要注重食物的色、香、味、形的协调一致，并且要讲究菜肴的传统美感，达到色、香、味、形、美的和谐统一，给人以精神和美食相统一的特殊享受。

另外，各地参赛选手的面点更是制作精致，不仅品类丰富、而且风味多样，比如将面点制作成绽放的花式、可爱的动物、逼真的晴雨伞等，让我见识到面点制作技艺的高超，面对形状各异、别致精美的面点品，不禁垂涎欲滴，更令我坚定了信心，努力提高我团队面点师的工作技能，通过不断的学习实践，使面点师技艺精湛，为顾客提供更新颖精致、美味可口的面食。通过这次参加比赛的经历，有机会与各地参赛选手交流、学习，深刻认识到“平衡即健康”的传统养生思想，烹饪讲究的不再是将生的食物原料加工成熟食品，更重要的是强调各类营养成分的平衡。比如：粗粮、细粮搭配；副食品种类要多样，荤素搭配；主副食搭配；干稀饮食搭配等等。这样搭配混合食用可提高食物的风味，有助于各种营养成分的互补，还能提高食品的营养价值和利用程度。

饮食质量的提高，在于烹饪水平的提高，烹饪水平的提高，在于厨师之间相互研讨、相互勉励及共同努力。每天能够让员工吃到美味可口的饭菜，员工就会有一种家的感觉，才会更好的为公司服务。在日常工作中，我们还存在许多不足之处。最大程度的增加年收入，为公司增收，就要不断创新进步，研制更加物美价廉、营养均衡的佳肴招揽顾客，从这个角度来说，我深感肩负工作的'创新性与挑战性。今后，我将带领我的团队不断接受挑战、勇于创新，烹饪更精美的菜肴，改进工作思路，考察新的菜品，争取创造更好的经济效益和社会效益。

再次感谢领导为我提供这次参赛学习的机会，相信在各位领导的指导和各位同事的配合帮助下，我们的团队一定能够精诚团结，以百折不挠勇往直前的精神风貌迎接挑战！