

# 港点心

香港特级点心师系列

# 港味道



经典+创新  
赏心悦目，美点现眼前  
李振良 编著

600多款特色人气港点心  
365张图片解说制作精髓  
每道点心隐藏一段食物典故



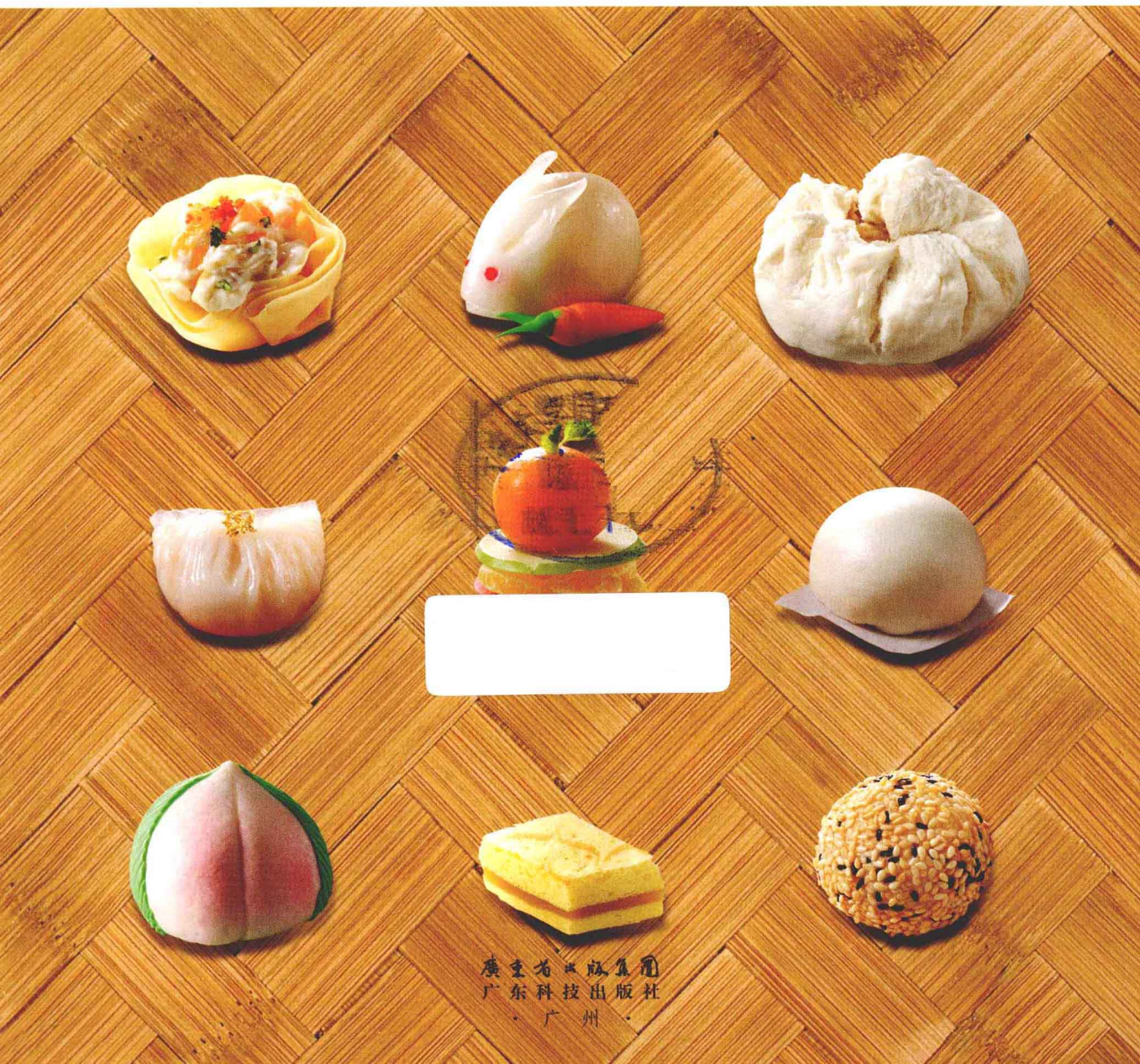


# 港点心

香港特级点心师系列

# 港味道

李振良 编著



广东省出版集团  
广东科技出版社  
· 广州 ·



## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

港点心 港味道/李振良编著. —广州: 广东科技出版社, 2013. 5

(香港特级点心师系列)

ISBN 978-7-5359-5817-4

I . ①港… II . ①李… III . ①糕点—制作—香港  
IV . ① TS213.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 019039 号

本书中文简体版由香港万里机构出版有限公司授权广东科技出版社在中国内地出版发行。

广东省版权局著作权合同登记

图字: 19-2012-120 号

## Gangdianxin Gangweidao

责任编辑: 赵雅雅 刘 耕 杨敏珊

封面设计: 柳国雄

责任校对: 杨峻松

责任印制: 罗华之

出版发行: 广东科技出版社

(广州市环市东路水荫路 11 号 邮政编码: 510075)

http: //www.gdstp.com.cn

E-mail: gdkjyxb@gdstp.com.cn (营销中心)

E-mail: gdkjzbb@gdstp.com.cn (总编办)

经 销: 广东新华发行集团股份有限公司

印 刷: 广州市岭美彩印有限公司

(广州市荔湾区花地大道南海南工商贸易区 A 栋

邮政编码: 510385)

规 格: 787 mm×1 092 mm 1/16 印张 9 字数 180 千

版 次: 2013 年 5 月第 1 版

2013 年 5 月第 1 次印刷

定 价: 42.00 元

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。

# 前言

当编辑联络我编写这本书时，有点儿意外，也有点惊喜，因为从没有想过会参与制作一本书！适值家中的小女儿在澳大利亚大学毕业，希望我参加她的毕业典礼，并一起去旅行，我已暂时放下全职工作，准备稍作休息和到澳大利亚一游。借此空档，我欣然应允了这项甚具挑战的工作。虽然做了几十年点心，但要编成一本有点历史意义又以实用为主的点心书，我实在抱着战战兢兢的心情，边做边想，把新旧点心共治一炉，并把制法转作细致演绎，希望让读者有耳目一新的感觉。

我不是学者，不懂长篇大论地描述香港点心发展史和相关演变，只会用贴近生活的口述形式，与大家分享点心小故事。

时间巨轮不断滚动，没有因为春秋更迭而令香港点心失色，反而是越趋茁壮成长，于饮食界别树一帜。点心深受中外人士欢迎，令港式美食名闻国际，早已是不争的事实。近年，还因得到外国权威饮食团体米其林对香港食肆评定星级，令更多人争相品尝，致使点心专门店如雨后春笋，纷纷冒起，为点心行注入一剂强心针。这亦驱使我要为行业略尽绵力，毅然接下传承后世的著书任务，既向香港点心界的前辈致敬，亦渴望得到新晋同业的支持，继往开来，努力地把香港点心发扬光大，在世界饮食舞台更显光辉。

谨借此书与香港饮食界同业共勉，各自于工作岗位发挥所长，运用创意，透过专业团队，不断向国际展示香港这个饮食天堂的地位。

李振良

### 不可或缺的人气点心

#### 3 面种基本功

#### 包类

- 5 蚝皇叉烧包  
Deluxe Barbeque Pork Buns
- 7 酥皮莲蓉包  
Lotus Seed Paste Buns
- 9 鸡球大包  
Giant Chicken Buns
- 11 姜汁鸡包仔  
Ginger Chicken Mini Buns
- 13 香滑麻蓉包  
Sesame Buns
- 15 莲蓉寿包  
Longevity Peach Buns
- 17 绿茶菠萝餐包  
Green Tea Pineapple Buns
- 19 脆皮叉烧餐包  
Crispy Barbeque Pork Buns
- 21 稻穗包  
Paddy Spike-Shaped Buns
- 23 家乡糯米卷  
Home Tomn Glutinous Rice Rolls

#### 饺子、烧卖类

- 25 鲜虾烧卖  
Shrimp Siumai
- 27 黄沙猪肝烧卖  
Siumai Topped with Pork Liver
- 29 鸡粒石榴糕  
Pomegranate-shaped Dumplings with Diced Chicken
- 31 笋尖虾饺皇  
Deluxe shrimp dumplings
- 33 罗汉斋粉果  
Buddha's Delight Crescent Dumplings
- 35 干蒸牛肉烧卖  
Beef Siumai

- 37 蟹黄灌汤饺  
Crab Clyster Dumplings
- 39 奶皇兔仔饺  
Custard Dumplings
- 41 潮式水晶包  
Crystal Buns of Chao Zhou Style

#### 糕类

- 43 鱼香煎酿萝卜糕  
Stuffed Turnip Cake
- 45 香芋双色糕  
Taro Cake in Dual Colours
- 47 香芋五豆糕  
Taro Cake with Five Beans
- 49 马拉糕  
Mara Cake
- 51 莲蓉蒸蛋糕  
Lotus Seed Paste Steamed Cake
- 53 枣蓉糕  
Red Dates Cake

#### 炸类

- 55 家乡咸水角  
Home Town Deep Fried Dumplings
- 57 杏汁煎堆仔  
Deep Fried Balls with Almond Filling
- 59 百花三色脆卷  
Triple-coloured Rolls
- 61 沙拉明虾角  
Shrimp Dumplings with Mayonnaise
- 63 五柳炸云吞  
Deep Fried Wontons in 5-shredded-pickle Sweet & Sour Sauce
- 65 旋风紫薯酥  
Purple Yam Pastry of Chao Style
- 67 凤尾香酥角 (芋茸凤尾虾)  
Taro Deep Fried Dumplings
- 69 麻蓉香薯枣  
Sweet Potato Deep Fried Balls with Sesame Filling
- 71 凤凰球 (冰花蛋球)  
Sweet Deep Fried Buns



- 73 笑口枣  
Deep Fried Sesame Bites
- 75 鲜杂果香梨酥  
Assorted Fruit Pastry
- 77 杂果沙拉盖  
Assorted Fruit Tarts
- 79 金丝香芒糕  
Golden Mango Rice Cakes

### 焗类

- 81 椰黄甘露酥  
Golden Coconut Pastry (Mannose Pastry)
- 83 核桃鸡粒盖  
Diced Chicken Walnut Tarts
- 85 肉桂苹果酥  
Cinnamon Apple Pastry
- 87 风车蛋黄酥  
Windmill Egg Yolk Pastry
- 89 鲜奶挞  
Fresh Milk Tarts
- 91 酥皮蛋挞仔  
Mini Egg Tarts
- 93 香杏雪山酥  
Snow Mountain Almond Pastry
- 95 焗鸡柳卷  
Chicken Rolls

### 冻糕、软皮点心类

- 97 香芒糯米糍  
Mango Rice Cakes
- 99 五仁橘果糍  
Nuts and Candied Tangerine Rice Cakes
- 101 山楂奶皮卷  
Hawthorn Berry Parfait Rolls
- 103 马蹄桂花层糕  
Water Chestnut and Osmanthus Parfait
- 105 绿茶南瓜果  
Green Tea and Pumpkin Rice Dumplings
- 107 香芒冻奶挞

### Mango Parfait Tarts

### 肠粉、小食类

- 109 烧鸭三丝筒  
Shredded Barbeque Duck Rolls
- 111 脆脆肠粉  
Crispy Rice Rolls
- 113 酸辣丁粒酿茄子  
Spicy and Sour Stuffed Eggplants
- 115 怀旧糯米鸡  
Nostalgic Sticky Rice in Lotus Leaf
- 117 煎酿三宝  
Pan-fried Three Stuffed Treasures
- 119 百花煎酿鸡翼  
Stuffed Chicken Wings

### 糖水类

- 122 薏苡仁南瓜露  
Coix Seed and Pumpkin Soup
- 123 石榴杨枝甘露  
Pomegranate and Pomelo Mannose
- 125 白果京柿大海榄  
Ginkgo and Persimmon Sweet Soup
- 127 仙翁杏仁茶  
Almond Tea
- 129 香芋紫米露  
Taro and Black Glutinous Rice Sweet Soup
- 131 香草绿豆沙  
Herb of Grace and Mung Bean Sweet Soup
- 133 马来亚咋喳  
Malaya Bubur Cha Cha Sweet Soup
- 134 首乌芝麻糊  
Sesame Sweet Soup
- 135 谈故说情话点心



# 港点心

香港特级点心师系列

# 港味道

李振良 编著



广东省出版集团  
广东科技出版社  
· 广州 ·





## 烹龙煮凤， 不及平凡滋味的点心

中式厨师分主、副两大技术专业，行业内称为“红案（烹制菜肴）”和“白案（制作点心和面食）”。“白案”虽看似上不了大台，但自春秋战国时代开始发展，经

历千年，从民间日常充饥或调剂口味的食品，逐步转变为制作精巧、味道细腻的特色美食，殊不简单。

点心师采用五谷为主材料，再配以多种馅料（蔬果、海产、鲜肉和杂豆等）与其他副料搭配使用，按造型和制作工艺，分为糕、团、饼、面、包、卷、饺、酥、羹和汤等。至于所用烹饪技法包括了蒸、煎、炸、炒、焗、焯、焖、炖、煮、炆、拔丝、冷冻等单一或复合技法，务求达到色、香、味、型、美和潮等规格，令制品引人注目，使人食欲大振。



# 面种基本功

开始做包前，先学好基本功。

## 材料

### 第一次发酵（原始面种）

面粉 150克，清水 75克

### 第二次发酵（面种）

面粉 300克，清水 150克，原始面种 225克

## 面种

### 做法

1. 把第一次发酵的材料混合和匀成团，置于已清洁的密封瓶贮存 17 小时。
2. 发酵后取出，面团若胀大及呈蜂巢质感，并发出酸味，便是第一次发酵（即新种），又称原始面种。
3. 把第二次发酵的材料和匀，放入第一次发酵用的密封瓶内贮放 17 小时，所得的面种质感比原始面种略浮软一点。

### 一定成功的要点

1. 面粉和水搓匀，置于室温下便可自然发酵，但面粉和油混合不会发酵。
2. 面种不能完全用尽，必须留约 75 克“面种底”作下次使用，接种比例是面种：面粉：清水=4：22：11。每次的面种应有 75 克剩余作循环使用。
3. 面种不继续使用，可放密封袋，贮存于冰箱内冷冻，可保存 3 个月。需要使用时，取出解冻或放软后随时使用。



## 材料

面种 600 克，砂糖 225 克，臭粉 4 克，碱水 1/4 茶匙，清水 38 克，猪油 8 克，面粉 225 克，泡打粉(发粉) 11 克，生粉 19 克

## 材料

面粉 600 克，泡打粉(发粉) 6 克，酵母(依士) 6 克，砂糖 115 克，猪油 8 克，冰水 188~225 克

## 材料

中筋粉(面包粉) 494 克，面粉 115 克，酵母(依士) 11 克，砂糖 115 克，菜油 115 克，鸡蛋 1 个，冰水 225~266 克

## 糖皮 (即叉烧包皮)

制作时间 15 分钟 分量 1 200 克

Time 15 mins Yield 1200g

### 做法

1. 先将砂糖、面种、臭粉和碱水混合，用手搓揉至糖完全溶解。
2. 加入其余材料搓揉成软滑粉团。

### 一定成功的要点

这种面团已含面种成分，可以即做即用。

## 馒头皮

制作时间 15 分钟 分量 900 克

Time 15 mins Yield 900g

### 做法

面粉与泡打粉筛匀，开穴，加入其他材料搓揉成软滑粉团。

### 一定成功的要点

1. 面团可用压面机把空气压出，质感会变得软滑一点。
2. 面团可即做即用，但是包子造型后要发酵 1 小时。

## 甜面团 (餐包皮)

制作时间 15 分钟 分量 900 克

Time 15 mins Yield 900g

### 做法

全部材料混合和匀呈弹性面团，质感细滑。发酵 1 小时。

### 一定成功的要点

1. 面团搓揉后置一旁发酵 1 小时，面团的质感会变得松软，必须拍出空气才可造型。
2. 面团在发酵时要用保鲜纸包住避免表面风干。



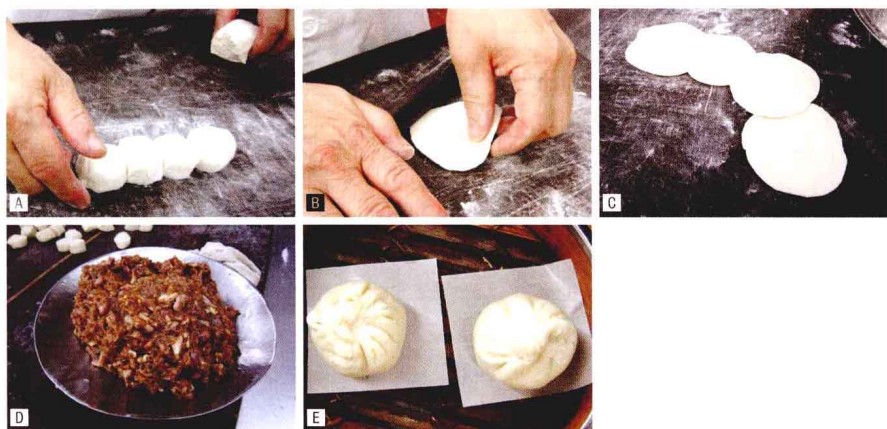
# 蚝皇叉烧包 Deluxe Barbeque Pork Buns

制作时间 16-18分钟 数量 25个 Cooking Time 16-18 mins Quantity 25 pcs



包类





## 材料

糖皮 1 050 克（参阅第 4 页）

### 叉烧包芡汁

姜 1 片

砂糖 150 克

蚝油 56 克

橙红粉少许

生粉 38 克

葱 19 克

生抽 38 克

麻油 19 克

胡椒粉少许

盐 4 克

老抽 11 克

清水 600 克

粟粉 38 克

### 叉烧馅

叉烧 494 克

叉烧包芡汁 560 克

## 做法

1. 叉烧包芡汁材料中取 190 克清水，与粟粉和生粉调匀成粉浆。
2. 热锅下油 38 克，爆香姜、葱，注入 410 克清水和橙红粉煮至姜葱出味，捞出姜葱，倒入芡汁材料煮沸，倒入粉浆用锅铲快快推开，铲至芡汁沸腾冒大水泡便可。
3. 叉烧切成指甲片状，加入已凉透的叉烧包芡汁，备用。
4. 糖皮分成 25 份，每小粉团擀成直径约 7 厘米，厚约 0.5 厘米，四周薄而中间厚。
5. 包上馅料 38 克，垫上包底纸，放蒸笼以大火蒸 6~7 分钟。

## 名师点拨

1. 芡汁一定要完全熟透，否则会变回液体状。
2. 芡汁必须彻底凉透才可以放入叉烧埋馅，因为凉透的芡汁会比较硬一点。
3. 从叉烧包的爆合处轻轻察看是否有不熟情况，可多蒸 1~2 分钟。

## 掌故

以前的名字叫作“蜜汁”或“蜜味”叉烧包，随着食材转变，用蚝油推包芡，改名为“蚝皇”叉烧包。现在的高级食肆讲求品味，改用鲍汁取代蚝油，变成“鲍汁”叉烧包。一般情况，一笼 3 个，每个约重 38 克；若一笼 2 个，每个约重 54 克。



# 酥皮莲蓉包

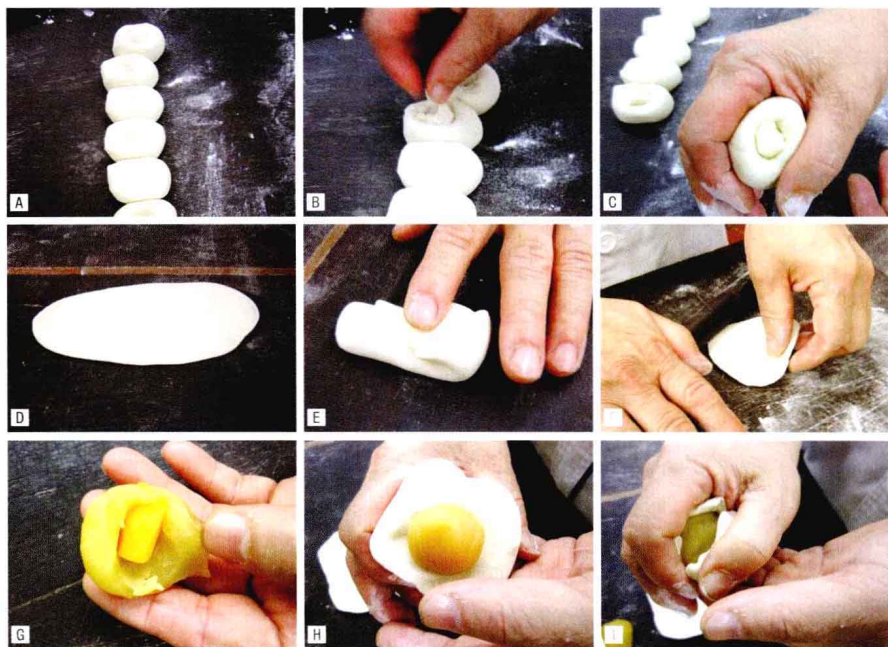
## Lotus Seed Paste Buns

制作时间 7分钟 数量 28个 Cooking Time 7 mins Quantity 28 pcs



包类





## 材料

糖皮 1 064 克（参阅第 4 页）  
熟咸蛋黄 7 只，每只分成 4 份

## 油心

面粉 300 克                      猪油 188 克

## 莲蓉

湘白莲子 600 克                      清水 3 000 克                      皇冠生油 266 克  
砂糖 600 克                      碱水 4 克                      麦芽糖 75 克

## 做法

1. 将湘白莲子浸软，去莲心，注入清水和碱水一同浸 2 小时。置于蒸笼以大火蒸 1.5 小时，直至莲子煮烂，盛起沥水，放搅拌机内搅成蓉。
2. 烧热锅，下适量油铺匀全锅，倒出油，下莲蓉，不断铲至略干兼带有韧度，出现有少少黏锅的现象，然后下砂糖，再铲一会儿，下 225 克生油炒匀，再拌入麦芽糖至融合，盛起，把余下生油盖面。
3. 将油心的材料搓匀。
4. 将糖皮搓长，分成 28 份，每份 38 克，然后包入 11 克的油心，收口，压扁，用酥棍擀成 16 厘米 x 6 厘米，卷成长面筒，收口朝上，从左至右卷起，卷成包状，再按扁，擀至直径约 6 厘米的面皮。
5. 取出 26 克莲蓉，包入 1 粒咸蛋黄，再放在面皮上包好，收口。
6. 在蒸笼放进笼底纸或已扫油贴片，再放入莲蓉包，加盖放半小时。
7. 以大火蒸 3 分钟，打开蒸笼盖散气，待热气散开再盖上盖，续蒸 4 分钟，即可。

## 名师点拨

莲蓉不宜铲太久，否则会起沙，影响口感。另铲莲蓉时宜用铜锅，避免因氧化而变黑，确保莲蓉色泽鲜明。

## 掌故

光身包可让包皮入油心，即行内语为入酥，包皮层次分明，蒸热后能逐层撕开，包身酥酥。一般人会把第一层包皮撕掉，原因有些旧式老师傅不用喷水壶在包面喷水，而是用口含水，然后直接喷水于包面，故撕包而食。另一说法，包皮蒸熟后不立即吃会变干，撕掉面层，包子入口会比较松化。



# 鸡球大包 Giant Chicken Buns

制作时间 30分钟 数量 18个

Cooking Time 30 mins Quantity 18 pcs



包类







## 材料

糖皮 2 016 克 (参阅第 4 页)

## 馅料

熟鸡蛋 5 只，每只分成 4 份

火腿 225 克 (切成粗粒)

冬菇 (大) 5 朵

鸡球 (即鸡腿肉) 450 克，切件

鸡包子馅 1 200 克 (参阅第 12 页)

## 腌料 (鸡球)

盐 4 克

糖 15 克

生粉 11 克

姜汁酒少许

胡椒粉少许

麻油少许

## 做法

1. 冬菇去蒂浸软，煲熟，挤干水分，每朵分为 4 份，加入少许蚝油拌匀。
2. 鸡球加腌料拌匀。
3. 糖皮分为 18 等份 (每份重 112 克)，擀成直径约 13 厘米，厚约 0.75 厘米。
4. 按序放上鸡包子馅、熟鸡蛋、鸡球、冬菇、火腿，包好收口，垫上包底纸，上蒸笼以大火蒸 20 分钟。

## 掌故

早期的大包，皮大馅小，大如小球，重约 150 克，馅重只得 38 克，抵食兼大件，特别受工人阶级欢迎，所以这款包点会在屋村茶楼、茶寮、低档茶居或工厂区作为主打食物。时代转变，怀旧风刮起，于是馅料变得高尚精致，采用鲍、参、翅、肚作食材，包子也变小，约 115 克重，皮小馅多，在高级食肆供应。





# 姜汁鸡包仔 Ginger Chicken Mini Buns

制作时间 8分钟 数量 45个    Cooking Time 8 mins Quantity 45 pcs



包类

