



张淼 主编

# 家常 制作技术

# 面点



JIACHANG  
MIANDIAN  
ZHIZUO JISHU



化学工业出版社

■ 饮食 工编

# 家常面点 制作技术

JIACHANG  
MIANDIAN  
ZHIZUO JISHU



化学工业出版社

· 北京 ·

本书在简要介绍家常面点制作的原料、设备工具和基本生产工艺等基础知识后，以煮、蒸、烤、炸、煎、烙六种熟制方法分类，介绍了近300种南北风味面点的制作实例，包括原料配方、制作方法、技术要点和风味特点等。内容翔实，实例丰富，不仅是专业面点师的必备宝典，也是家庭厨艺爱好者的良师益友。

### 图书在版编目（CIP）数据

家常面点制作技术/张淼主编. —北京：化学工业出版社，2012.6

ISBN 978-7-122-14196-5

I. 家… II. 张… III. 面食-食谱 IV. TS972.132

中国版本图书馆CIP数据核字（2012）第087585号

---

责任编辑：温建斌  
责任校对：王素芹

文字编辑：李锦侠  
装帧设计：史利平

---

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：大厂聚鑫印刷有限责任公司  
710mm×1000mm 1/16 印张16 字数327千字 2012年9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：29.80元

版权所有 违者必究

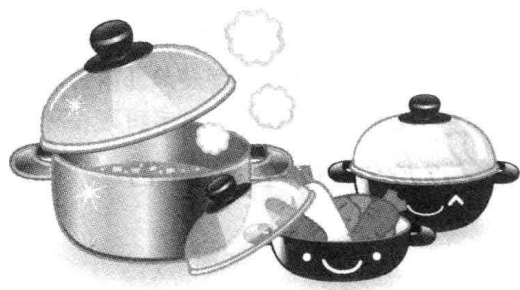
## Foreword · 前言

面点是中国烹饪的重要组成部分，也是日常生活中与人们息息相关的重要食品，不仅在饭前饭后能作为品味点饥的食品，而且在会亲访友时能作为表达心意的礼品。既能当主食吃饱，又能上桌配套增添花色，特别是逢年过节已成为丰富生活、活跃气氛的重要内容，如端午节吃粽子、中秋节吃月饼。

面点制品含有人们所必需的营养成分。谷物类是我国传统膳食的主体，它所提供的热量占总热量的70% ~ 80%，甚至更多；50%左右的蛋白质是谷物供给的。目前，随着经济发展和人们生活水平的提高，人们倾向于食用更多的动物性食物，尤其在一些比较富裕的家庭中，动物性食物的消耗量已经超过了谷物的消耗量，这种“西方化”或“富裕型”膳食提供的能量和脂肪过高，而膳食纤维过低，对一些慢性病的预防不利，如摄入胆固醇过高会导致动脉硬化、肥胖症、高血压和冠心病等。所以说以谷物为主是我国膳食的良好传统，反映了我国人民以“五谷为养”的饮食文化，说明谷物含有人类所必需的营养成分。

书中首先介绍制作面点的原料、设备工具和基本生产工艺，随后以煮、蒸、烤、炸、煎、烙六种熟制方法分类，共同分享了近300个家庭常用面食与点心的制作实例，内容翔实，举例丰富，希望能给广大家庭厨艺爱好者带来帮助！本书由张淼主编，参编者还有杨春丽、张守立、王艳。编写过程中还得到面点高级技师杨莉、谷景梅、唐凯、侯云，面点技师石先懿、丁玉霞、李慧艳、张古华、张会等人的帮助，在此一并表示感谢！由于水平有限，书中恐存在不妥之处，恳请读者批评指正。

# Contents · 目录



## 第一章 概述 1

### 第一节 面点概念及作用 · 1

- 一、面点的概念 · 1
- 二、面点在家庭中的作用 · 1

### 第二节 面点的主要地方特色 · 2

- 一、东北地方特色 · 2

- 二、华北地方特色 · 3

- 三、西北地方特色 · 3

- 四、华东地方特色 · 4

- 五、华中地方特色 · 4

- 六、华南地方特色 · 4

- 七、西南地方特色 · 5

## 第二章 家常面点制作的主要原料 7

### 第一节 坯料原料 · 7

- 一、麦类 · 7
- 二、米类 · 8
- 三、杂粮及其他类 · 8

### 第二节 制馅原料 · 10

- 一、肉类 · 10
- 二、海鲜类 · 11
- 三、蔬菜类 · 12
- 四、干料类 · 12
- 五、茸类 · 13

- 六、果品类 · 13

- 七、豆及豆制品类 · 14

- 八、花类 · 15

### 第三节 调味和辅助原料类 · 15

- 一、油脂 · 15

- 二、糖 · 15

- 三、盐 · 16

- 四、蛋品 · 16

- 五、乳品 · 17

- 六、食品添加剂 · 17

- 七、酒酿 · 18



### 第三章 家常面点制作的设备和工具 19

#### 第一节 设备 · 19

- 一、家用压面机（面条机）· 19
- 二、家用烤箱 · 20
- 三、小型搅拌机 · 20
- 四、家用料理机 · 21
- 五、家用电饼铛 · 21
- 六、厨房电子秤 · 21

- 一、面板 · 21
- 二、锅 · 22
- 三、擀面杖 · 22
- 四、馅尺板 · 22
- 五、剪刀 · 22
- 六、单面刀片 · 23
- 七、刷子 · 23
- 八、模具 · 23

#### 第二节 工具 · 21

### 第四章 家常面点制作的基本工艺 25

#### 第一节 和面 · 25

- 一、和面的基本知识 · 25
- 二、和面的方法及技术要求 · 25
- 三、和面注意事项 · 29

#### 第二节 揉面 · 30

- 一、揉面的方法及技术要求 · 30
- 二、揉面的特殊技法 · 30
- 三、揉面注意事项 · 31

#### 第三节 搓条 · 31

#### 第四节 下剂 · 31

- 一、下剂的手法 · 31
- 二、下剂注意事项 · 32

#### 第五节 制皮 · 32

- 一、制皮的方法 · 33
- 二、制皮注意事项 · 34

## 第六节 制馅及上馅 · 35

- 一、馅心的分类 · 35
- 二、馅心的特点及要求 · 35
- 三、馅心的制作工艺 · 36
- 四、上馅 · 38

## 第七节 面点的熟制 · 40

- 一、煮制 · 40
- 二、蒸制 · 41
- 三、烤制 · 43
- 四、炸制 · 44
- 五、煎制 · 46
- 六、烙制 · 48

# 第五章 家常面点制作实例 51

## 一、煮制品实例 · 51

金丝面 · 51

红烧牛肉面 · 52

臊子面 · 52

春面 · 53

打卤面 · 54

温卤面 · 54

鸡丝面 · 55

炸酱面 · 55

虾仁面 · 56

肉丁干炸酱面 · 56

鱼汁焙面 · 57

雪菜肉丝面 · 58

山西刀削面 · 59

翡翠面 · 59

肉泥炸酱面 · 60

肉丝干拌面 · 61

氽子面 · 61

虾仁炸酱面 · 62

烩勺面 · 62

麻汁面 · 63

开洋面 · 63

蓬莱小面 · 64

泰山豆腐面 · 65

三鲜家常面 · 66

济南猪肉扁食 · 66

白菜海蛎子水饺 · 67

高汤小饺 · 68

芸豆馅水饺 · 69

肉三鲜水饺 · 70

鸡肉三鲜水饺 · 71

蛤肉韭菜水饺 · 71

猪肉海肠水饺 · 72

猪肉韭菜饺子 · 73

羊肉饺子 · 74

状元饺 · 74

牛肉水饺 · 75

鲜虾馄饨 · 76

高汤鸡丝馄饨 · 77

鲜肉五彩汤馄饨 · 78

捶鸡馄饨 · 79  
参茸鸡丝馄饨 · 80  
鱼肉梅花馄饨 · 81  
鲜肉云吞 · 82  
牛肉抄手 · 83  
辣汤 · 84  
胡椒辣汤 · 85  
八宝莲子粥 · 85  
红枣粽子 · 86  
腊八粥 · 87  
豆汁粥 · 88  
五香甜沫 · 89  
桂花元宵 · 89  
金银汤圆 · 90  
二、蒸制品实例 · 91  
黑米面馒头 · 91  
开花小馍 · 92  
肉丁馒头 · 92  
银丝卷 · 93  
万字花卷 · 94  
猪蹄卷 · 94  
千层卷 · 95  
荷叶卷 · 96  
蝴蝶卷 · 96  
鸳鸯卷 · 97  
双色卷 · 98  
什锦糖包 · 98  
豆沙包 · 99  
鲜肉包子 · 100  
五仁包 · 101  
猪肉灌汤包 · 101  
牟平包子 · 102

龙凤包子 · 103  
火腿鲜肉包 · 104  
蟹黄汤包 · 105  
四川包子 · 106  
鲛鱼包子 · 106  
什锦包子 · 107  
狗肉包子 · 108  
驴肉包子 · 109  
排骨包子 · 110  
奶黄包 · 111  
豆腐皮包子 · 112  
一品素包 · 113  
蚝油叉烧包 · 113  
蛋黄麻蓉包 · 114  
蒙古包子 · 115  
野鸭灌汤包子 · 115  
一闻香包子 · 116  
寿桃包 · 117  
山药山楂包 · 118  
麦穗生肉包 · 119  
薄皮包子 · 119  
豆腐包子 · 120  
山药茯苓包子 · 121  
米包子 · 122  
南瓜包 · 123  
羊肉烧卖 · 123  
千层发糕 · 124  
千层饼 · 125  
四喜蒸饺 · 126  
金鱼蒸饺 · 127  
鸳鸯蒸饺 · 128  
一品蒸饺 · 128



### 三、烤制品实例 · 129

- 五彩蛋糕 · 129
- 玻璃蛋糕 · 130
- 海绵蛋糕 · 131
- 大理石蛋糕 · 132
- 瑞士蛋卷 · 133
- 戚风蛋糕卷 · 134
- 虎皮蛋糕卷 · 135
- 蜂蜜蛋糕 · 136
- 巧克力鸡蛋卷 · 137
- 葱香鸡蛋卷 · 138
- 纸包蛋糕 · 139
- 天使核桃仁鸡蛋卷 · 139
- 杏元饼干 · 140
- 花生长寿糕 · 141
- 罗汉饼干 · 142
- 椰蓉薄脆饼干 · 143
- 巧克力夹心酥饼 · 144
- 椰蓉圆饼干 · 144
- 巧克力夹心饼干 · 145
- 黄油曲奇 · 146
- 水晶月饼 · 147
- 酥皮月饼 · 148
- 椰蓉塔 · 149
- 杏仁盏 · 150
- 老婆饼 · 150
- 莲蓉蛋黄酥 · 151
- 千层小锅饼 · 152
- 糖发面火食 · 153
- 糖鼓火食 · 154
- 一品烧饼 · 155
- 葱味甜烧饼 · 156
- 三鲜酥饼 · 157

五味酥饼 · 158

浆酥麻饼 · 159

油酥桂花饼 · 160

酥壳梅花饼 · 161

玫官饼 · 162

重阳糕 · 163

豆沙甘露酥 · 164

莲子酥 · 165

椰香酥 · 166

叉烧蝴蝶酥 · 167

枣泥小鸡酥 · 168

黄桥烧饼 · 169

鸭尾酥 · 170

苹果酥 · 171

主食面包 · 172

果酱面包 · 173

咸味大面包 · 174

### 四、炸制品实例 · 174

港式葱油饼 · 174

气鼓葱油饼 · 175

炸套环糖果子 · 176

鲜肉菜合 · 176

香酥馒头包 · 177

炸玫瑰糖糕 · 177

平阴梨丸子 · 178

炸馓子 · 179

法式榴莲卷 · 179

象形榴莲酥 · 180

芝麻开口笑 · 181

南乳咸蛋散 · 181

特色南瓜饼 · 182

吐司香芋卷 · 182

凉瓜枣 · 183  
空心大麻球 · 183  
肉松大麻饼 · 184  
香酥菠萝包 · 184  
风味香蕉球 · 185  
香芋地瓜丸 · 186  
咖喱鸡粒饺 · 186  
油炸锁边盒子 · 187  
冰花蛋球 · 187  
果味萨其马 · 188  
炸素三角 · 189  
飘香萝卜丝酥 · 189  
风味土豆饼 · 190  
油炸鸡蛋包 · 191  
香糯玉米球 · 191  
墨鱼瓢果子 · 192  
五、煎制品实例 · 192  
灌汤生煎包 · 192  
生煎荠菜馄饨 · 193  
白菜猪肉水煎包 · 194  
羊肉水煎包 · 195  
鲢鱼水煎包 · 195  
三鲜素锅贴 · 196  
三鲜肉锅贴 · 197  
鸡汁猪肉锅贴 · 197  
风味煎蒸饺 · 198  
鲜味月牙煎饺 · 199  
野菜肉千层饼 · 199  
五彩煎饼合 · 200  
芹香小咸食 · 201  
榆钱咸食 · 201  
茭瓜丝面饼 · 202

芝麻软饼 · 202  
香煎腐皮卷 · 203  
煎蛋饺 · 204  
鲜味肉饼 · 204  
印度抛饼 · 205  
韭菜玉米饼 · 206  
煎鲜味藕饼 · 206  
香煎南瓜饼 · 207  
白萝卜丝酥饼 · 208  
五彩萝卜丝饼 · 208  
韭菜猪肉盒 · 209  
卷心菜肉丝饼 · 209  
煎饼果子 · 210  
果酱馅饼 · 211  
枣泥酥饼 · 211  
油酥麻酱烧饼 · 212  
油煎黄桥烧饼 · 212  
生煎牛奶花卷 · 213  
麻香煎包 · 214  
京东肉饼 · 214  
六、烙制品实例 · 215  
家常饼 · 215  
荠菜饼 · 216  
韭菜月牙饼 · 216  
黄金饼 · 217  
烙发面饼 · 217  
黄金虾仁烙 · 218  
手抓饼 · 218  
家常葱油饼 · 219  
风味肉夹馍 · 220  
翡翠面饼 · 220  
酥烙肉饼 · 221

烙馅饼 · 222  
果仁糖饼 · 223  
石头饼 · 224  
黄桂柿子饼 · 224  
车轮饼 · 225  
混糖蛋饼 · 226  
葱花脂油饼 · 227  
红糖酥烧饼 · 228  
芙蓉珍珠饼 · 229  
混合菜煎饼 · 230  
鲜肉糯米油煎饼 · 231  
油煎萝卜糕 · 231  
鸡蛋大饼 · 232  
螺蛳转饼 · 233

煎肉丝春饼 · 234  
什锦酥饼 · 235  
荷叶饼 · 236  
白糖酥饼 · 237  
冬菜饼 · 238  
肉酥烧饼 · 238  
肉丁饼 · 239  
羊肉馅饼 · 240  
牛肉馅饼 · 241  
锅饼 · 242  
三鲜烙盒 · 243  
清糖锅盔 · 244  
韭菜烙盒 · 245

参考文献 · 246



part

# 第一章 概述

## 第一节·面点概念及作用

### 一、面点的概念

面点是“面食”和“点心”的总称，有面食、米食、面制点心、米制点心等，包括用米、麦和杂粮制成的糕、团、饼、面、包、饺、酥、饭、粥等，统称为米面制品。

### 二、面点在家庭中的作用

第一，面点是人们生活所必需的，它含有人体所必需的营养成分。我国居民膳食指南的主要内容之一就是食物多样，谷类为主。谷物类是我国传统膳食的主体，既可以在饭前或饭后作为茶点品味，又能作为主食，它所提供的热量占总热量的70%~80%，甚至更多；50%左右的蛋白质是谷物供给的。特别是早点和夜宵，据统计，每天在上班族中几乎有半数以上的人在上班前、下班后到面食馆、快餐店等吃早点和夜宵，这充分说明了面点与人们的生活息息相关。

第二，面点品种丰富多彩，造型美观，富有艺术性，是人们访亲探友、礼尚往来的方便礼品和各种节日中的礼品。如全家团聚有“合家欢乐”；办喜事有“龙凤呈祥”；庆祝寿辰有“寿比南山”，等等。还有许多面点，人们靠谐音如“福”、“禄”、“寿”、“喜”、“财”等，可在喜庆宴会上向友人表达祝福的愿望。面点可在各种节日中还能作为表达心意、联络感情的极好礼品。如正月十五的“元宵”，端午节的“粽子”，中秋节的“月饼”，除夕夜合家吃的“团圆饭”，等等。以每年的春节和中秋节为例，春节有各种中高档面点，中秋节有各种月饼，等等。面点已成为活跃节日气氛的重要内容。

## 第二节·面点的主要地方特色

中国面点源远流长，历史悠久，但由于地理、环境、气候、物产条件的不同，使人们的生活习惯也有差异，所以在面点制作上形成了不同的风格和不同的地方特色。有华北、东北、华东、华南、华中、西南、西北等地方特色。

### 一、东北地方特色

东北地方特色风味面点是指辽宁、吉林、黑龙江三省的地方名点。东北三省是各民族杂居的省份，有汉族、满族、朝鲜族、蒙古族、赫哲族等；每个民族都有其独特的饮食习惯，民族之间互相影响，又形成了一些共同的饮食风俗，从而构成了东北三省丰富多彩的饮食习惯。

由于清代山东人“闯关东”的较多，所以东北汉族居多，故东北饮食习惯受山东影响最深，基本上属山东流派，但是，在历史的发展过程中，自然与人文因素相结合，也逐渐形成了具有东北风味的特色面点。

第一，品种繁多，尤以杂粮品种多。东北地区一日三餐，杂粮和米麦兼备，高粱米饭和黏豆包最具特色，其中大楂子粥颇受人们的喜爱，当地有俗话说“苞米楂子大芸豆，越吃越没够”。还有各种米面杂粮组合做成的饭粥、小米面锅贴、甜饼子、玉米窝、擦条、煎饼、发糕、水团子、豆面卷子、苏叶饼、捞水饭、米粥、黄米切糕、打糕等都是东北地区人们喜爱的食品。

第二，制作工艺独特。东北地区的面点制作有独特之处，如沈阳老边饺子，面皮是用精粉加猪油开水烫制成的，馅心肉馅先煸炒，再用骨头汤煨，制成的饺子皮薄馅大，鲜香味美；吉林的三杖饼是面点师傅用娴熟的动作和技巧擀三下，就能擀出一张薄如纸、质地柔韧、口感香软的饼；李连贵熏肉大饼，是用煮肉的汤油加入食盐、花椒粉和干面粉调成面团，擀叠、烙制，经过“三遍油，四遍火”熟透出锅，从中间切开，夹熏肉，配葱丝、甜面酱食用；延边冷面是选用精制的荞麦粉、土豆淀粉和成烫面，压面成条，熟后放进熟牛肉等制成的，食之甜、酸、辛、辣、香五味俱全。

第三，风格多样。东北面点有汉族的老都一处三鲜水饺、老山记馅饼、王麻子锅贴、黄米切糕、清糖饼等；有满族的萨其马、蜜果子、蜂糕、稷子米饭、苏子叶饽饽、豆馅饼等；有回族的油香馓子、回宝珍饺子、马家烧卖、义县伊斯兰烧饼等；有朝鲜族的冷面、打糕、药饭等，赫哲族的莫温古饭、拉拉饭、托花样饭等；有鄂伦春族的肉汤手拉面片、炕饼、圈火烧、兽肉饺子、老考太黏粥等；有蒙古族的奶糕、奶馅饼、包子、哈达饼等。



## 二、华北地方特色

华北地方特色风味面点是指流行在北京、天津、山西、山东、河北、内蒙古等地方的名点，是我国面点的重要组成部分，也是我国的主要代表之一。

华北地区民风简朴，饮食不尚奢华，讲求实惠，在烹饪的历史中逐步发展并形成了独特的工艺特色和风格。

第一，以面食为主，稻米与杂粮间吃。由于华北地区是我国小麦的主要产区，面粉就顺理成章地成为面点制作中用量最大的首选原料。此外，稻米、玉米、小米、豆类、薯类等杂粮原料在华北面点中也较多使用。制作品种有馒头、面条、烧饼、花卷、饼类、水饺、蒸包、蒸饺、玉米饼子、窝窝头等。

第二，技法多样，工精巧艺。华北地区风味小吃主要烹饪技法有蒸、炸、煮、烙、烤、煎、炸、烩等。其中，擀、抻、包、捏、卷等制作技术更是炉火纯青。像著名的龙须面，经过和面、揉面、摔条、溜条和连续13次出条，可抽出8192根细如发丝的面条，且粗细均匀，不断不乱，互不粘连，每根长达2米以上，堪称绝技。刀削面每分钟可削100多刀，削出的面条一叶挨一叶，像一条条腾空而起的飞鱼，窜入锅中，十分精彩。“一叶落锅一叶飘，一叶离面又出刀，银鱼落水翻白浪，柳叶乘风下树梢。”其技艺精湛，令人叹服。

第三，制品口味突出咸、鲜、香口味。华北面点多以咸、鲜、香为主，但也兼顾其他口味。如包子馅、饺子馅、烧卖馅以咸鲜为主，同时突出油香、葱香、酱香，使地方风味更为独特。

## 三、西北地方特色

西北地方特色风味面点是指流行在陕西、甘肃、青海、宁夏、新疆等地方的名点。

西北地区生活着汉族、回族、蒙古族、藏族、维吾尔族、哈萨克族等多民族，形成了不同的生活习惯、风俗传统和宗教信仰。作为文化组成部分的饮馔名食也历史悠久、源远流长。

陕西面点由于唐代政治、经济、文化上的有利条件能够博采各地饮食精华，兼收各民族的风味特色，挖掘、继承历代宫廷小吃的制作技艺，形成了品种繁多、制作独特、风味各异的特点，如牛羊肉泡馍、西安糍糕、臊子面、安康窝窝面、石子馍、三原疙瘩面、油泼箸头面、汉中梆梆面等。甘肃的烹饪文化历史悠久，早在明清时期就已闻名遐迩，如兰州大饼、石子锅盔、油锅盔、窝窝面、搅团、兰州牛肉面、羊杂碎配月牙饼、一捆柴、高担酿皮、一棒雪等。宁夏的饮食文化受西域影响，又有陕、甘饮食文化的介入，著名的面食小吃有饪馍馍、炒胡饼子、羊肉夹馍等。青海地处青藏高原，饮食文化融合了汉族与回族的风味，并吸收了藏族烹调的一些特点，著名面食小吃有泡油糕、焜锅馍、甜醅、羊肉杂面片。新疆饮食习惯由主食

牛、羊肉逐渐向肉、面、菜混食转变，著名的面食小吃有薄皮包子、那仁、爆炒面、羊肉抓饭、托克逊炒面等。

## 四、华东地方特色

华东地方特色风味面点是指流行在上海、江苏、浙江、江西、安徽、福建、台湾等地方的名点，华东名点是我国主要的特色面点种类之一。

华东地区以大米为主食，偶食面粉，杂粮很少，擅长制糕团。华东名点一向以制作精巧、造型讲究、馅料多样、各具特色而著称。按其特色可分为苏式风味、闽台风味、江淮风味。

苏式风味是以上海、江苏、浙江为主要代表的特色风味面点。它从选料、制作到口味、品质等诸方面都颇具特色。如上海的南翔馒头、生煎馒头等，江苏扬州的翡翠烧卖、蟹黄汤包等，浙江嘉兴的五芳斋鲜肉粽子、宁波的猪油汤圆等。

闽台风味是以福建、台湾为主要代表的特色风味面点，由于负山倚海，物产丰富，制成的品种繁多，风味各异，如福建厦门的沙茶猪肉面、肉蚵饼、蚝煎等，台湾的金钱虾饼、叉烧肉粽、芝麻奶层糕等。

江淮风味是以安徽、江西为主要代表的特色风味面点，南北风味兼备、味厚而醇。如安徽名点大救驾、徽州饼等，江西虾仁海棠饺、信丰萝卜饺等。

## 五、华中地方特色

华中地方特色风味面点是指流行在湖南、湖北、河南的地方名点。

华中地区的主食多为大米，部分山区兼食番薯、木薯、蕉芋、土豆、玉米、小麦、高粱等。这一地区的饮食对传统和民间特色保存得比较好，小吃均以精巧多取胜，如湖南的灌肠粑、侗果、常宁凉粉、土家族糯糍等；湖北的热干面、三鲜豆皮、江陵八宝饭等；河南的枣锅盔、小焦杠油条、羊肉烩面等。

## 六、华南地方特色

华南地方特色风味面点是指流行在广东、广西、海南、香港、澳门等地方的名点，该地区的饮食观念比较开放，易于吸收西方的饮食文化。其中，广州与香港被誉为“东方食都”，有“食在广州”、“食在香港”的美称，是中国名点大观园中的一朵奇葩。

华南名点的种类繁多，工艺特色十分突出，主要体现在以下几个方面：一是取料广泛，用料严谨；二是制作精细、标准量化；三是品种新颖，季节变化多样；四是造型精致，风姿多彩；五是口味清淡，鲜滑爽甜。由于面点师的不断创新和发展，



使华南面点自成一格，富有浓厚的南国风味。如广东的沙河粉、云吞面、广州月饼、水晶虾饺、三花奶黄包、蛋黄莲蓉包等，广西的锅烧米粉、桂林马蹄糕等，海南的煎饼、椰子堆、椰汁板兰糕、咖喱糕，港澳的马拉糕等。

## 七、西南地方特色

西南地方特色风味面点是指流行在四川、重庆、云南、贵州、西藏等地方的名点。

西南地区主食大米和糯米，兼食小麦、玉米、红薯、蚕豆、青稞、荞麦、大豆、红稗和高粱。由于地形参差、气温殊异、物产丰寡不均和少数民族众多等因素，促成了食俗风情的多样性。

四川素有“天府之国”的美誉，由于雨量充足，气候温和，物产丰富，是水稻、油菜、小麦、甘蔗、红薯的主要产区之一，也使四川面点形成了其独特的风味，如叶儿粑、赖汤圆、钟水饺、龙抄手等。云南饮食具有浓郁的民族特色，如过桥米线、风庆粑粑卷、豌豆凉粉等。贵州面点也颇具地方特色，如遵义黄粑、贵阳鸡肉饼、黔西南贞丰的鸭肉糯米饭等。西藏主要粮食作物是耐寒、耐旱、生长期短的青稞，藏族食风古朴，风味独特，主要以奶、茶、油、青稞面为主，如酥油糍粑、藏包子、团结包、人参果拌酥油大米饭、校果馍馍等。





