



米食·面食·面点

米食·面食·面点

郭 晔
潘国熙
莫 伟
黄 洪

编著

广西科学技术出版社

米食·面食·面点

郭 晔 潘国熙
莫 伟 黄 洪 编著

*

广西科学技术出版社出版
(南宁市河堤路14号)
广西新华书店发行
广西南宁科技印刷厂印刷

*

开本787×1092 1/32 印张6.625 字数146,000

1989年2月第1版 1989年2月第1次印刷

印 数 1—4,700册

ISBN 7—80565—055—1
TS·4

定价: 2.48元

编者的话

随着社会主义精神文明建设和物质文明建设的逐步深入，我国人民的饮食结构正在由粗食单一逐步向精细、典雅、丰富、方便转变。为了丰富食品的种类，满足迅速发展起来的食品加工业的需要，为了普及食品、小食品的加工技术，我们编写了《米食·面食·面点》一书。本书详细地介绍了200多种米食、米点、面食、面点的制作方法，包括原料配方、制作步骤及成品要求等，不仅包括大众食品、民间小吃，对某些名、特、优、传统食品的加工工艺也作了深入浅出的叙述。本书介绍的加工技术，具有投资少、占地面积小、见效快、用料广泛、花色品种多、产品易更新换代的特点，加工的成品色香味俱佳、营养丰富，深受广大消费者欢迎。本书从实用性出发，力求语言通俗易懂，中小型企业 and 家庭均可采用。本书可供食品业的干部、技术人员、工人，食品生产专业户、个体户以及家庭使用，同时也可供商业、旅游及食品专业学生参考。

编著者

一九八八年六月

目 录

第一章 主要原料、辅料和食品添加剂

第一节 主要原料	(1)
1. 面粉	(1)
2. 大米及米粉	(3)
3. 食糖	(4)
4. 油脂	(6)
第二节 辅助原料	(7)
1. 酵母	(7)
2. 乳及乳制品	(8)
3. 蛋及蛋制品	(8)
4. 食盐	(8)
5. 果料	(9)
6. 肉及肉制品	(9)
7. 豆类	(9)
第三节 常用食品添加剂	(10)
1. 化学膨松剂	(10)
2. 食用色素、香料	(11)
3. 强化剂	(12)
4. 面团改良剂	(15)

第二章 馒头 包子 饺子 云吞

第一节 馒头、包子	(17)
一. 酵面的制作	(17)
二. 馒头、包子、花卷的制法	(18)

- | | |
|------------------|-----------------|
| 1. 馒头…………… (18) | 2. 生煎馒头…… (19) |
| 3. 豆沙卷………… (20) | 4. 葱油花卷…… (20) |
| 5. 鲜肉包………… (21) | 6. 猪油豆沙包… (22) |
| 7. 水晶包………… (22) | 8. 素菜包………… (23) |
| 9. 叉烧包………… (23) | 10. 鲜肉小笼包… (24) |
| 11. 汤包…………… (25) | 12. 牛肉水煎包子 (25) |
| 13. 狗不理包子… (26) | |

第二节 饺子、云吞…………… (27)

- | | |
|----------------------|----------------|
| 1. 菜肉水饺…… (28) | 2. 鲜肉锅贴…… (28) |
| 3. 鲜肉云吞…………… (29) | |
| 4. 鲜肉五彩汤馄饨…………… (30) | |
| 5. 荠菜肉馄饨… (30) | 6. 干蒸烧卖…… (31) |

第三章 米粉 干粉 快餐米粉

第一节 米粉…………… (32)

- | | |
|-------------------|----------------|
| 1. 肉丝沙河粉… (32) | 2. 鲜肉卷筒粉… (33) |
| 3. 米线…………… (33) | 4. 小锅米线…… (34) |
| 5. 过桥米线…………… (34) | |

第二节 干粉…………… (35)

第三节 快餐米粉 (方便米粉)…………… (37)

第四节 方便汤料的生产技术…………… (38)

- 一、原料…………… (39)
- 二、辅料…………… (39)
- 三、几种汤料的配方及工艺操作要点…………… (40)

第四章 面条 挂面 面饼 快餐面

第一节 面条的种类…………… (46)

第二节 手工面条的制法..... (47)

1. 家常面..... (47) 2. 汤面..... (48)

3. 伊夫面..... (48) 4. 抻面条..... (49)

第三节 汤和特别作料的制法..... (50)

1. 上汤烹调法..... (50)

2. 中汤烹调法..... (50)

3. 下汤烹调法..... (51)

4. 担担面作料的制法..... (51)

5. 酸辣面作料的制法..... (51)

6. 大卤面作料的制法..... (52)

7. 炸酱面作料的制法..... (52)

8. 老友面作料的制法..... (52)

第四节 挂面..... (53)

一、挂面生产的工艺流程..... (53)

二、操作关键..... (54)

三、挂面的质量标准..... (60)

第五节 面饼、快餐面..... (61)

第六节 面条生产所需设备..... (67)

第五章 月饼

第一节 广式月饼..... (71)

一、糖浆制法..... (71)

二、糖浆皮制法..... (72)

三、馅料制法..... (72)

1. 红莲蓉馅料... (72) 2. 纯正白莲蓉馅 (74)

3. 豆沙馅料..... (74) 4. 豆蓉馅料..... (75)

5. 鲜豆蓉馅料... (76)

四、广式月饼部分品种制作技术…………… (76)

1. 加头纯正莲蓉月饼…………… (77)

2. 足斤五仁甜肉月…………… (77)

3. 加头凤凰烧鸡月饼…………… (78)

4. 榄仁莲蓉肉月饼…………… (79)

5. 蛋黄莲蓉月饼…………… (80)

6. 双黄莲蓉月饼…………… (80)

7. 三黄莲蓉月饼… (80) 8. 豆沙肉月饼 (81)

9. 玫瑰豆沙月饼…………… (81)

10. 榄仁豆沙肉月饼…………… (81)

11. 豆蓉月饼…… (81) 12. 豆蓉肉月饼… (82)

13. 榄仁豆蓉月饼 (82) 14. 烧鸡月饼…… (82)

15. 金华火腿月饼 (83) 16. 腊肠叉烧月饼 (83)

17. 七星伴月饼… (84) 18. 五仁咸肉月饼 (84)

19. 鲜奶椰丝莲子月饼…………… (84)

20. 珠江鸳鸯月饼 (85) 21. 龙凤礼饼…… (85)

第二节 苏式月饼…………… (86)

一、原料…………… (86)

二、制法…………… (87)

三、苏式月饼的制作关键…………… (88)

四、质量标准…………… (91)

五、家庭自制苏式月饼…………… (92)

第六章 面包 饼干

第一节 面包的生产工艺…………… (94)

第二节 部分面包的制作技术…………… (100)

1. 酥皮面包…… (101) 2. 菠萝面包…… (101)

3.排包····· (102)	4.餐包····· (102)
5.叉烧餐包····· (103)	6.莲蓉面包····· (103)
7.玫瑰豆沙包····· (104)	8.椰蓉面包····· (104)
9.车轮面包····· (104)	10.墨西哥面包····· (105)
11.榄仁提子辫包 (105)	12.方包····· (106)
13.奶油面包····· (106)	14.瑞士面包····· (107)
15.法兰西面包····· (107)	
第三节 快速生产面包新工艺····· (108)	
一、工艺流程····· (108)	
二、新工艺面包制作例举····· (109)	
1.港式餐包····· (109)	
2.魔芋面包····· (110)	
3.港式油炸夹心面包····· (110)	
第四节 饼干生产技术····· (111)	
一、饼干分类····· (111)	
二、饼干的基本配方及工艺····· (112)	
三、操作要点····· (117)	
第五节 其它类型的饼干生产····· (125)	
1.夹心饼干····· (125)	
2.维夫饼干····· (125)	
3.印花饼干与蛋黄饼干····· (126)	

第七章 其它糕点及风味小吃

第一节 蛋糕····· (128)	
1.奶油花蛋糕····· (128)	2.奶油卷蛋糕····· (129)
3.大花蛋糕····· (130)	4.玻璃蛋糕····· (131)
5.雪布卷蛋糕····· (131)	6.冰皮蛋糕····· (132)

7. 三色蛋糕…………… (133)
8. 叉烧甘露卷蛋糕…………… (133)
9. 切白卷蛋糕…………… (134)
10. 巧克力奶油夹蛋糕…………… (134)
11. 雀巢奶油蛋糕 (135)
12. 莲花蛋糕…………… (135)
13. 蒸白蛋糕…………… (136)
14. 豆沙莲花蛋糕 (136)
15. 莲蓉莲花蛋糕 (137)
16. 魔芋蛋糕…………… (137)

第二节 蛋戟…………… (137)

1. 榄仁提子戟… (138)
2. 花戟…………… (139)
3. 威化戟…………… (139)
4. 奶油核桃大方戟…………… (140)
5. 椰蓉戟…………… (140)

第三节 水油酥…………… (141)

1. 爽糖酥…………… (141)
2. 冬蓉酥…………… (142)
3. 烧卖酥…………… (143)
4. 豆蓉酥…………… (144)
5. 白凌酥…………… (144)
6. 红凌酥…………… (145)
7. 皮蛋酥…………… (145)
8. 莲蓉酥…………… (146)
9. 叉烧香酥…………… (146)
10. 包香酥…………… (147)
11. 银河酥月饼… (147)
12. 烧卖粒…………… (148)
13. 和味酥…………… (148)
14. 酥皮杏蓉月饼 (149)

第四节 松酥…………… (149)

一、甘露酥皮糕点制法…………… (149)

1. 莲蓉甘露酥… (149)
2. 核桃酥…………… (150)
3. 蛋奶光酥…………… (151)
4. 么罗酥…………… (152)
5. 西樵大饼…………… (152)
6. 福肉饼…………… (153)
7. 德庆酥…………… (154)
8. 通心酥…………… (154)
9. 肉香酥…………… (155)
10. 牛油酥…………… (155)

11. 椰蓉酥…………… (155)

二、松酥皮糕点制法…………… (155)

1. 淋糖扭酥…………… (155)

2. 蝴蝶酥…………… (156)

3. 入口酥…………… (156)

4. 千层酥…………… (157)

第五节 糕粉食品…………… (158)

1. 杏仁饼…………… (158)

2. 云片糕…………… (159)

3. 核桃云片糕…………… (160)

4. 白糖饼…………… (160)

5. 炒米饼…………… (161)

6. 淮山饼…………… (161)

7. 夹肉杏仁饼…………… (161)

8. 香蕉条…………… (162)

9. 绿豆糕…………… (163)

10. 花生糕…………… (163)

11. 四色水糕…………… (163)

12. 白糖猪油松糕…………… (164)

13. 碗蒸糕…………… (165)

14. 椒盐糕…………… (165)

第六节 擘酥食品…………… (166)

1. 淋糖擘酥…………… (167)

2. 咖喱牛肉擘酥…………… (168)

3. 鸡蛋挞…………… (168)

4. 叉烧擘酥角…………… (170)

5. 叉烧擘酥卷…………… (170)

6. 苹果擘酥批…………… (170)

7. 莲蓉擘酥…………… (171)

8. 鲜奶挞…………… (171)

9. 蝴蝶擘酥…………… (172)

10. 果酱奶油擘酥…………… (172)

11. 擘酥奶油筒…………… (172)

第七节 油炸食品…………… (173)

1. 龙江煎堆…………… (173)

2. 九江煎堆…………… (174)

3. 豆沙软角…………… (175)

4. 豆蓉软角…………… (176)

5. 莲蓉软角…………… (176)

6. 椰丝软角…………… (176)

7. 花生脆角…………… (176)

8. 莲蓉酥角…………… (177)

9. 椰丝酥角…………… (177)

10. 炮仗花…………… (178)

11. 三色片…………… (178)

12. 牛耳仔…………… (178)

13. 炸麻枣…………… (179)

14. 大良崩砂…………… (179)

- | | |
|-------------------|------------------|
| 15.笑口枣……………(180) | 16.全蛋甜蛋散…(181) |
| 17.萨骑马……………(181) | 18.咸蛋散……………(182) |
| 19.牛肉多士……………(182) | 20.油条……………(183) |
| 21.肉油墩……………(183) | |

第八节 风味小吃……………(184)

- | | |
|-------------------|-------------------|
| 1.广东年糕……………(184) | 2.大笼糕……………(185) |
| 3.芋莠糕……………(185) | 4.萝卜糕……………(186) |
| 5.白糖伦教糕…(187) | 6.宁波猪油汤团(187) |
| 7.鲜肉汤团……………(188) | 8.糯米鸡……………(189) |
| 9.鲜肉粽……………(189) | 10.猪油豆沙粽子(190) |
| 11.猪油八宝饭…(191) | 12.赤豆糕……………(192) |
| 13.油煎南瓜饼…(192) | 14.煎米糍……………(193) |
| 15.糯米面凉糕…(193) | 16.绿豆粽子……………(194) |
| 17.叉烧肉粽……………(195) | 18.家常八宝粽…(195) |
| 19.水晶樱桃盏…(196) | 20.青团……………(196) |
| 21.百果蜜糕……………(197) | 22.黄松糕……………(197) |
| 23.珍珠糖圆……………(198) | 24.炒八宝饭……………(198) |

第一章 主要原料、辅料和食品添加剂

第一节 主要原料

1. 面粉

面粉是生产饼干、糕点的主要原料，面粉质量的优劣对饼干、糕点的品质起着决定性的作用。目前我国生产的面粉有富强粉（又称特制粉）、标准粉、次等粉和全麦粉四个等级。其中标准粉最大限度地保存了面粉中的营养成分。生产标准粉，（100kg小麦至少磨出85kg面粉），出粉率高。同时又不影响面粉的食用价值和人体的消化吸收。

饼干、糕点生产通常使用的面粉有富强粉与标准粉两种。面粉的主要成份是蛋白质、糖类、脂肪、矿物质和维生素，而又以蛋白质和糖类含量最高。糖类主要是淀粉和少量可溶性糖，因此蛋白质和淀粉对饼干、糕点的品质起决定性作用，现将蛋白质和淀粉在饼干、糕点中的作用叙述如下。

（1）蛋白质

面粉中的蛋白质吸水后膨胀形成面筋质，这种蛋白质主要分布在小麦胚乳内，糊粉层中的蛋白质不能洗出面筋质。面粉中的面筋含量少筋力就少；面粉中的面筋含量高筋力就高。因此，高级粉的面筋质含量高，低级粉的面筋质含量低。我国在面粉标准中规定特制粉的湿面筋含量不低于26%；标准粉则不低于24%。

面筋是蛋白质高度水化后形成的柔软胶状物，主要成分**是麦胶蛋白质与麦谷蛋白质**，故又称为**面筋蛋白质**。由于这种蛋白质的特性，使面筋具有延伸性、弹性、韧性、可塑性等物理性能，它在饼干、糕点制作中决定着面团的性质。例如，在饼干生产时，如果面粉中面筋含量过高，饼干坯容易收缩变形，同时造成饼干不松脆等现象。但在面包生产中，则要求面筋的延伸性强，弹性大，这样面团内才能保持大量的二氧化碳气体，使面包体积膨大，柔软疏松有弹性；反之，则造成面团发酵不好，面包发起度小，面包坯容易发生“塌架”。

在糕点生产过程中，调制面团时，工艺上对面筋的要求是不相同的，现介绍常用的几种：

①**水油皮面团**：这种面团主要是面粉加水和加猪油调制而成，多作包酥心之用。要求延伸性和韧性强，宜选用粉粒细、筋力较强的特制面粉，这样制成的产品可以达到酥层分明不碎，口感酥化的效果。

②**发酵面团**：这种面团经过发酵，在面团中要保持大量气体。为此，应选用富有延伸性、韧性和弹性，并且筋力强的特制面粉作原料，使制品疏松多孔富有弹性。

③**糖浆皮面团**：在面粉中加入定量的糖浆和油调制而成。要求饼皮柔软，成品花纹玲珑清晰，因而适宜用面筋量适中、筋力较强的富强面粉。

④**甜酥面团**：这种面团是在面粉中加入多量的油、糖和膨松剂调制而成，如桃酥类、松酥类的制品，要求面团有较好的可塑性而无韧性，因此选用粉粒稍粗的薄力粉如标准面粉。

⑤**油酥面团**：在面粉中加入多量油调制而成，要求有较

好的酥脆性，一般作酥饼的酥心使用，选用粉粒较细的薄力粉如标准面粉。

(2) 淀粉

淀粉不溶于水，没有甜味，由很多右旋葡萄糖分子聚合而成。由于葡萄糖分子连接的位置不同，分为直链淀粉与支链淀粉两种。直链淀粉和支链淀粉的结构和性质是不同的：直链淀粉遇碘呈蓝色，支链淀粉遇碘呈红紫色；直链淀粉易溶于热水，形成的胶体溶液粘性不大，而支链淀粉在加热加压的条件下才溶于水，形成的胶体溶液粘性很大，所以，支链淀粉含量越多，其粘性越大。由于原料不同，淀粉中直链淀粉与支链淀粉含量的比例也不同。

淀粉对糕点品质的影响很大。面粉中的淀粉和面筋蛋白质吸水后，显示出胶体性质，在面团形成的过程中，淀粉可以稀释面筋浓度和调节面筋的胀润度，从而增加面团的可塑性，使制品有较好的松脆性。在面包制作时，淀粉水解产生的单糖，可供给酵母菌作为碳源利用。烤制时淀粉形成的糊精还可以使某些制品具有平滑光洁的表面。但是，面粉中淀粉的含量也并非越多越好，含量过多，会造成面团过于松脆而无韧性，从而影响某些制品的品质。所以，面粉中淀粉与蛋白质含量比例应根据各种加工工艺要求而定。

2. 大米及米粉

大米分为粳米、籼米和糯米三种。粳米粒形短圆，颗粒丰满，米色蜡白，多为透明和半透明，胀性中等，略有粘性；籼米粒形细长，颜色灰白或蜡白，胀性比粳米大，粘性比粳米差；糯米可分粳糯和籼糯两种，粳糯粒形同粳米，籼糯粒形同籼米，色泽蜡白或乳白，多数为不透明，胀性小，粘性大。

大米的主要成份是：淀粉（糖分）、蛋白质、脂肪和灰分。

米粉（也称糕粉），是以上等大米为原料，经过加工磨碎成粉的总称。以粳米、籼米磨制的粉，称为占米粉；以糯米磨制的粉称为糯米粉。制造糕点应根据品种质量要求来选用占米粉或糯米粉。

（1）占米粉

由粳米和籼米磨制而成，多为硬质淀粉，粉质坚硬不易磨碎，所以占米粉的制品缺乏透明度，制品稍硬。由于它的粘性小，制造糕点时，可以适当搭配淀粉，以适合某些糕点品种质量要求。在广式糕点中，一般用作生产儿童食品的淮山饼及各种小糕、炒米饼等。

（2）糯米粉（又称潮洲粉）

广式糕点用的是熟糯米粉。将糯米洗净，凉干水分，以粗砂与糯米混合，在锅中炒至微黄，取出筛去砂子，磨制成粉即成潮洲粉。

糯米的胚乳为粉状，主要含有淀粉、蛋白质、脂肪和灰分，其淀粉排列疏松，含糊精较多，全部是支链淀粉，糊化后粘性很大，其制品具有韧性，质柔软，能吸收大量的油和糖，适宜生产重油重糖的品种。可用于制作煎堆、油角、年糕、水糕、香蕉条、云片糕等品种，还可广泛地用作增稠剂；有些用于饼皮用料的搭配，有些用于拌馅。

3. 食糖

饼干、糕点生产中使用的食糖，一般有蔗糖（白砂糖、绵白糖、赤砂糖、黄糖粉、片糖）、淀粉糖浆、饴糖等。食糖在饼干、糕点中的作用：

A. 使制品具有甜味，提高制品的营养价值。单糖和双糖都具有甜味，食糖的甜度因糖的种类不同差别较大，如以

蔗糖的甜度为100的话，则麦芽糖的甜度为32，果糖为173，转化糖为130，葡萄糖为74，半乳糖为32，乳糖为16。食糖发热量高，每1克可产生热量4千卡，可以补助人体需要的能量。

B. 调节口味。在某些咸味饼干、糕点中，单纯使用食盐，滋味单调。如果加入食糖，则咸甜适中，形成一种甘和味道。如和味酥、咸面包、苏打饼等的口味就是盐和糖调配的结果。

C. 提高制品的色泽和香味。制品在烘烤时，由于糖的焦糖化作用，使饼干、糕点的表面产生金黄色或棕黄色，达到成品理想的色、香、味。

D. 调节面团中面筋的胀润度。糖有较强的吸水性，调制甜酥类面团，一般加入糖量较大，其作用在于糖分要吸收面团中一定量的水分，相应地会降低面筋的吸水胀润，使面团温度达到工艺要求，防止制品因水分含量大而收缩变形。

E. 提供酵母生长的营养。但加糖量不能过多，否则，会因渗透压大造成酵母细胞脱水萎缩。一般用糖量最好不超过面粉量的26%。

在饼干、糕点生产中，各种糖的用途是不相同的，必须根据实际工艺要求进行选择。

(1) 蔗糖

白砂糖：品质纯净的蔗糖，含糖量达99.4%以上，色泽洁白明亮，晶粒均匀松散。在饼干、糕点中使用白砂糖有三种方法：①砂糖是结晶体，洒在某些制品表面上，闪闪发光，增加美观。②把白砂糖磨成糖粉（通过100目筛），拌和其它原料，使制品含糖均匀。③制成糖浆使用。蔗糖在酶或酸性作用和加热的条件下水解为转化糖，即分解为果糖和