

新型农民职业技能培训教材

新技术
新热点

中式面点制作

刘曦 主编



中国农业科学技术出版社

新型农民职业技能培训

中式面点制作

刘曦

主编

藏书



中国农业科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中式面点制作 / 刘曦主编. —北京: 中国农业科学技术出版社, 2012. 4

ISBN 978 - 7 - 5116 - 0860 - 4

I. ①中… II. ①刘 … III. ①面食 - 制作 - 中国
IV. ①TS972. 116

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 062544 号

责任编辑 徐毅 姚欢

责任校对 贾晓红 范潇

出版者 中国农业科学技术出版社

北京市中关村南大街 12 号 邮编: 100081

电 话 (010)82106636(编辑室) (010)82109704(发行部)
(010)82109709(读者服务部)

传 真 (010)82106631

网 址 <http://www.castp.cn>

经 销 者 各地新华书店

印 刷 者 中煤涿州制图印刷厂

开 本 850mm × 1 168mm 1/32

印 张 4. 625

字 数 110 千字

版 次 2012 年 4 月第 1 版 2012 年 4 月第 1 次印刷

定 价 12. 00 元

—— 版权所有 · 翻印必究 ——

《中式面点制作》

编委会

主 编 刘 曦

编 委 赵祁龙 周建生 赖院生 李 璟

目 录

第一章 面点制作的基础知识	(1)
第一节 面点概述	(1)
第二节 面点的风味流派和特色	(3)
第三节 面点常用的设备与工具	(8)
第二章 面点制作的基本程序	(17)
第一节 面点制作程序	(17)
第二节 和面、揉面	(18)
第三节 搓条、下剂	(22)
第四节 制皮、上馅	(24)
第三章 面团调制	(28)
第一节 面团的分类	(28)
第二节 各类面团的成团原理	(30)
第三节 冷水面团制作实例	(35)
第四章 膨松面团	(41)
第一节 生物膨松法	(41)
第二节 化学膨松法	(49)
第三节 物理膨松法	(53)
第五章 制馅	(56)
第一节 馅心的作用	(56)
第二节 咸馅制作	(58)
第三节 甜馅制作	(66)

第四节	包馅比例	(70)
第六章	面点成型技术	(73)
第一节	抻、切、削、拨	(73)
第二节	叠、摊、擀、按	(78)
第三节	揉、包、卷、捏	(80)
第四节	钳花、模具、滚粘、镶嵌	(88)
第七章	熟制	(96)
第一节	面点熟制作用与导热方法	(96)
第二节	煮、蒸熟制技术	(100)
第三节	能保持原料的营养成分和形态	(108)
第四节	炸、煎熟制技术	(108)
第五节	烤制熟制技术	(114)
第六节	烙、微波熟制工艺	(120)
第八章	面点与宴席的组合原则	(126)
第一节	民族饮食习惯	(126)
第二节	面点组合的意义和运用	(129)
第三节	宴席面点配置要领	(135)
参考文献	(139)

第一章 面点制作的基础知识

第一节 面点概述

我国具有悠久的历史 and 灿烂的文化，而被世人誉为我国四大国宝之一的中国烹饪，技艺精湛，源远流长，是一份珍贵的文化遗产。其中，面点是中国烹饪的重要组成部分。

面点有着长期演变过程，虽然它有着一系列复杂的工艺程序和纷繁的花样品种，但我们可以在前人探讨研究和整理的资料中找到并归纳出它的普遍规律，从而得出一般的结论。面点制作涉及许多自然科学的知识，例如：生物化学、食品化学、营养学等。因此，面点制作技术是一门多学科的烹饪工艺。

一、面点的概念

面点的定义：面点是以各种粮食果品、鱼虾、禽蛋以及蔬菜为原料以多种原料配以多种调味品，经不同的加工方式制成的各种主食、小吃和点心。

面点具有广泛的内容，概括而论，它是一种营养丰富、色香俱全、味形皆美的方便食品。就其作用而言，面点既是人们日常生活中，不可缺少的主要食品，又是人们调剂口味的补充食品。千百年来，人们还把它广泛作用于人际交往之中，成为人们进行交往的一项特殊内容。

面点制作工艺的性质大致可以分为两部分。一是饮食业的面点，通常被称为早点、小吃或面食、点心；另一部分是糕点业的点心。

饮食业的面点主要包括：正餐中的米面食品、早点、小吃和筵席面点。其花色品种繁多，一般是随制随用，不宜长期储存；

糕点业的面点花色品种也很多，一般是成批量生产，因糖、油等含量较高，能够进行较长时间的储存，便于统一包装和运输，大多为人们调剂口味的补充食品。

二、面点的发展史

在我国烹饪史上，以粮食作物为食品，比以肉类（鱼虾等）为食品要晚得多。远古时期，人们还不懂栽种粮食作物，他们的粮食来源是依靠渔猎和采集野生植物的根、茎、嫩叶、种子和果实。到距今约六七千年的新石器时期，人们才逐渐学会栽培粮食作物。此后，原始农业逐步发展，随着粮食作物品种的增多和产量的增加，我国古代人们赖以生存的主要食品即逐步转变成以粮食作物为主。这时，出现了以粮食作物为原料的食品，我们可以把它认为是原始面点。

我国古时候的主食有米类制品和麦类制品两种。米类制品出现比麦类制品大约早2 000年。目前，有关粮食制品记载最早见于先秦时期（公元前300年左右）的古籍《周礼·天官》，其中有这样的记载：“羞笱之实，糗饵粉粢。”汉代文学家郑玄为这段文字作了注，其中说到：“周礼，馈食有粉粢，米粉也。”“粢为干饵也。”饵字泛指食物，郑玄将其解释为：“含蒸为饵。”即蒸成的米粉制品被称为“饵”。西汉史游所著《急就篇》载有：“溲米蒸之则为饵”。在西汉的古籍中已经能够见到“饼”字，许慎《说文解字》对“饼”字这样解释：“饼，以粉及面为薄饼也。”因此，饵是糕饵或饼饵的总称。麦类食品的出现，约在秦汉之间，战国时期，我国北方已普遍栽种小麦，汉代以来的古籍中也多由“蒸饼”、“汤饼”的字样。当时，“饼”字的含义很广，泛指所有的面制品而言，一般是指扁平呈圆形的食品，如上面说到的“蒸饼”，就是用蒸的方法制成的“饼”；“汤饼”，就是用煮的方法制成的“饼”。汉代刘熙著的《释名》中的蒸饼的制作做了进一步的说明：“蒸饼，饼并也，溲面使合并也”。蒸饼是用水将面和成面团，然后蒸制而成。南北朝时期，贾思勰所

著《济民要术》中载有“馅渝法”，在注释中说“起面也，发酵使面轻轻浮起，炊之为饼”。这说明在汉末或魏晋时期已经出现了发酵面食制品。传说诸葛亮祭沪江时，用面团包裹羊肉，在外面画上眼睛、鼻子、嘴等以此代表人头作为祭品，把它称为馒首，也就是说我们现在所说的馒头（有些地区仍叫馒首）。这也说明了酵面技术的出现是在晋代以前。油酥制品相传是在三国时期由北方匈奴等少数民族地区流传到中原地区的，这就更加丰富了面食品的花样品种。汉代面食制作技术对后来面点制作技术的发展起了重大的作用。

据有人考证，点心的说法始于唐朝。宋代吴曾著《能改斋漫录》中说：“世俗例，以早上小食为‘点心’，自唐朝时已有此语。”唐代面食制品的花样增多，在制作工艺水平上也有了很大提高，这在上面这段文字中不难看出。这一时期的面点，已各具风格，并成为人们生活中的普遍食品，为我国面点的发展奠定了基础。到元、明时代，意大利的马可·波罗和郑和的西洋行，将西餐面点的制作技术带到我国，同时，中国面条制作技术也传到了意大利。从这时起，烹饪这一古老的人类文化便开始了更为广泛的国际间交流。这种交流给面点制作技术以推动作用。清代，面点有长足的发展，品种也更为丰富，许多地区出现了具有独特风味的面点制品，出现了以面点为主的筵席。新中国建立以来，在党和政府的关怀下，各地厨师在继承前人技术的基础上，对面点制作技术，不断地进行总结、交流和创新，运用科学的理论作为指导，以工业的发展作为动力，以美的意识作为内容，这将使面点制作技术得到更快的发展。

第二节 面点的风味流派和特色

中式面点制作技术经过长期的发展，经过历代面点师的不断总结、实践和广泛交流，已创造出许多口味醇美、工艺精湛、色

形俱佳的面点制品，在国内外享有很高的声誉。我国幅员辽阔、资源丰富，加上受各地气候、地理环境、物产、民俗习惯、人文特点等诸方面因素的影响，面点制品不仅繁多，而且其有浓郁的民族风格和地方特色。面点制品在选料、口味、制作工艺上大体形成了京式、苏式、广式、川式、晋式等地方风味流派。

一、京式面点

京式面点泛指黄河流域及黄河以北的大部分地区所制作的面点，以北京为代表故称京式面点。

北京作为古都具有悠久的历史和文化。京式面点博采各地面点制作之精华，特别是清宫仿膳面点集天下精湛技艺于一身，花式繁多，造型精美，极富传统民族特色。京式面点师特别擅长制作面食，并有独到之处。如被称为中国面食绝技的“四大面食”：抻面、刀削面、小刀面、拨鱼面均以独特的风味享誉国内外。

京式面点的坯料以面粉杂粮为主，皮坯质感较硬实、筋道。馅心口味甜咸分明，味较浓重。甜馅以杂粮制蓉泥甜馅为主，喜用蜜饯制馅或点缀；咸馅多用肉馅或菜肉馅，肉馅多采用“水打馅”制法，咸鲜适口，卤汁多，喜用葱、姜、酱、小磨麻油等为调辅料。

京式面点中富有代表性的品种有龙须面、银丝卷、三杖饼、一品烧饼、麻酱烧饼、天津狗不理包子、酥盒子、莲花酥、萨其马、豌豆黄、芸豆卷、艾窝窝、京八件等。

二、苏式面点

苏式面点泛指长江中下游江、浙、沪一带地区所制作的面点，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，物产丰富，为制作多种多样的面点提供了良好的物质条件。苏式面点包括宁沪、苏州、淮扬、杭州等风味流派，各自又有不同特色。

苏式面点的坯料以米、面为主，皮坯形式多样，除了水调面

团、发酵面团、油酥面团外，还擅长米粉面团的调制，如各式糕团、花式船点等。馅料用料广泛，选料讲究，口味浓醇、偏甜，色泽较深。肉馅中喜掺皮冻，成熟后鲜美多汁；甜馅多用果仁蜜饯。苏式面点大多皮薄馅多、滑嫩有汁，造型上注重形态，工艺细腻。

苏式面点中富有代表性的品种有扬州三丁包子、翡翠烧卖、千层油糕、淮安文楼汤包、黄桥烧饼，苏州的糕团、花式船点、苏式月饼，上海南翔小笼包、生煎馒头，杭州小笼包，宁波汤圆，以及各式酥点等。

三、广式面点

广式面点泛指珠江流域及南部沿海地区所制作的面点，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。传统的广式面点以米制品为主，如糯米鸡、粉果、年糕、油煎堆、伦敦糕等。后又吸取各地面点制作之精华，借鉴西式点心制作技艺，兼收并蓄，创制了风味独特的面点，如蚝油叉烧包、干蒸烧卖、奶皇包、鲜奶蛋挞等。长期以来，广东一带养成了“饮茶食点”的习惯，各酒楼、茶肆推出“星期美点”，使广式面点品种益发繁多，极富南国特色。

广式面点用料广泛，坯质感多变，除米、面外，还利用荸荠（马蹄）、芋头、红薯、南瓜、土豆等原料制坯。馅料味道清淡、原汁原味、滑嫩多汁，讲究花色、口味的变化。

广式面点中富有代表性的品种有笋尖鲜虾饺、蚝油叉烧包、娥姐粉果、鸡油马拉糕、生磨马蹄糕、伦敦糕、糯米鸡、沙河粉、卷肠粉、佛山盲公饼、南乳鸡仔饼、老婆饼、莲蓉甘露酥、咸水角、蕉叶粿、蜂巢荔芋角、广式月饼、鲜奶蛋挞等。

四、川式面点

川式面点泛指长江中上游以及西南地区所制作的面点，以四川为代表故称川式面点。

四川素称“天府之国”，气候温和，物产丰富，为面点的形成和发展奠定了良好的基础。川式面点历史悠久、用料广泛、制作精细、口味多样、擅长米粉制品的制作。富有代表性的品种有赖汤圆、龙抄手、担担面、黄凉粉、钟水饺、叶儿粑、白蜂糕、波斯油糕、合川桃片等。

五、晋式面点

晋式面点泛指山西、陕西、甘肃等西北地区制作的面点，以山西为代表故称晋式面点。

晋式面点擅长制作面食，素有百变面食之称，制品色泽深、口味重、做工精细。其中，面类小吃和面饭最具特色。小吃品种繁多，地方性强；面饭属于面条类，做法别具一格，有着浓厚的乡土气息，具有用料广泛、花样繁多、制法多样三大特点，另外，还讲究浇头和菜码。

晋式面点常见代表品种有铜钱面片、擦蝌蚪、刀削面、拉面、拨鱼、刀拨面、莜面窝窝、八珍汤、十全大补汤、豌豆糕、油面、蘸尖尖、漏面、生炒面、溜尖、荞面碗托等。

以上五大面点流派都具有鲜明的特点，品种多样、内容丰富，荟萃了我国面点制作技术的精华，成为我国面点技艺的核心。但我国地大物博，地理环境、民族习惯差异较大，除以上介绍的以外，还有许多具有地方特色、民族特色的面点。同时，随着交通、信息、科技的发展，帮式流派的格局已逐渐被打破，各地面点流派均博采众长、不断创新，形成了我国面点制作技术的新局面。

六、面点制作技术的特点及分类

（一）面点制作技术的特点

1. 用料广泛

选料精细，应时迭出，口味各具特色我国南北和东西跨度大，各地气候不同、物产丰富，地方风味突出，可用于面点制作的原料极为广泛。制作时所用原料都是精选的各种原料的适用

部分。

面点制作随着各地习俗的不同和季节的变化而应时更换品种。除早茶点心、午餐点心、晚餐点心和宴席点心外，还有适应不同季节时令的点心，如大年初一的饺子、元宵节的元宵、清明节的青团、端午节的粽子、中秋节的月饼、重阳节的糕等。随着地区的不同，季节相同而面点品种和制作方法等方面也有较大的差别，各具特色，如饺子在北方是用面粉制作，南方则以米粉制作等。

2. 坯皮多样、馅心繁多

在中式面点制作中，用作坯皮的原料极为广泛，有面粉、米粉、红薯粉、玉米粉、山药粉和一些动物的嫩肌肉组织等。加之辅料变化多及不同的调制方法，再配以各种不同的比例，可形成疏、松、爽、滑、软、糯、酥、脆、韧等不同质感的坯皮，从而突出了面点的风味。

我国馅心用料广泛，选料讲究，无论荤馅、素馅、甜馅、咸馅、生馅、熟馅，所用主料、配料、调料都选择品质最佳的，形成了鲜嫩可口、咸甜皆宜等不同特点。就馅心的烹调方法而言，有拌、炒、煮、蒸、焖和综合加热等，且在制作中又形成了各自的特点和风味。

(二) 面点制作的分类

面点制作的分类方法都应该满足以下条件：能体现分类的目的与要求；能表现出面点品种之间的差异；具有一定的概括性；有补充新品种的余地；并有利于教学与研究。根据以上条件面点制作可分为以下三类（见表）。

表 面点制作的分类

分 类	面 团
麦类制品	水调面团、膨松面团、油酥面团
米类制品	米制品、糕类粉团、团类粉团、酵米面团
杂色制品	澄粉面团、杂色面团、果蔬面团、其他面团

第三节 面点常用的设备与工具

一、面点常用的设备

(一) 加热设备

1. 蒸汽加热设备

蒸汽加热设备是目前广泛使用的加热设备。一般分为蒸箱和蒸汽压力锅两种。

(1) 蒸箱：是利用蒸汽传导热能将食品直接蒸熟的一种设备。它与传统煤火蒸笼加热方法比较，具有操作方便、使用安全、劳动强度低、清洁卫生、热效率高等优点。

使用方法：将生坯等原料摆屉后推入箱内，将门关闭，拧紧安全阀后，打开蒸汽阀，根据熟制原料及成品质量的要求，通过蒸汽阀门调节蒸汽的大小。制品成熟后，先关闭蒸汽阀门，待箱内外压力一致时，打开箱门取出屉。蒸箱使用后，要将箱内外清洗打扫干净。

(2) 蒸汽压力锅（又称蒸汽夹层锅）：是热蒸汽通入锅的夹层与锅内的水交换热能，使水沸腾，从而达到加热食品的目的。它克服了明火加热易改变食品色泽和风味，甚至发生焦化的缺点。在面点工艺中，可用来做糖浆、浓缩果酱及炒制豆沙馅、莲蓉馅和枣泥馅。

使用方法：先在锅内倒入适量的水，将蒸汽阀门打开，待水沸腾后下入原料或生坯加热。压力锅使用完毕，应先将热蒸汽阀门关闭，按动电钮，将锅体倾斜，取出制品，倒出锅内的水和残渣，将锅洗净，复位。

(3) 燃烧蒸煮灶：燃烧蒸煮灶即传统明火蒸煮灶，它是利用煤或煤气等能源的燃烧而产生热量，将锅内水烧开，利用水的对流传热作用或蒸汽的作用使制品成熟的一种设备，大部分饭

店、宾馆多用煤气灶。它的特点是适合于少量制品的加热。平时要定期清洗灶眼，注意灶台卫生。

2. 电加热设备

(1) 电热烤箱：电热烤箱是目前大部分饭店、宾馆面点厨房必备的一种设备。它主要用于烘烤各类中西糕点。常见的有单门式、双门式、多层式几种。它的使用主要是通过定温、控温、定时等按键来控制，温度一般最高能达到 300°C 。技术先进的烤炉一般都可以控制上下火的温度，以使制品达到应有的质量标准。它的使用简便卫生，可同时放置4~10（或更多）个烤盘。

使用方法：首先打开电源开关，根据品种要求，调至所需要的温度。当达到规定的温度时，将摆放好生坯的烤盘放入炉内，关闭炉门，将定时器调制到所需烘烤时间，等制品成熟后取出，关闭电源。

(2) 微波炉：微波炉是近年来在国外普及较广泛使用的一种新型灶具，目前已逐步被我国消费者所认识和采用。微波炉的外观与一般电烤箱相似，但加热原理却与电烤箱完全不同。微波是以光速直线传播的一种短波长电磁波，对物体有一定的穿透性。微波对物料的加热是在物料的里、外同时进行的，而不是像常规热源的加热依赖于热传导、辐射、对流三种方式完成。因此，微波加热具有瞬时升温的特点。

使用方法：接通电源后，要根据加热原料的性质、大小及加热目的（成熟、烧烤、解冻等）、加热时间，将各功能键调至所需位置。打开炉门，将盛放食物的容器放入炉内。关好炉门，按启动键。加热完成后，打开炉门，取出食物，切断电源，用软布将炉内外擦净。

(3) 电磁炉：是采用磁场感应涡流加热原理进行工作的。它利用电流通过线圈产生磁场。当磁场内的磁力线通过铁质锅的底部时，即产生无数小涡流，使锅本身自行高速发热，然后再加热于锅内的食物。电磁炉的热效率极高，蒸煮食物时安全洁净，

无烟、无火，不怕风吹、不会爆炸、不会引起气体中毒。当磁场内的磁力线通过非铁质物体时，并不会引起涡流，所以，不会产生热力，炉面本身因而不会发热。所以，人体没有被电磁炉烧伤的危险，这对于使用者来说，安全性极高。

（二）机械设备

1. 和面机

和面机又称拌粉机，主要用于拌和各种粉料。和面机是利用机械运动将粉料和水或其他配料和成面坯。和面机有铁斗式、滚筒式、缸盆式等。它的工作效率比手工操作高5~10倍。和面机主要用于大量面坯的调制，是面点工艺中最常用的机具。

使用方法：先将粉料和其他辅料倒入面桶内，打开电源开关，启动搅拌器，在搅拌器搅拌粉料的同时加入适量的水，待面坯调制均匀后，关闭开关，将面取出。

2. 绞肉机

绞肉机又称绞馅机，主要用于绞制肉馅。绞肉机有手动、电动两种。绞肉机工作效率较高，适于大量肉馅的绞制。

使用方法：启动开关，用专用的木棒或塑料棒将肉送入机筒内，随绞随放。根据品种要求调刀具，肉馅绞完后先关闭电源，再将零件取下清洗。

3. 打蛋机

又称搅拌机，主要用于搅蛋液。打蛋机是利用搅拌器的机械运动将蛋液打起泡，兼用于和面、搅拌馅料等，用途较为广泛。

使用方法：将蛋液倒入蛋桶内后，加入其他辅料，将蛋桶固定在打蛋机上，启动开关。搅匀后，将蛋桶取下，将蛋液倒入其他容器内。使用后要将蛋桶、搅拌器等部件清洗干净，存放于固定处。

4. 磨粉机

磨粉机主要用于粳米、糯米等原料的加工，效率较高，磨出的粉质细，磨水磨粉时使用最佳。

使用方法：启动开关，将水和米同时倒入孔内，边下米边倒水，将磨出的粉浆倒入专用的布袋内。使用后须将机器的各个部件及周围环境清理干净。

5. 饺子机

饺子机是用机械滚压成型包制饺子的一种炊事机械，可包多种馅料的饺子。它工作效率高，但成品质量不如手工水饺。

使用方法：将调好的面坯和馅心倒入机筒内，启动开关，根据要求调节饺子的大小、皮的厚薄及馅量的多少。使用后，要将其内外清洗干净。

6. 馒头机

馒头机又称面坯分割器，有半自动和全自动两种。使用方法：将面坯放入加料斗，降落入螺旋输送机，由螺旋输送机将面坯向前推进，直至出料口。出料口装有一个钢丝切割器，把面坯切下落在传送带上。使用后，要将机器各部件清洗干净。

（三）普通设备

1. 案台

案台是面点制作工艺中必备的设备，它的使用和保养直接关系到面点制作工艺能否顺利进行。案台一般分木案、大理石案和不锈钢案3种。

（1）木案：木质案台的台面大多用厚6厘米以上的木板制成，底架一般有铁制和木制等几种。台面的材料以枣木最好，其次为柳木。案台要求结实、牢固、平稳，表面平整、光滑、无缝。

在面点制作过程中，绝大部分面点操作是在木质案台上进行的。在使用时，要注意尽量避免案面与坚硬工具碰撞，切忌案面当砧板使用，忌在案台上用刀切、剁原料。

（2）大理石案：大理石案台的台面一般是用厚4厘米左右的大理石材料制成的。由于大理石台面较重，因此，其底架要求结实、稳固、承重能力强。