



酒店 流行菜

食尚文化 ■ 组织编写



中式 面点



化学工业出版社

酒店流行菜

中式面点

食尚文化 ■ 组织编写



化学工业出版社

·北京·



图书在版编目 (CIP) 数据

中式面点/食尚文化组织编写. —北京: 化学工业出版社, 2010.6
(酒店流行菜)

ISBN 978-7-122-08144-5

I. 中… II. 食… III. 面点—制作—中国 IV. TS972.116

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第194846号

责任编辑: 张彦 王蔚霞
责任校对: 宋玮

装帧设计: 北京水长流文化发展有限公司

出版发行: 化学工业出版社 (北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)

印装: 北京外文印务有限公司

720mm×1000mm 1/16 印张6 字数122千字 2010年7月北京第1版第1次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686)

售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 24.80元

版权所有 违者必究

编委会

总策划：马传峰

主 编：史汉麟

技术总监：郝清琳

副主编：杨军军 王 东 崔宝利 山宝章 董秀兰 曹占友
吴建松

编 委：董 俊 姜洪伟 王 鹏 李志忠 刘海东 李芳芳
李 让 韩 鹏 赵华伟 刘英祥 吕建彪 张 萌
刘亦伟 赵 强

摄 影：王 贺 李 刚

CONTENTS 目录



第一部分

PART 1

基础知识

- 一、面点的分类和主要流派 / 2
- 二、面点的原料介绍 / 4

第二部分

PART 2

制作实例

- 上汤云吞黄 / 9
- 虾仁饺 / 10
- 菠萝包 / 11
- 蟹籽灌汤包 / 12
- 飘香奶黄包 / 13
- 雪棉豆沙 / 14
- 南瓜果 / 15
- 玉米虾果 / 17
- 手抓饼 / 18
- 枣泥三角酥 / 19
- 蝴蝶卷 / 20
- 三丁麦合 / 21
- 香甜玉米球 / 23



螺旋葱花饼 / 24
牛肉煎饼 / 25
红黄萝卜果 / 27
水晶素虾饺 / 29
驴肉煎饺 / 30
飘香榴莲酥 / 31
开口笑煎饺 / 32
干仁凉瓜果 / 33
青菜汤面 / 35
红梅含雪 / 37
迷你糯米糍 / 39
南瓜饼 / 41
荞面蒸饺 / 42
葱油饼 / 43

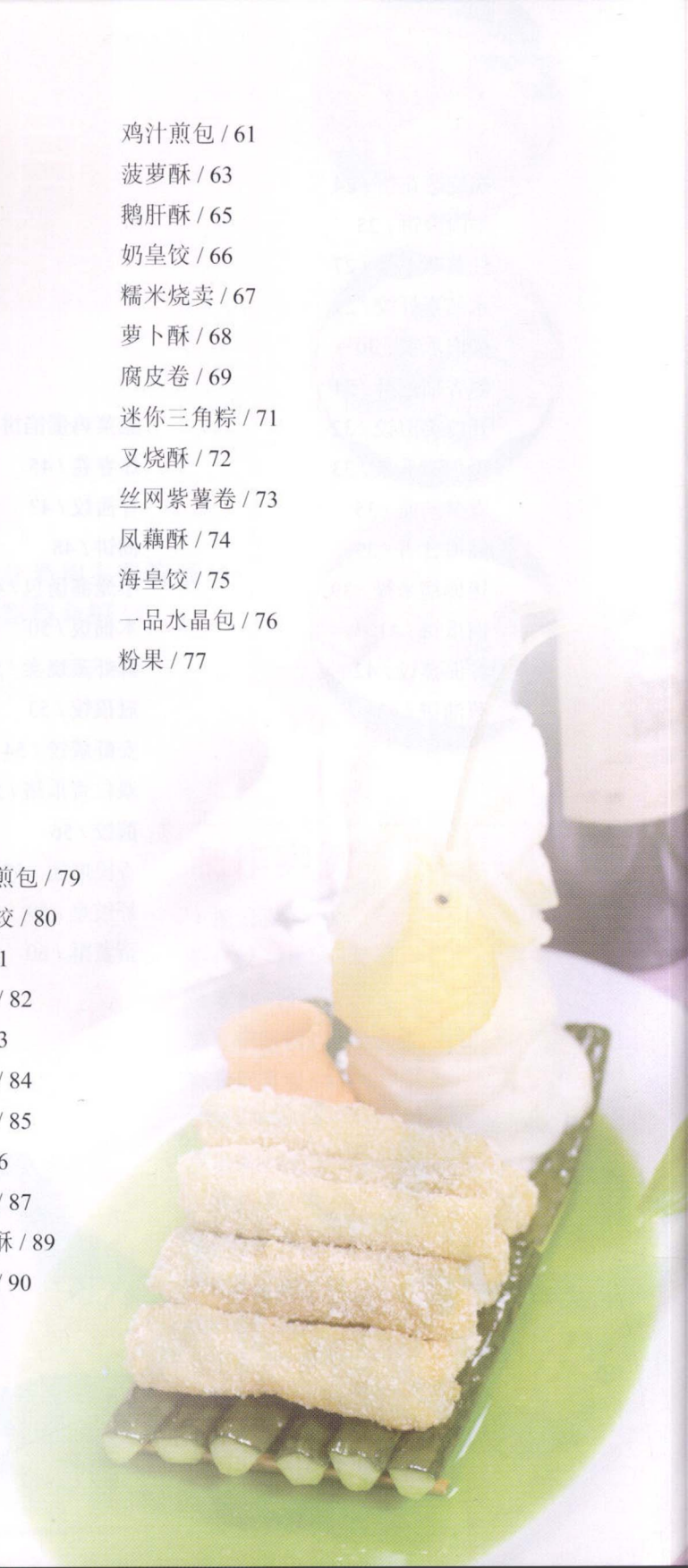
韭菜鸡蛋馅饼 / 44
炸春卷 / 45
香茜饺 / 47
糊饼 / 48
小笼灌汤包 / 49
木桶饭 / 50
鲜虾蒸烧卖 / 51
冠顶饺 / 53
安虾咸饺 / 54
双仁青瓜烙 / 55
煎饺 / 56
香民麻团 / 57
虾饺皇 / 59
蛋黄酥 / 60





- 鸡汁煎包 / 61
- 菠萝酥 / 63
- 鹅肝酥 / 65
- 奶皇饺 / 66
- 糯米烧卖 / 67
- 萝卜酥 / 68
- 腐皮卷 / 69
- 迷你三角粽 / 71
- 叉烧酥 / 72
- 丝网紫薯卷 / 73
- 凤藕酥 / 74
- 海皇饺 / 75
- 一品水晶包 / 76
- 粉果 / 77

- 猪肉灌汤煎包 / 79
- 极品鱼翅饺 / 80
- 刺猬酥 / 81
- 凉瓜脆枣 / 82
- 木瓜酥 / 83
- 桐子叶果 / 84
- 满载而归 / 85
- 榴莲包 / 86
- 金银馒头 / 87
- 金牌核桃酥 / 89
- 京东肉饼 / 90



第一部分

P A R T I

基础知识

一、面点的分类和主要流派

面点的分类

我国地大物博，饮食文化源远流长，在长期的发展过程中，总结出花色多变、口味多样、种类繁多的点心制作过程。按原料类别、制熟方法、形态、口味四种规则可将点心进行如下分类。

1. 按原料类别分类

根据所用主要原料，中国面点可划分为以下三大类。

(1) 米类制品

米类制品指以米或米粉掺入水及其它辅料，经调制、成型及制熟步骤而成的制品，包括米制品、糕粉制品、团粉制品、酵粉制品等，如汤圆、年糕等。

(2) 面类制品

面类制品指以小麦面粉做主要原料制成的面点，包括酥面制品、水面制品、膨松面制品、蛋面制品等，如饺子、包子、馒头、油条以及各种酥类。

(3) 杂粮类制品

杂粮类制品指米类制品和面类制品以外的制品，如澄粉制品、杂粮豆薯类制品、果蔬制品及其它制品，如山药糕、水晶包、小窝头、绿豆糕等。

2. 按制熟方法分类

面点的制熟方法多种多样，一般分为煮、蒸、煎、炸、烤、烙等。这种分类方法常用于教学及面点实例的归类，与面团性质结合，能较系统地对面点进行分类。

3. 按形态分类

形态分类是按各种面点的基本形状划分的，这种方法也称为商品分类法，一般可分为团、饼、酥、包、糕、饺、粽、粉、粥、馄饨、面、烧卖等。

4. 按口味分类

按照口味分类，一般可将面点分为甜味、咸味、复合味三种。这样的分类方法对宴席面点、茶点的配置具有重要意义。

中式面点的三大流派

从全国范围来看，面点制作在选料、口味、制作工艺等方面大体形成了京式、苏式、广式三大流派，各具特色。

1. 京式面点

京式面点以北京为代表，故称京式面点，其涵盖的区域则指黄河流域及黄河以北的

大部分地区（包括山东、华北、东北等地）。北京汇集了东南西北的风味及烹制高手，特别是在清朝，大批的厨师被引入到北京后，逐渐形成了风味独特的京式面点。

京式面点的坯料主要以面粉、杂粮粉为主，面坯质感较硬实、劲道。馅心口味甜咸分明，甜馅主要是以杂粮制茸、泥为主，喜用蜜饯制馅或点缀；咸馅多用肉类、蔬菜类以及菜肉混合制作的馅心。肉馅多采用“水打馅”，口味鲜咸，卤汁多，擅用葱、姜、酱、麻油等调料，如：天津狗不理包子就是用水打馅，因此其肉嫩汁多，柔软松嫩，具有独特风味。

2. 苏式面点

苏式面点所涵盖的区域大致指江、浙、沪一带，以江苏为代表，故称苏式面点。江浙一带是我国著名的鱼米之乡，为面食的发展提供了丰富的物质条件。由于历史上这一带曾是南北运河的交通枢纽，所以这里的厨师不仅擅长于米面制作，也擅长麦面制作。因此，苏式面点既具有南方风味，也具有北方特点。

苏式面点的坯料以米、面为主，坯形式多样，除了发酵面团、水调面团、油酥面团外，还擅长米粉面团的调制，且造型十分讲究，如苏州的船点，其形态甚多，常见的有禽畜类、鱼虾类、花卉等，色泽鲜艳、形态逼真、栩栩如生，被誉为食品中精美的艺术品。苏式面点的口味也很讲究，味道浓醇，略带甜味，色泽较深。馅心用料十分广泛，选料讲究，肉馅中喜掺入皮冻，制熟后成品汁多肥嫩、味道鲜美，如扬州三丁包子、淮安文楼汤包、镇江蟹黄汤包、无锡的小笼包子等，都是典型的掺冻品种。甜馅则多用果仁蜜饯。

3. 广式面点

广式面点所涵盖的区域指珠江流域及南部沿海地区，以广东为代表，故称广式面点。广东地处我国南方，气候温和，物产极为丰富，从而形成了风格自成一体的南国风味。

广式面点用料广泛，坯多变，常以淀粉类为主，还特别善于利用芋头、荸荠、土豆、山药、薯类、南瓜等做坯料。广式糕点的主要辅料多为当地著名的特产，如广式腊肠、椰丝、果仁、叉烧肉等。

广式面点吸取了西点制作工艺，所以其品种特点更为丰富多彩，以讲究形态花色、馅心多样著称。在工艺上，广式面点主要表现在带馅糕点要求皮薄馅厚，故饼皮制作和包馅技术要求很高，既要求皮薄馅大又要求不能漏馅，通过大馅突出馅心的风味。

制作中式面点的原料非常广泛，几乎所有的主粮、杂粮以及大部分可食用的动、植物原料都可纳入其中，随着现代经济、科技的发展，面点制作所用的原料还在不断地开发和扩充。我们只有在熟悉各种原料知识的基础上，才能在实际操作中做到正确选择原料且合理使用原料，才能使各种中式面点的质量得到保证。

原料的选择

作为一名优秀的面点师，面对丰富的原料，必须能恰当地选用原料，能否正确地选择和使用原料，对面点制作影响很大。每种原料本身有自己的性质、特点及用途，因此选料好坏直接影响面点成品的质量，这就要求我们必须懂得选用原料的一般知识。

1. 熟悉坯皮原料的性质及用途

米粉和面粉是大多数面点制品所用的坯皮原料，制作时必须掌握米粉、面粉的性质及用法，以做到选用合理、使用恰当。米类和麦类磨制成粉状后，就韧性来说米类不如麦类强。面粉调制后有较好的延伸性和可塑性，发酵后能使成品疏松、柔软有弹性，这是因为面粉中含的蛋白质主要是麦胶蛋白和麦麸蛋白，它们构成了“面筋”的主要成分，所以包、饺、条、饼等大多用面粉作为坯皮原料。面粉和米粉弹性及韧性的大小与其加工精度也有密切的关系，加工越细韧性越强，但同时营养素的损失也就越严重，从而降低了其营养价值。因此，在保证面点质量的同时也要尽可能保留面点的营养价值。

2. 掌握调辅料的性质及其使用方法

辅助料和调味料的作用是为成品增加风味和口感、突出花色及提高质量的，因此必须掌握它们的独特性质和使用方法。首先调味料在面点制作中的主要作用是消除制品原料中的异味，并增加其色泽、香气和滋味，从而达到美味适口的要求，如盐、糖、油、酱、醋、酒、味精、葱、姜及其它多种香料都可以起到相应的作用。调味料既可用于调馅，又可直接用于调制面团或其它坯料，如盐可以突出馅料的鲜味，又可增强面团的筋力。各种辅助料也可提高面点的品质，增加体积，改善制品的色、香、味，如化学膨松剂、油脂、酵母等，能使面团制品形成酥松多孔、柔软体大的形态。

3. 注意各种原料的质量特点和配制方法

要保证成品的质量，不仅在选择原料时要严把质量关，还要掌握原料的配比，否则将会影响成品的规格和质量。在选用原料时，腐烂、发霉、变味以及虫蛀、鼠咬、带有病菌、含有毒素的原料都不能使用。选用蔬菜时，要注意蔬菜的新鲜程度，叶子发蔫发黄的不能使用。另外，调配原料时必须按照适当的比例进行，否则容易出现不酥、不起、不暄等现象。

4. 根据面点的要求选用馅料

馅料的制作是影响面点成品口感的关键。在制作馅料时，原料的选用及搭配十分讲究，若选用得不恰当，将会直接影响到制品的质量。例如扬州的三丁包子，在制作馅料时应做到软硬适中、荤素搭配。用料的广泛性在面点的馅料上也要体现出来，应大胆地选用多种原料入饅，大胆使用“天上飞的、地上爬的、水中游的”各种原料，从而丰富面点的品种和风味。

面点制作中常用的添加剂

食品添加剂，指为改善食品品质和色、香、味以及为防腐、保鲜和加工工艺的需要而加入的人工合成或者天然物质（《中华人民共和国食品安全法》中的定义）。

食品添加剂可以起到提高食品质量和营养价值、改善食品感观性质、防止食品腐败变质、延长食品保藏期、便于食品加工及提高原料利用率等作用。目前，我国有20多类、近1000种食品添加剂，如酸度调节剂、甜味剂、漂白剂、着色剂、乳化剂、增稠剂、防腐剂、营养强化剂等。

在中式面点制作中，常用的食品添加剂有膨松剂、改良剂、乳化剂、食用色素、香精、增稠剂等。

1. 膨松剂

膨松剂又称膨胀剂、疏松剂，它能使制品内部形成均匀、致密的多孔组织，是面点制作中的主要添加剂。食品膨松剂根据原料性质和组成可分为化学膨松剂和生物膨松剂两大类，其中化学膨松剂又可分为碱性膨松剂和复合膨松剂。

(1) 化学膨松剂

目前在食品加工中运用较广泛的化学膨松剂是小苏打、臭粉、发酵粉及矾、碱、盐等。

小苏打俗称食粉，其化学名称为碳酸氢钠，是一种白色粉末状固体，味微咸，无臭味。碳酸氢钠受热分解后残留部分为碳酸钠，它使成品呈碱性，因此在使用时，要注意控制用量，一般在1%~2%，不宜过多，否则将会使制品发黄，有苦涩味，影响成品的口味和色泽。

臭粉是一种白色晶状物质，化学名称为碳酸氢铵，易溶于水，其水溶液呈碱性，对热不稳定，在空气中易风化，固体在58℃分解，水溶液在70℃分解出氨和二氧化碳两种气体，与碳酸氢钠相比，其产气量大、膨胀力强。如果用量不当，容易造成成品质地过松，内部或表面出现大的空洞，且有强烈的刺激性气味。

发粉俗称泡打粉，呈白色粉末状，在冷水中即可溶解，是碱性剂（小苏打）、酸性剂（酒石酸等）和填充物按一定比例混合而成的复合膨松剂。在面团中主要是酸剂和碱剂相互作用，产生二氧化碳，填充物多选用淀粉，其作用在于延长膨松剂的保存期，防

止发酵粉吸潮、结块及失效，同时还可以调节气体产生速度，促进气泡均匀产生。

由于泡打粉是根据酸碱中和的反应原理配制而成的，它的水溶液基本呈中性，消除了小苏打和臭粉在各自使用中的缺点，因此用泡打粉制作的点心具有组织均匀、质地细腻、无大空洞、颜色正常、风味纯正的特点，被广泛用于面点的制作。

（2）生物膨松剂

面点中使用的生物膨松剂主要是酵母，它是一种单细胞微生物菌体，在一定的条件下通过酶的作用能分泌酵素，产生大量的二氧化碳气体，可使面团组织膨松柔软。发酵面团的膨松作用是通过酵母的发酵来完成的。酵母有两大类：一类是旧时多用的自行培养酵母种，这类酵母又称面肥，是利用前次发酵后的面头来催发新的面团；另一类是酵母，它包括压榨鲜酵母、活性干酵母和液态鲜酵母三种，这类酵母要注意保持清洁，低温保藏，最好现买现用，它的特点是发酵速度快、节省时间、发酵力强、酸味较少，一般不用加碱中和。

压榨鲜酵母又称鲜酵母，呈块状，乳白色或淡黄色，它是酵母菌在培养基中通过培养、繁殖、分离、压榨而制成的，具有特殊的香味，其含水量在75%以下，发酵力强而均匀。使用前先用温水化开，再掺入面粉一起搅拌。鲜酵母在高温下储存容易变质或自溶，因此宜低温储存。

活性干酵母是由鲜酵母经低温干燥制成的颗粒状酵母。这种酵母使用前需用温水活化，它便于储存，发酵力强。

即发活性干酵母是一种发酵速度很快的高活性新型干酵母，它具有发酵力强、发酵速度快、活性稳定、便于储存等优点，其活性远远高于其它酵母。

2. 着色剂

着色剂又称食用色素，它是以食品着色为目的的食品添加剂。食用色素按其来源和性质可分为天然色素和人工合成色素两大类。

（1）人工合成色素

面点中常用的色素为人工合成色素，大部分属于煤焦油染料，无营养价值，用于制品着色后其色泽稳定，色彩鲜艳，使用方便，但在使用时需要严格控制用量。目前我国允许使用的人工合成色素有：苋菜红、胭脂红、柠檬黄、日落黄和靛蓝等。适宜的色素能给人愉快的感觉，但有些色素含有毒性，影响人体健康，使用时一定要严格按照卫生部要求使用。

（2）天然色素

天然色素大多是指从动、植物组织中提取的，色调比较自然，无毒性，而且它可以弥补人工合成色素的不足，不但成本低，对人体也无害，有些天然色素还有营养作用，如胡萝卜素、叶绿素等。但天然色素提取工艺复杂，性质不够稳定，着色不易均匀，不易调色。目前，我国规定使用的天然色素有：甜菜红、紫胶红、越橘红、辣椒红等45种。

3. 香精

香精是由人工合成的模仿水果和天然香料气味的浓缩芳香油，是一种人造香料，多用于制造食品、化妆品及卷烟等。

食用香精是参照天然食品的香味，采用天然和天然等同香料、合成香料精心调配而成的具有天然风味的各种香型的香精，包括水果类（水质和油质）、奶类、家禽类、肉类、蔬菜类、坚果类、蜜饯类、乳化类以及酒类等各品种，适用于饮料、饼干、糕点、冷冻食品、糖果、调味料、乳制品、罐头、酒等食品。食用香精的剂型有液体、粉末、微胶囊、浆状等。

必须注意的是，必须使用国家按规定标准检验合格的产品，不得随意乱用未经检验的香精。

4. 增稠剂

增稠剂是改善或稳定食品的物理性质和组织状态的添加剂，它可以增加食品黏稠度，使食品黏滑适口，增加食品表面光泽，延长制品的保鲜期。面点中常用的增稠剂有明胶片、鱼胶粉、琼脂、果胶、淀粉等。



第二部分

P A R T 2

制作实例

上汤云吞黄



原料配比

虾仁 …………… 200克
面粉 …………… 400克
老鸡 …………… 1只
猪棒骨 …………… 2个
葱、姜、八角、
花椒 …………… 适量
盐 …………… 5克
味精 …………… 5克
小葱末 …………… 少许
料酒 …………… 少许

制作过程

1. 所有配料放入锅中，炖40分钟，制成上汤备用。
2. 面粉中加入少许盐，和成面团，揉至表面光滑且略有弹性。
3. 将处理好的虾仁调味后，制成馅料。
4. 将和好的面团擀成小剂子，包入馅料，捏成单麦穗形，并将两角粘在一起。
5. 云吞煮熟后用上汤调准味即可。

虾仁饺



原料配比

虾仁	500克
玉米粒	少许
澄面	250克
玉米淀粉	100克
猪油	50克
盐	适量
味精	少许
料油	少许

制作过程

1. 取200毫升开水，将澄面与淀粉和匀后烫熟、揉匀，然后揉进适量猪油。
2. 将处理好的虾仁与玉米粒拌匀，调好味备用。
3. 将和好的面团分成均匀的小面坯子，然后用拍皮刀拍开即可。
4. 在拍开的皮中包入适量馅料，包成如图形状，上笼蒸5~6分钟即可。