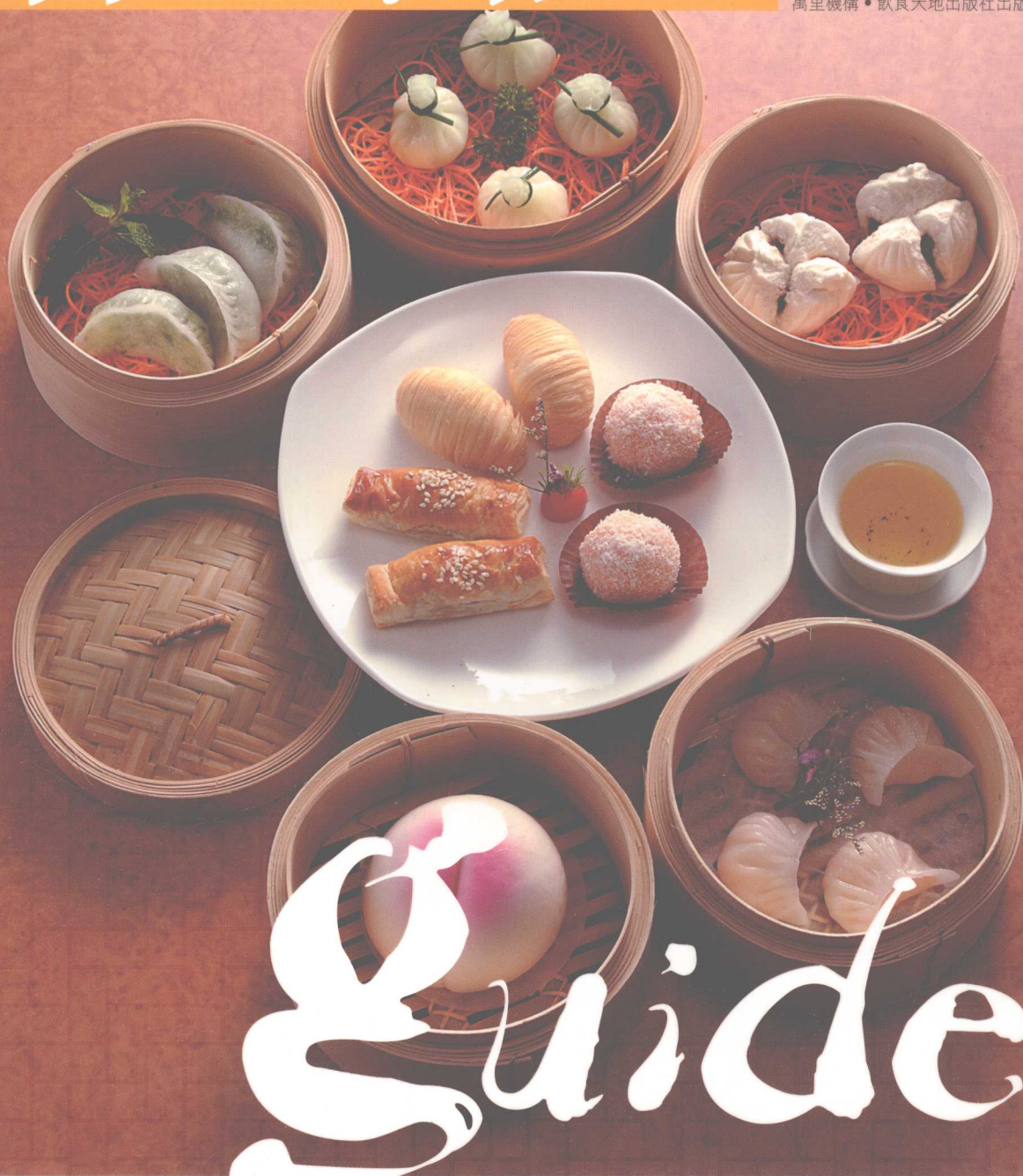


A Guide to Hong Kong Dim Sum

香港點心

梁偉山 編著

萬里機構 • 飲食天地出版社出版



Guide

香港點心

梁偉山 編著 萬里機構・飲食天地出版社出版

Hong Kong Dim Sum

Guide





香港點心 guide

編 著

梁偉山

編 輯

郭麗眉

攝 影

辛浩生

設 計

王妙玲 朱 靜

出版者

萬里機構・飲食天地出版社

香港鰂魚涌英皇道1065號東達中心1305室

電話：2564 7511 傳真：2565 5539

網址：<http://www.wanlibk.com>

發行者

香港聯合書刊物流有限公司

香港新界大埔汀麗路36號中華商務印刷大廈3字樓

電話：2150 2100 傳真：2407 3062

電郵：info@suplogistics.com.hk

承印者

美雅印刷製本有限公司

出版日期

二〇〇九年二月第一次印刷

版權所有・不准翻印

ISBN 978-962-14-3964-2

| 前言

香港點心是飲食界的驕傲，名聞遐邇，揚威海外，風頭曾經一時無兩。隨着年代變遷，點心行業由盛變衰，甚至出現青黃不接的尷尬局面，吸引不到年輕人入行，加上昔日舊有制度下的點心製作標準，漸漸變得模糊不清，失去製作準則，有些師傅又不了解箇中原理，令點心創作裹足不前，缺乏新意，令人深表惋惜。

本人認為，要重新振興點心行業，必須建立點心的製作標準；要令點心行業景象重拾昔日風光，應想方法喚起普羅大眾對點心界的關注。有見及此，故如今毅然與萬里機構合作出版這本全面剖析點心製作秘技的書籍，以承先啟後為目標，希望為讀者帶來新鮮的閱讀感覺，同時，借助出版界的影響力，給予業界一點鼓舞和支持，並希望業界老闆們看到此書，能支持屬下出版書籍，分享製作經驗，讓點心行業再現新景象。

點心行業的興衰，有賴點心師們團結和支持，摒棄無謂的執着，肩負薪火相傳的責任，才能令行業繼續向前發展，受到尊敬。《香港點心guide》是一部完整的點心製作天書，揀選超過70款的香港常見點心，採用精簡編寫手法，介紹點心的標準規範，以深入淺出的文字解構疑難，並以實例點明成敗關鍵，最後從科學角度理性分析點心製作的基本原理，是集實用、資訊和科學於一身的點心專書。



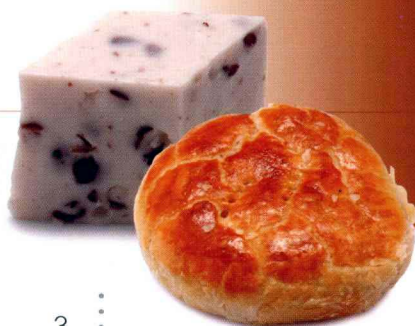
| 編輯的話

這書能順利出版，梁偉山師傅可說是首要功臣，透過他的詳細筆錄、專業指導，絕無藏私的資料提供，遂能深入淺出地把艱辛難懂的製作步驟逐一闡釋，並

引用圖像解說，通過多個實例解讀成敗關鍵，甚至運用科學理念解說製作原理。部份點心行內術語亦加入註釋，令讀者容易掌握。出版這本書，除了肩負社會責任推廣本土飲食文化外，我們還希望提供點心規範製作的參考指標，以助喚起業界關注點心發展，令香港飲食更上一層樓。



| 目錄



前言 3

編輯的話 3

| 包類

叉燒包 8

雞包仔 10

蓮蓉包 12

南瓜包 14

香芋包 16

豆沙包 18

奶黃包 20

素菜包 22

壽桃包 24

菜肉包 26

小籠包 28

生煎包 30

椰汁饅頭 32

京式蔥油餅 34

沙茶牛肉包 36

墨西哥包 38

菠蘿叉燒包 40

叉燒餐包 42

| 餃子類

蝦餃 46

菜苗餃 48

粉果 50

魚翅餃 52

潮州粉粿 54

韭菜粿 56

四色餃 58

灌湯餃 60

賽螃蟹 62

窩貼 64

京式餃子 66

羊肉餃子 68

| 酥・煎炸類

笑口棗 72

合桃酥 74

老婆餅 76

光酥餅 78

叉燒酥 80



雞仔酥.....	82
京式蘿蔔絲酥餅.....	84
蛋撻.....	86
椰撻.....	88
蛋黃酥.....	90
芋角.....	92
鹹水角.....	94
春卷.....	96
腐皮卷.....	98
冰花蛋球.....	100
高力豆沙.....	102
蛋散.....	104
千絲鵝肝卷.....	106
芋頭糕.....	108
蘿蔔糕.....	110
馬蹄糕.....	112

| 凍糕・軟皮點心類

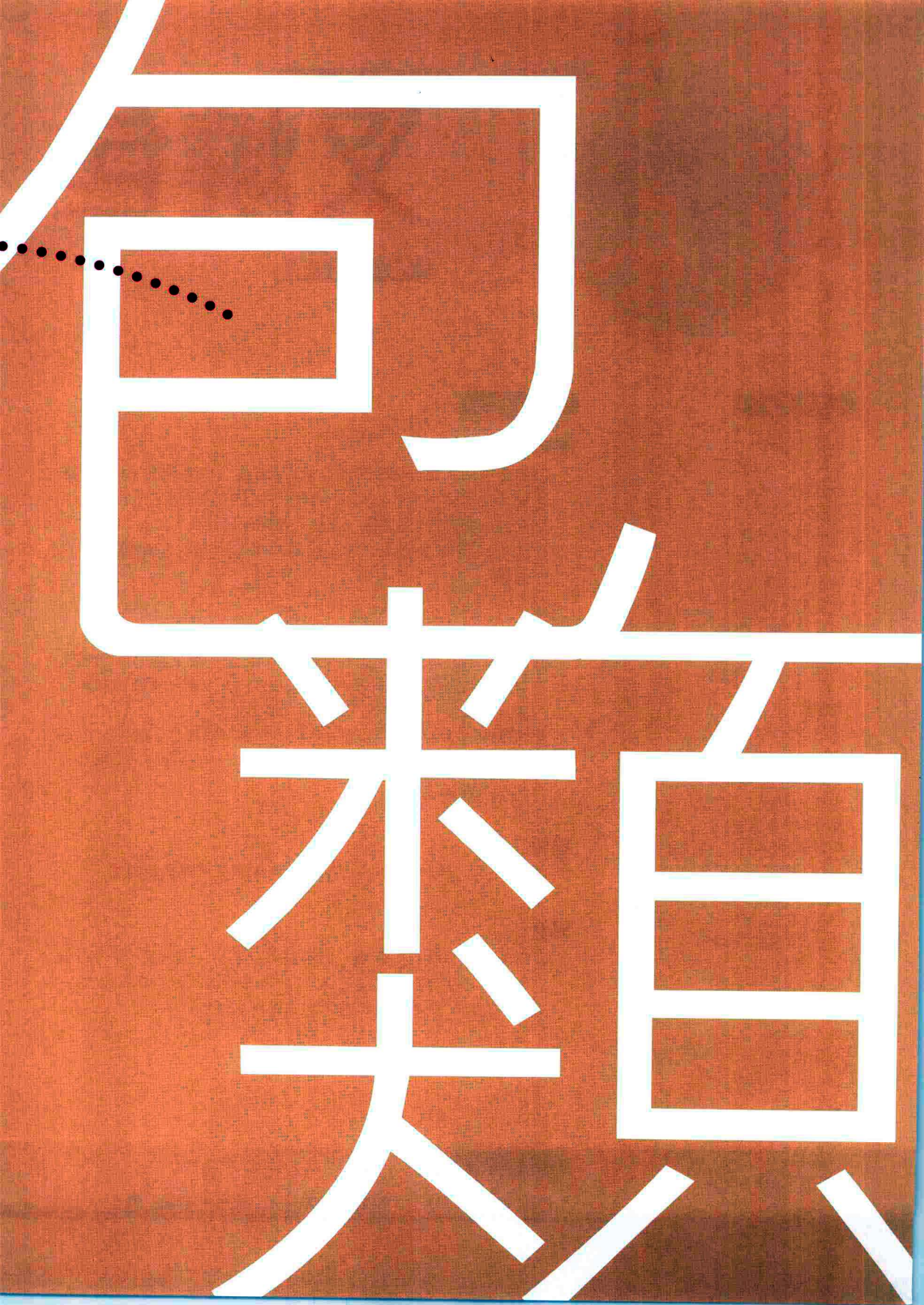
芝麻糕.....	116
元肉杞子桂花糕.....	118
桂花紅棗糕.....	120
馬豆糕.....	122

紅豆糕.....	124
紫米椰汁糕.....	126
搗沙煎堆.....	128
空心煎堆.....	130
紅豆沙煎堆仔.....	132
西米角皮.....	134
家鄉炸油粿.....	136
豆沙軟角.....	138
花生糯米糍.....	140
芒果糯米糍.....	142
綠茶糯米糍.....	144
芝麻卷.....	146

| 小食類

茶葉蛋.....	150
沙薑鳳爪.....	152
咖喱金錢肚.....	154
滷水豬仔腳.....	156
滷水牛腩.....	158
勁辣咖喱魚蛋.....	160

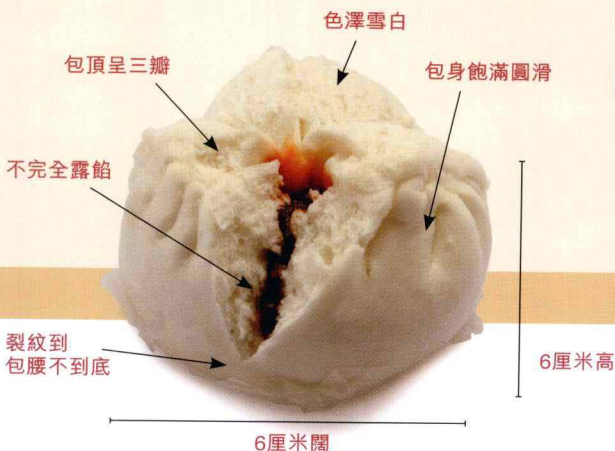




包類

叉燒包

一眼看出好與壞



材料

麵糰（糖皮）

麵種2斤（1200克）
沙糖1磅（454克）
麵粉1磅（454克）
蛋白1.2隻（45克）
豬油6錢（23克）
鹼水1.25錢（5克）
臭粉3錢（11克）
泡打粉7錢（26克）
清水8錢（30克）
澄麵1兩2錢（45克）

包芡汁

清水3斤（1800克）
沙糖1斤（600克）
生抽8兩（300克）
老抽3兩2錢（120克）
麻油6錢（23克）
舊裝蠔油3兩2錢（120克）
生粉3兩2錢（120克）
粟粉3兩2錢（120克）
味粉6錢（23克）
生油5兩8錢（220克）
乾葱8錢（30克）
生葱尾8錢（30克）
生薑片8錢（30克）
紅洋葱8錢（30克）
食用橙紅色素水少許（調色）
鹽4錢（15克）

餡料

叉燒1斤（600克）
叉燒包芡1斤7兩（870克）
蔥油1兩6錢（60克）

做法

麵糰

1. 將麵種放入攪拌機中用慢速攪打2分鐘，加入沙糖、蛋白和豬油，改用慢速攪打1分鐘，再轉用中速打10分鐘。
2. 下鹼水繼續攪打5分鐘，再放入麵粉和澄麵。
3. 泡打粉用清水調開，加入麵糰內用慢速攪打至麵糰不黏盆為準。

包芡汁

1. 用1兩（40克）生油炸香乾葱、葱尾、洋葱及薑片炸至深黃色，去渣留油，下清水1斤（600克）、沙糖、生抽、老抽、蠔油、麻油、胡椒粉一同煮滾，熄火。
2. 用清水½斤（300克）調勻生粉及粟粉，慢慢加入鍋中，用湯杓推勻才開火，用力推成粉糊，以起筋（即帶有張力）為準，再加入其餘生油拌勻。

餡料

把叉燒切成指甲片大小為標準，再拌入包芡汁和蔥油便成。

組合

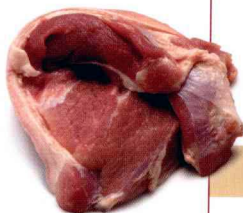
取出2斤（1200克）麵糰，出體32粒，再用小酥棍開成小圓麵皮，用竹餡挑（一種點心工具）扒入叉燒餡8錢（30克），執成菊花形圓頂，然後放入蒸籠用猛火蒸7分鐘便成。

註

“出體”是行內術語，意即把麵糰搓長身，再用手撕成小糰。

半肥瘦豬肉

全隻豬的任何部位皆可，脂肪與瘦肉分層清晰，一般肥瘦比例為3:7，肉質腴軟，適合攪碎、煲、燜煮。近年，因應市場健康要求，改變飼料，使養出來的豬以肥肉少瘦肉多為主，肥瘦比例變為2:8或1:9，所以就算是半肥瘦，都已經不是真的很肥膩。值得一提的是，不同位置的肉，肉質的腴軟程度也有所不同。

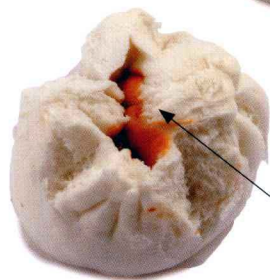
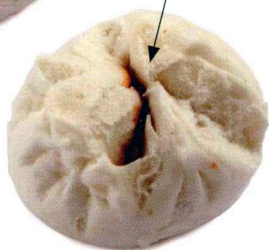


認材為用

專業指導



執包不夠技術，未能收成雀籠形，做不到三瓣包效果。



收口鎖不緊，因蒸氣熱力令包口散開，包頂如開花般四散。

麵糰輾得太薄，容易出現透餡狀況。



原來如此

Q

叉燒包芡汁為何會流動？

A

芡汁是叉燒包的靈魂，芡汁的濃稀度適中，流動中仍能包裹餡料，所以叉燒與芡汁比例乃是成功關鍵。芡汁要做到有流動質感，必須有耐性熬煮，時間太快，包汁容易化水，不夠濃縮；時間煮得太久，容易變糊和結實，狀如膏。此外，推汁時要不停推動並順時針攪拌，避免黏底，因為芡汁含有大量澱粉，容易沉澱，若不攪拌，便會在不斷加熱情況下變焦，弄壞芡汁。

貼士

現代麵種

① 酵母老酵

麵粉2斤（1200克），酵母4.5錢（17克）、沙糖9錢（34克）、清水1斤2兩（680克）。將以上材料搓勻，置溫度30℃-40℃的環境中，恆身20-25分鐘。

② 麵種材料和製法

酵母老酵3斤（1800克）、麵粉8兩（300克）、泡打粉1兩（40克）、臭粉2錢（8克）、豬油1兩5錢（57克）、澄麵12兩（450克）、沙糖12兩（450克）、清水2兩（75克）。把所有材料搓勻，發酵1小時。



包類

雞包仔

一眼看出好與壞

材料

麵糰

麵種2斤（1200克）
（參閱“叉燒包”，第8頁）
沙糖1磅（454克）
麵粉1磅（454克）
蛋白1.2隻（45克）
豬油6錢（23克）
鹼水1.25錢（5克）
臭粉3錢（11克）
泡打粉7錢（26克）
清水8錢（30克）
澄麵1兩2錢（45克）

餡料

鮮雞髀肉1斤3兩（720克）
豬髀赤肉6兩（225克）
叉燒片3兩（115克）
熟冬菇1兩5錢（57克）
雞肝1兩5錢（57克）

調味

幼薑粒¼兩（10克）
大菜粒1兩5錢（57克）
芫荽碎¾兩（30克）
鹽4錢（15克）
味粉6錢（23克）
沙糖1兩（40克）
胡椒粉¼錢（1克）
麻油4錢（15克）
生粉8錢（30克）
生抽4錢（15克）
生油1兩2錢（45克）

做法

麵糰

1. 將麵種放入攪拌機中用慢速攪打2分鐘，加入沙糖、蛋白和豬油，用慢速攪打1分鐘，再改用中速攪打10分鐘，下鹼水後繼續攪打5分鐘，加入麵粉和澄麵拌勻。
2. 泡打粉用清水調開，加入麵糰內用慢速攪打至麵糰，以不黏盆為準。

餡料

1. 先將雞肉和赤肉放攪拌機內，下鹽和生粉以中速攪打5分鐘，至有根勁為準。
2. 加入叉燒、冬菇、雞肝、薑粒和大菜粒，用慢速攪打3分鐘，再加入其他材料拌勻。

組合

取出2斤（1200克）麵糰，出體64粒，用小酥棍開成小圓麵皮，再用竹餡挑扒餡料4錢，用手執成菊花形圓頂，放入蒸籠用猛火蒸7分鐘便成。

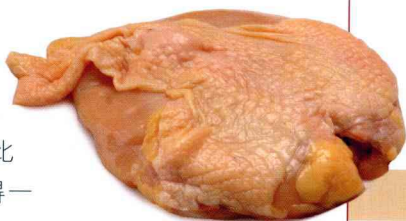
註

“執包”是行內術語，意即把包口摺疊成包形和收口的過程。

雞肉

雞肉一般分為黃油和白油，兩者的營養成份差不多。

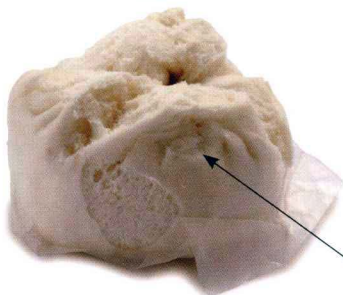
黃油雞肉含脂肪成份比較多，肉質肥美兼軟滑，雞肉帶黃色，不會完全潔白。白油雞比較纖瘦，體型略小，肉間中會有點硬。值得一提，走地雞肉比困在籠中飼養的雞隻，肉質結實且具彈性，不太適合做點心餡料。



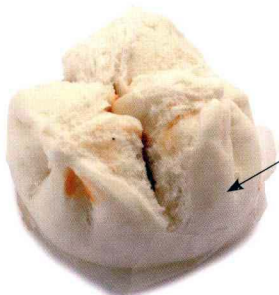
專業指導



麵糰含臭粉，所以包頂會有爆裂效果，但破口未受控制，容易露餡。



包身隨熱氣下降，表面會呈乾硬，因包身的水份被蒸發，只要翻蒸包子，讓蒸氣重回包子，補充水份，就會回復狀態。



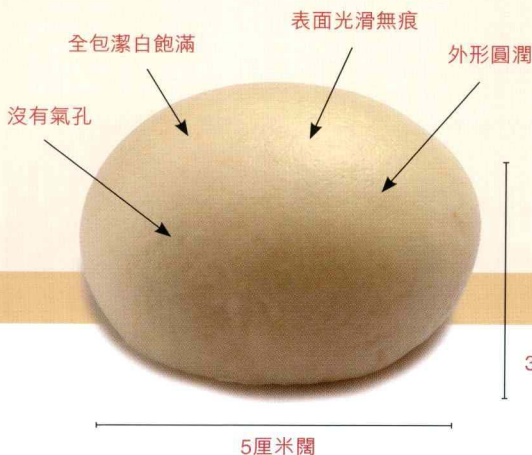
包身時間操控得宜，包底呈圓，包身沒有瀉開，保持包形。

原來如此

Q 為甚麼中式包愛用豬油不用牛油？



A 一般傳統中式包子，總愛用豬油作油脂，因為豬油價錢比較便宜，容易獲取和貯藏，加上它的特質可改善包子的質感，可塑性甚高，特別是處於半凝固狀況的油脂。豬油屬於含液體特性的固體油脂，經搓揉時產生熱力，令固體油脂轉化為液體狀態，隨意麵糰內展開，於是以極細小的晶體分散於液體油中，自由流動於不堅硬的固體網路，令麵糰變得綿軟。



包類

蓮蓉包

一眼看出好與壞

材料

麵糰

麵種2斤（1200克）
（參閱“叉燒包”，第8頁）
沙糖1磅（454克）
麵粉1磅（454克）
蛋白1.2隻（45克）
豬油6錢（23克）
鹼水1.25錢（5克）
臭粉3錢（11克）
泡打粉7錢（26克）
清水8錢（30克）
澄麵1兩2錢（45克）

餡料

白蓮蓉1斤12兩（1050克）
鹹蛋黃4隻
冰肉粒3兩2錢（120克）
皇冠生油1兩6錢（60克）

做法

麵糰

1. 將麵種放入攪拌機中用慢速攪打2分鐘，加入沙糖、蛋白和豬油，用慢速攪打1分鐘，再改用中速攪打10分鐘，下鹼水後繼續攪打5分鐘，加入麵粉和澄麵拌勻。
2. 泡打粉用清水調開，加入麵糰內用慢速攪打至麵糰，以不黏盆為準。

餡料

1. 鹹蛋黃一開為八。
2. 將白蓮蓉加入冰肉粒和皇冠生油拌勻，包上1粒鹹蛋黃。

組合

取出2斤（1200克）麵糰，出體64粒，每粒重5錢（19克），用小酥棍開成小圓麵皮，包上餡料，揉圓，收口壓底，恆身30分鐘，入蒸籠用猛火蒸7分鐘便成。

註

“恆身”是行內術語，意即搓揉麵糰後放置一旁，讓麵糰鬆弛麵筋。

蓮子

蓮子是蓮花的種子，待花朵凋謝，結子於蓮蓬中。它的外皮是棕紅色，沒脫皮的稱赤蓮/紅蓮；磨去外皮，呈淡黃色，稱為白蓮。

蓮子中間有藏一條綠色的芯，味道苦澀，

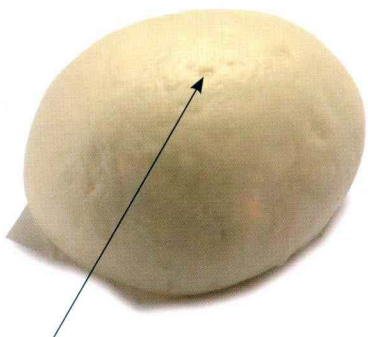
必須去除，否則會令食物變苦。用白蓮子製成的餡料，稱為“白蓮蓉”，由於缺了外皮，

味道清淡；用有皮蓮子剗出的蓮子蓉，味道濃郁，色澤金黃，即“黃蓮蓉”。剗蓮蓉時要使用銅鑊處理，蓮蓉才會金黃不變黑。

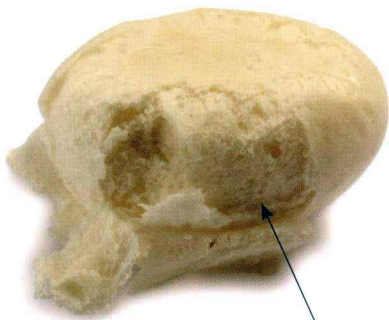


認材為用

專業指導



包子表面呈氣孔，不夠光滑。這是因為沒有把麵糰內空氣完全拍出所致；包子恆身後，空氣會浮到包子表面，造出凹凸不平的狀況。



正宗的蓮蓉包，可以一層層地被剝下。因為麵糰內的豬油脂往下滲進包子的麵糰，夾雜在麵糰的空隙，製造出層層空間，包子便可被逐層撕開，口感特別鬆化。

原來如此



為何酥皮蓮蓉包會有層次？



蓮蓉包要有層次感，這與麵糰包上油心有直接關係。

摺疊麵糰時會包上油心，再捲疊造成空間層次。如何製造？方法是用1兩（40克）麵糰，包入豬油酥心1錢（4克），再用酥棍開成長形，用手回捲成圓筒形，再摺成粒形（行內稱為“開小酥”）。包餡，揉成圓形，下蒸籠後恆身30分鐘，以大火蒸1分鐘，疏籠蓋（即揭蓋疏氣）再蒸2分鐘，再疏籠蓋，再蒸3分鐘便成。

瓜蒂與包身合比例

包身飽滿

色澤自然

造型神似

印痕清晰

5厘米闊

4厘米高

包類

南瓜包

一眼看出好與壞

材料

麵糰

麵種2斤（1200克）
（參閱“叉燒包”，第8頁）
沙糖1磅（454克）
麵粉1磅（454克）
蛋白1.2隻（45克）
豬油6錢（23克）
鹼水1.25錢（5克）
臭粉3錢（11克）
泡打粉7錢（26克）
清水8錢（30克）
澄麵1兩2錢（45克）
南瓜蓉4兩（150克）
可可粉5錢（19克）

餡料

沙糖6兩4錢（240克）
粟米粉2兩4錢（90克）
奶粉、吉士粉各1兩2錢（45克）
魚膠粉2錢（8克）
雞蛋2.5隻
煉奶4兩5錢（170克）
雲呢啉粉¼錢（1克）
牛油3兩6錢（136克）
清水12兩8錢（480克）
椰汁4兩5錢（170克）
食用橙紅色素水¾錢（3克）
食用檸檬黃色素水2錢（8克）

做法

麵糰

1. 將麵種放入攪拌機中用慢速攪打2分鐘，加入沙糖、蛋白和豬油後用慢速攪打1分鐘，改用中速攪打10分鐘，下鹼水後繼續攪打5分鐘，再放入麵粉、澄麵粉和南瓜蓉攪勻。
2. 泡打粉用清水調開，加入麵糰內用慢速打至麵糰以不黏盆為準。
3. 取出2兩（75克）麵糰，加入可可粉5錢（19克）搓勻，當作瓜蒂。

餡料

1. 先將沙糖、魚膠粉、粟米粉、吉士粉、雲呢啉粉、雞蛋、煉奶、椰汁搓勻備用。
2. 再將清水、食用色素水、牛油一同煮滾，撞入椰漿粉水中，變成半生熟的糊漿，轉放四方盆中，以大火蒸熟透為準。
3. 再用保鮮紙封好，攤凍，然後用攪拌機以快速攪打至幼滑，備用。

組合

取出2斤（1200克）麵糰，出體64粒，每粒重5錢（19克），用小酥棍開成小圓麵皮，包上餡料5錢（19克），執包成南瓜形，收口壓底，插上瓜蒂，恆身30分鐘，入蒸籠用猛火蒸3分鐘，取出壓紋，回爐蒸4分鐘便成。

註

包身在蒸片刻才取出壓紋，紋痕清晰，如果在生麵糰造型時，已經壓紋，恆身後的麵糰會膨脹，包上的紋痕因而變得模糊不清。

南瓜

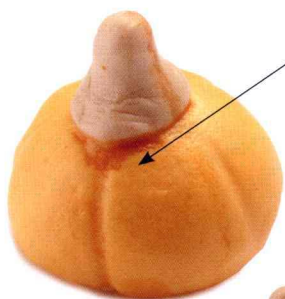
南瓜品種很多，有泰國、日本、中國和香港，質感各有千秋。日本南瓜質感糯軟，色澤艷麗，甜度適中，外形圓扁，個子小，適合做點心餡料和外皮。中國和香港南瓜，水份比較多，甜度頗高，適合煲湯、烹煮，可惜煮熟後顏色會脫落，不夠明艷。泰國南瓜，味道清香，甜度一般，色澤清淡，燉煮或放湯皆宜。

南瓜含有粗纖維，蒸熟製蓉，可隔去纖維才與麵糰混合搓勻。



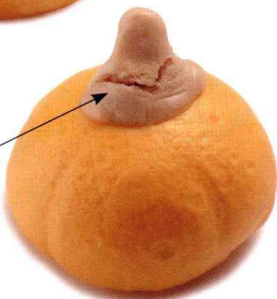
認材為用

專業指導

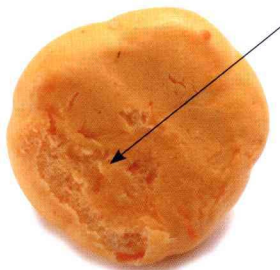


南瓜蒂與包身的節口分離，餡料還在包身瀉出。這與執包時收口不均，塗蛋白液時沒有妥善插上包蒂，造成包蒂與包身分離的危機。

插包蒂時，可能麵糰不足，然後再補回足夠份量，又沒有收好接口，故蒸包後出現裂紋，不夠完美。



包底和包身合乎比例，清晰見到圓形包底，包身沒有瀉開，不會有肥腫不分的弊病。



原來如此



為何包子有細緻質感？



A

油脂具充氣作用，當它與麵粉混合或作高速攪動，油脂會分散變成細小顆粒，同時會包入許多空氣，使麵糰的體積變大，經加熱後令空氣受熱膨脹，包子變得鬆軟。不過，避免包子的空隙太多，一般會在做包子前用攪麵機逼出空氣，使麵糰的網路疊壓一起，空隙變小，所以包子仍能因熱力令空氣膨脹，變得鬆軟，但是質感細緻，沒有很多的空氣泡存在。

包類

香芋包

一眼看出好與壞



材料

麵糰

麵粉1斤（600克）
生粉2兩（75克）
澄麵粉2兩（75克）
泡打粉3錢（11克）
紙包奶8兩（300克）
沙糖3兩（115克）
酵母3錢（11克）
豬板油1兩（40克）
食用咖啡色素2錢（8克）

餡料

芋蓉8兩（300克）
椰汁1兩5錢（57克）
粟粉3.5錢（13克）
沙糖2兩（75克）
牛油1兩（40克）
芋頭香油少許（後下）

做法

麵糰

1. 將所有材料放攪拌機內攪打至滑身。
2. 取出4兩（150克）白麵糰，加入食用咖啡色素搓勻，變成咖啡式麵糰。
3. 把雙色麵糰分別用輾麵機輾薄，變成8吋×8吋的方形麵糰，分別用濕布巾抹麵糰，重疊一起，捲成圓筒形。

餡料

把所有材料（除香油外）放攪拌機內打滑，加入芋頭香油拌勻，放冰箱中雪至挺身。

組合

取出雙色麵糰，切成每件重5錢（19克），四周輾薄，中間厚，包上奶黃餡4錢（15克），搓成圓形，封口放底，恆身30分鐘，放入蒸籠用猛火蒸3分鐘，取出包子待涼1分鐘，回爐蒸2分鐘便成。

註

每1斤（600克）大滾水與3錢（11克）食用色粉調配，作為標準。