

职业技能训练用书

ZHONGSHI MIANDIANSHI

# 中式面点师

(初级)

祁可斌○主编



机械工业出版社  
CHINA MACHINE PRESS

职业技能训练用书

# 中式面点师

(初 级)

主 编 祁可斌

副主编 王金祯 王 强 侯 斌

参 编 王 建 李欣欣

王 鹏 邢 奎



机械工业出版社

本书是依据国家职业标准,紧密结合中式面点师(初级)技能的要求编写的,主要内容包括:操作前的准备、制馅、调制面团、成形、熟制、装饰等内容,精选了综合训练项目,并配备了国家题库模拟试题的技能操作部分。

本书可供有关职业学校技能训练使用,是中式面点师(初级)技能操作和技能鉴定考试的必备用书,也可作为广大面点从业人员的学习参考书。

### 图书在版编目(CIP)数据

中式面点师:初级/祁可斌主编. —北京:机械工业出版社,2011.5  
职业技能训练用书  
ISBN 978-7-111-34507-7

I. ①中… II. ①祁… III. ①面点—制作—中国—技术培训—教材  
IV. ①TS972.116

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第081297号

机械工业出版社(北京市百万庄大街22号 邮政编码100037)

策划编辑:朱华 责任编辑:侯宪国 版式设计:霍永明

责任校对:肖琳 封面设计:陈沛 责任印制:李妍

北京诚信伟业印刷有限公司印刷

2011年7月第1版第1次印刷

184mm×260mm·7.75印张·186千字

0001—3000

标准书号:ISBN 978-7-111-34507-7

定价:19.00元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换

电话服务

网络服务

社服务中心:(010) 88361066

门户网:<http://www.cmpbook.com>

销售一部:(010) 68326294

教材网:<http://www.cmpedu.com>

销售二部:(010) 88379649

读者购书热线:(010) 88379203

封面无防伪标均为盗版

# 前 言

职业技能训练是培养技能型人才的重要途径之一，教材的质量直接影响着技能型人才培养的质量。目前，突出强化中式面点师职业技能训练的教材相对匮乏，多数内容陈旧，并且有相当一部分内容与新的国家职业标准不对应。广大的培训机构和读者迫切需要一套与新的国家职业标准对接并适合于中式面点师技能培训的教材。为满足社会的需要，特编写《中式面点师（初级）》、《中式面点师（中级）》、《中式面点师（高级）》教材三册。

本教材为《中式面点师（初级）》，以职业能力建设为核心，在职业分析、专项能力构成分析的基础上，把职业岗位对人才的素质要求（知识和技能），进行重新整合，注重技能的培养。

本教材的编写是以国家职业标准中式面点师（初级）为依据，内容上涵盖了国家职业标准中式面点师（初级）中的各项操作技能要求，注重社会发展和就业的需求，从而实现对学员实际操作技能的训练和职业能力的培养。

本教材在编写形式上，以模块和项目形式构架训练体系，按国家职业标准中式面点师（初级）的技能要求，分为若干个技能训练模块。每个技能训练模块又分为若干个项目要点。以项目训练为基础，从提出训练目的和要求开始，设定训练内容，突出工艺要领和操作技能的培养。训练内容主要包括操作前准备、相关知识、工艺流程、操作步骤、操作要点提示等。在“相关知识”部分，将项目要点涉及的理论知识进行梳理，重点突出，主题鲜明。在面点技法训练模块和技能综合训练模块中，强调了训练过程和训练要点，并配有检测评分方法，将每个实训项目的训练效果进行量化，并相应地给出量化考核标准。

本教材可作为高等职业院校、中等职业学校、技工学校中式面点师的技能培训用书，还可作为中式面点师（初级）技能短期培训和技能鉴定用书，同时也是广大面点爱好者入门学习的好帮手。通过对本书的学习，学员在生产实习场地经过教师讲解、演示，便可以实际操作，确保达到初级技能的培养目标。

本教材由祁可斌主编，王金祯、王强、侯斌为副主编，王建、李欣欣、王鹏、邢奎参编。本教材由王利琴任主审，王春晖参审。

在本教材的编写过程中，参考了多本相关书籍资料，咨询了多位面点制作方面的专家、学者。在此，特向各相关书籍资料的作者和各位专家、学者表示衷心的感谢。

由于本书内容初次采用模块化结构编写，加之作者水平有限，不当之处在所难免，恳请广大读者提出宝贵意见和建议，以便修订时加以完善。

编 者

# 目 录

前言		项目一 烤	79
模块一 操作前的准备	1	项目二 煮	85
项目一 操作间的整理	1	项目三 烙	88
项目二 个人的仪容仪表	3	模块六 装饰	92
项目三 工具、设备的准备及维护	5	模块七 综合训练	95
项目四 原料准备	11	训练一 手工捞面	95
模块二 制馅	16	训练二 三鲜烧卖	96
项目一 准备制馅原料	16	训练三 四喜饺	97
项目二 调制馅心	18	训练四 冠顶饺	98
模块三 调制面团	31	训练五 豆沙炸饼	99
项目一 调制水调面团	31	训练六 菜角	100
项目二 调制化学膨松面团	38	训练七 杏仁酥	101
项目三 调制杂粮面团	46	训练八 荷叶夹	101
模块四 成形	57	训练九 羊肉烤包	102
项目一 搓	57	训练十 什锦素包子	103
项目二 切	59	训练十一 家常包子	104
项目三 卷	62	训练十二 三杖饼	105
项目四 包	64	训练十三 李连贵大饼	106
项目五 擀	71	附录 职业技能鉴定国家题库	
项目六 模具成形	75	统一试卷	107
模块五 熟制	79	参考文献	117

# 操作前的准备

面点制作操作前的准备工作包括操作间的整理、个人卫生的整理、设备工具及原料的准备。它是面点制作的前期基本操作，也是保证面点制品在卫生、质量等方面达到制品要求的重要基础操作。

## 项目一 操作间的整理

### [学习目标]

通过对本项目内容的学习和训练，使学员达到以下目标：

- 1) 能根据卫生要求打理工作台卫生。
- 2) 能做好地面的保洁、清扫工作。
- 3) 能对带手布进行正确的洗涤和消毒。

### [训练内容]

#### 一、清理工作台

##### 1. 操作前准备

案台、扫帚、刮板、小簸箕、带手布。

##### 2. 相关知识

工作台是制作面点的操作台，通常有以下3种类型：

- (1) 木板案台 木板案台要求用木质细致、光滑、不起木屑、硬度适宜的枣木制成。
- (2) 石板案台 石板案台一般用大理石制成，要求表面光滑、平整、牢固。
- (3) 金属板案台 金属板案台为不锈钢板或合金铝板制成，可代替石板案台。

工作台在使用过程中要注意保持台面平整、光滑。

##### 3. 工艺流程

清扫→刮、擦。

##### 4. 操作步骤

- 1) 先将案台上的面粉用扫帚清扫干净，并将面粉过筛倒回面桶（袋）。
- 2) 用面刮刀将案台上的面污、黏着物刮下并扫净。
- 3) 用带手布（或板刷）和水将案台上剩余的黏着物清洗干净，同时将污水、污物倒入污水盆。

4) 用干净的带手布将案台擦拭干净。

#### 5. 操作要点提示

清扫工具要干净；清理时绝不能让污水流到地面上，以免造成地面污染。

## 二、清理地面

### 1. 操作前准备

扫帚、墩布、簸箕。

### 2. 相关知识

面点操作间的环境卫生要求如下：

1) 操作间干净明亮，空气畅通无异味。

2) 全部物品摆放整齐。

3) 保证地面每班次清扫一次。

4) 对于机械设备、工作台、工具、量具、灶具，每日打扫一次，做到木见本色，铁见光，没有污物。

### 3. 工艺流程

清扫→拖洗。

### 4. 操作步骤

1) 先将地面扫净，倒掉垃圾。

2) 将墩布沾湿后，拧去墩布表面的水分，按次序、有规律地擦拭地面。

3) 擦拭地面时，要注意擦拭案台、机械设备、物品柜下面的部分，不留死角。

### 5. 操作要点提示

擦拭地面应采用“倒退法”，以避免踩脏刚擦好的地面。

## 三、清洗带手布

### 1. 操作前准备

洗涤剂、开水、消毒设施。

### 2. 相关知识

工作人员用的带手布要随时清洗，不能一布多用，以免交叉污染。消毒后的餐具不要再用带手布抹。

### 3. 工艺流程

清洗→消毒→清洗→晒干。

### 4. 操作步骤

1) 先用洗涤剂洗净带手布。

2) 将带手布放入沸水中煮 10min。

3) 将带手布放入清水中清洗干净。

4) 将洗干净的带手布拧干水分，晾晒于通风处。

### 5. 操作要点提示

带手布清洗干净后再进行消毒处理。

## [操作练习题]

**一、用扫帚、刮板、小簸箕、带手布等工具清扫工作台，达到卫生要求**

## 1. 工具准备

扫帚、刮板、小簸箕、带手布。

## 2. 学生练习

按照操作步骤和操作要求进行练习。

## 3. 评分标准

评分标准见表 1-1。

表 1-1 评分标准

序 号	项 目	配分 (权重)	得 分	备 注
1	程序合理, 姿势正确、自然	4		
2	卫生符合要求, 干净、整洁	3		
3	按规定正确地使用设备、工具	3		
合 计		10		

**二、用扫帚、墩布、簸箕等工具清扫地面，检查洁净程度**

## 1. 工具准备

扫帚、墩布、簸箕。

## 2. 学生练习

按照操作步骤和操作要求进行练习。

## 3. 评分标准

评分标准见表 1-2。

**三、用洗涤剂、开水、消毒设施清洗带手布并消毒**

## 1. 工具准备

洗涤剂、开水、水盆、消毒设施。

## 2. 学生练习

按照操作步骤和操作要求进行练习。

## 3. 评分标准

评分标准见表 1-2。

**项目二 个人的仪容仪表**

## [学习目标]

通过对本项目内容的学习和训练，使学员达到以下目标：

- 1) 熟悉《食品卫生法》和有关卫生法规、法令和知识，掌握本行业的卫生要求。
- 2) 掌握个人的仪容仪表要求。

## [训练内容]

保持工作服、围裙、帽子的卫生



### 1. 操作前准备

工作服、围裙、帽子、洗涤剂。

### 2. 相关知识

餐饮从业人员应养成的个人卫生习惯有以下几个方面：

(1) 坚持“四勤” 要勤洗手、剪指甲、勤洗澡、勤理发、勤洗衣服和被褥、勤换工作服和毛巾。要保持卫生、整洁的仪表。

(2) 严格遵守作业场所卫生规程 从业人员在工作期间严禁吃东西、抽烟和随地吐痰；不能挖鼻孔、掏耳朵、刷牙；不允许对着食品打喷嚏；不能用勺子直接品尝（品尝的勺、碟专人专用）食品。

(3) 讲求职业道德 积极参加卫生知识培训，不断提高营养卫生知识水平。同时还要不断地提高思想水平，遵守职业道德，这些是做好个人卫生的前提保证。

### 3. 工艺流程

工装准备→穿戴→检查。

### 4. 操作要求

个人着装的总体要求是：干净、整齐，工作服、围裙、帽子穿戴整洁，不露发迹，系好风纪扣，男不留胡须，女不染指甲。

### 5. 操作要点提示

- 1) 帽子戴端正。
- 2) 胡子刮干净。
- 3) 领带整洁。
- 4) 纽扣齐全。
- 5) 名牌端正，口袋里无杂物。
- 6) 工作服整洁。
- 7) 厨师鞋干净。

### [操作练习题]

帽子、工作服、围裙的穿着训练

#### 1. 着装准备

帽子、工作服、围裙。

#### 2. 学生练习

按照操作步骤和操作要求进行练习。

#### 3. 评分标准

评分标准见表 1-2。

表 1-2 评分标准

序号	项目	配分(权重)	得分	备注
1	程序合理, 穿戴规范	3		
2	衣帽符合要求, 干净、整洁	3		
3	个人卫生符合要求	4		
合计		10		

## 项目三 工具、设备的准备及维护

### [学习目标]

通过对本项目内容的学习和训练,使学员达到以下目标:

- 1) 熟悉常用工具和设备的基本知识。
- 2) 能正确使用常用工具和设备。
- 3) 能正确养护常用工具和设备。

### [训练内容]

#### 一、正确使用常用设备

##### 1. 操作前准备

蒸箱、烤箱、微波炉、和面机、绞肉机、打蛋机等。

##### 2. 相关知识

(1) 蒸箱 蒸箱是利用蒸汽锅炉加热后的水蒸气,通过热传导方式将食品直接蒸熟的一种设备。

(2) 烤箱 烤箱常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,它主要是通过定温、控温、定时等按键来控制,温度范围一般为0~300℃。

(3) 微波炉 微波炉是一种利用微波加热的电热炊具。微波是一种极高频率的电磁波,对物体有一定的穿透性。传统的炉灶加热食物主要依赖于热的传导、对流、辐射三种方式来完成,而微波对物料的加热是对食物的内外同时进行的,因此,微波加热具有瞬时升温的特点,且热量散失很少。

(4) 和面机 和面机又称为合面机、拌粉机,是面点加工中的主要专用设备,主要用于拌和各种粉料,多种面类食品如面包、糕点、馒头等所需的面团均可按其不同要求进行搅拌。和面机的种类有铁斗式、缸盆式及滚筒式等。

(5) 绞肉机 绞肉机又称绞馅机,主要用于绞制肉馅。绞肉机是由电动机(或手动)通过V带轮减速,将动力传给低速绞轴,带动绞笼作逆时针(面对出料口)旋转,通过绞刀算子将肉类加工成肉馅。

(6) 打蛋机 打蛋机又称搅拌机,打蛋机由电动机、打蛋棒、打蛋桶等部件构成。主要用于抽打蛋液和奶油,也可用于调制面团和馅,是面点制作中常用的一种设备。

##### 3. 工艺流程

准备设备→放入制品(原料)→操作运行→取出制品(原料)。

##### 4. 操作方法

(1) 蒸箱的使用方法 将生坯等原料摆屉后推入箱内,将门关闭,拧紧安全阀,打开蒸汽阀门。根据熟制原料及成品质量的要求,通过蒸汽阀门来调节蒸汽的大小。制品成熟后,先关闭蒸汽阀门,待箱内外压力一致后,打开箱门取出成品。

(2) 烤箱的使用方法 首先打开电源开关,根据制品要求,调到需要的温度,当达到规定的温度时,将码好生坯的烤盘放入箱内并关闭箱门,设定烘烤时间,等制品成熟后取

出，关闭电源。

(3) 微波炉的使用方法 接通电源，选择功能键。接通电源后，根据加热原料的性质、大小及加热目的（成熟、解冻、烧烤等）、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，按起动键。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。

(4) 和面机的使用方法 先将粉料和其他辅料倒入面桶内，打开电源开关，起动搅拌器，在搅拌器拌粉的同时加入适量的水，待面团调制均匀后，关闭开关，将面团取出。

(5) 绞肉机的使用方法 起动开关，将洗净并加工成长条的肉用专用的木棒或塑料棒送入绞肉机筒内，随绞随放，可根据品种要求调换刀具。肉馅绞完后要先关闭电源，再将零件取下清洗。在加工时注意力要集中，不准将手放入料斗内，以免发生事故。

(6) 打蛋机的使用方法 将蛋液倒入蛋桶内，加入其他辅料，将蛋桶固定在打蛋机上，起动电源开关，根据要求调节搅拌机的转速，将蛋液抽打到要求程度后关闭开关，取下蛋桶，将蛋液倒入其他容器内。

#### 5. 操作要点提示

(1) 蒸箱 检查蒸汽阀门是否通畅；制品成熟后，先关闭蒸汽阀门，待箱内外压力一致后，再打开箱门取出制品。

(2) 烤箱 烤箱在使用时，首先要打开电源开关，然后设定温度进行预热，达到规定温度后，再进行烤制操作。

#### (3) 微波炉

1) 严禁空炉操作。

2) 烹调时，被加热的盛器一定要放在转盘上。

3) 微波炉中使用的盛器宜用耐高温的瓷器、玻璃制品等容器，不可用金属、搪瓷或带金属边的盘子、碗。

4) 不适宜加热生鸡蛋或煮鸡蛋，因微波在短时间内产生的热量较大，会引起鸡蛋破裂炸碎。

5) 烧烤食物时，食物与烧烤发热管的距离不少于5cm。

6) 烹调过程中，可随时打开炉门检查或翻转食物，但要戴上手套，防止烫伤。

7) 密封的瓶装食品必须把瓶盖和塞打开，然后放进炉内加热，否则会由于热膨胀引起瓶破裂而损坏炉腔；铝箔纸包装的食品要去掉铝箔纸后再放进容器加热，否则铝箔纸会反射微波。

8) 冷冻食物应解冻后再进行烹调，以免食物外层热透而中间仍旧冻结。

9) 要保持微波炉内部的清洁，就要特别注意门封处的清洁完好，以保证微波炉的严密性，使微波不致由门缝处外泄。

10) 清洁炉体时要先切断电源，待炉体冷却后才可擦拭，不要让水渗进电器控制部分。

(4) 和面机 和面时要根据机器型号确定拌粉量，不许超载，以免损坏机件，和面机必须放置平稳，外壳必须有良好的接地以免漏电和发生事故，在和面时严禁将手放入料缸内。

(5) 绞肉机 在加工时注意力要集中，不准将手放入料斗内，以免发生事故。肉馅绞

完后要先关闭电源，再将部件取下清洗。

(6) 打蛋机 打蛋机在打蛋液时注意力要集中，不准将手放入蛋筒内，以免发生事故。使用后，要将蛋桶、搅拌器等部件清洗干净，放回规定处。

## 二、正确养护常用设备

### 1. 操作前准备

设备、养护工具。

### 2. 相关知识

(1) 熟悉设备的性能 “工欲善其事，必先利其器”，使用设备时，要熟悉各种设备的性能，才能达到正确使用，发挥其最大的效率，提高工作效率的目的。所以，面点制作人员在上岗前必须进行有关设备的结构、性能、操作、维护以及技术安全方面的教育与学习，在未学会操作前，切勿盲目操作，以免发生事故或损坏设备。

(2) 编号登记、专人保管 在设备使用过程中，应当对其适当分类、编号并登记，必要时设专人负责保管。对于常用的炊事设备应根据制作面点的不同工艺流程，合理设计其安装位置。

(3) 保持设备的清洁卫生 设备的清洁卫生会直接影响面点制品的卫生，因此，保持设备的清洁卫生有着十分重要的意义。设备必须保持清洁，并定时进行严格消毒。蒸笼、烤盘等用后必须清洁，放于通风干燥处；铁器、铜器等金属必须擦拭干净，以免生锈。所有的设备（与食料接触的盛器或部件）每隔一定时期都要采用合适的消毒方法进行严格消毒。

(4) 注意对设备的维护和保养 对于设备的传动部件，如轴承、辊轴等处，要按时添加润滑油；严禁电动机超负荷运行；设备在非工作状态下，应盖上防护罩。使用前必须检查设备，确认设备完好、清洁、无故障，处于良好的工作状态，然后才能正常使用。另外，设备还要定期维修，及时更换损坏的机件。

(5) 加强安全操作 安全操作必须做到以下3点：第一，操作时思想必须集中，严禁谈笑，操作过程中不得任意离岗，离岗时必须停机切断电源。停电或动力供应中断时应切断各类开关和阀门，使工作机构返回起始位置，操作手柄返回非工作位置；第二，必须重视设备安全，设备上不得堆放工具等杂物，周围场地应整洁。设备危险部位应加盖保护罩、保护网等装置，不得随意拆除；第三，严格制定安全责任制度，并认真遵守执行。

### 3. 工艺流程

设备→检修→养护。

### 4. 操作步骤

- 1) 切断电源。
- 2) 检查、清洗零部件并放回原处。

### 5. 操作要点提示

- 1) 切断电源。
- 2) 轻微的污垢用干净的湿布擦拭即可，严重的污垢可用去污粉、牙膏擦拭后，再用湿布擦拭干净。严禁使用有机溶剂或苯等化学药品擦拭，以免发生化学反应。
- 3) 严禁直接用水冲洗或将设备浸入水中刷洗。

### 三、正确使用常用工具

#### 1. 操作前准备

面杖、清洁工具、成型工具。

#### 2. 相关知识

(1) 面杖 面杖又称擀面杖，是面点制作工艺中制皮时不可缺少的工具，对其质量要求是结实耐用，表面光滑，以檀木或枣木的较好。面杖根据其尺寸形式不同，又可分为下列几种：

1) 普通面杖。根据尺寸可分为大中小三种，大的长 80~100cm，用于擀制面条、馄饨皮等；中的长约 50cm，主要用于擀制花卷、饼等；小的约长 33cm，主要用于擀制包子皮、饺子皮及油酥等小型面剂。

2) 单手杖。亦称小面杖，约 25cm 长，两头粗细一致，光滑笔直，用于擀饺子皮及开酥等。

3) 双手杖。比单手杖细，擀皮时两根合使，双手并用，主要用于擀制水饺皮、蒸饺皮等。

4) 橄榄杖。又称枣核杖，因其中间粗、两头细，形如橄榄或枣核故得名，其长度比双手杖短，主要用于擀烧卖皮和水饺皮等。

5) 通心槌。又称走槌，大小均有，其形状为在粗大的面杖轴心有一两头相通的孔，中间可插入一根较细较长的面棍作为柄（轴），使用时握住柄的两头推动，大走槌主要用于擀制面积较大的面皮，如花卷面团、大包酥面团等，小走槌主要用于擀制烧卖皮。

#### (2) 案上清洁工具

1) 面刮板。也叫刮刀，轧子，一般多为铜片、铝片、铁片或塑料片制成。板上有握手，主要用于刮粉、和面、切面团等。

2) 粉帚。以高粱苗或棕制成，用于案板上粉料的清扫。

3) 小簸箕。以铝制、铁或柳条制成，扫粉时盛粉用。

#### (3) 面点成形工具

1) 模子。用木质或铜、铁、铝等材料制成，底部刻有各种花纹图案及文字。因用途不同，模子的规格大小也不等，形状各异。坯料通过印模成形，可形成具有图案且规格一致的精美面点，如月饼模子等。

2) 印子。刻有图案或文字的木戳，用来印制点心表面的花纹图案。

3) 戳子。用不锈钢、铁、铝、铜等材料制成，形状多样，如各种花、鸟、虫及桃形等。

4) 花镊子。一般用铜片制成，也可用铁及不锈钢材料制成。式样各异，基本形状是：一头是扁嘴带齿纹的镊子，另一头是波浪形的滚刀，主要用于花色面点的钳花成形及特殊形状面点的成形、切割等。

5) 小剪刀。制作花色面点（如刺猬包）时修剪造型用。

#### 3. 工艺流程

工具→运用→制皮、清洁、成型。

#### 4. 操作步骤

1) 根据工作需要选择工具类别。

2) 根据制品要求选择具体工具。

3) 用正确方法进行操作。

#### 5. 操作要点提示

(1) 面杖 在制皮时要充分考虑和运用面杖的着力点。使用时,要用力均匀,保持面杖的相对平衡,使擀出的面皮符合制品的要求。

(2) 清洁工具 合理运用。

(3) 成型工具 使用花镊子、剪刀时把握好力度和深浅度,切忌制品皮破露馅,影响外观。

## 四、正确养护常用工具

### 1. 操作前准备

面杖、清洁工具、成形工具。

### 2. 工具管理相关知识

(1) 编号登记,专人保管 面点制作使用的工具种类繁多,应编号登记,专人负责保管,以方便使用。应将工具放在固定的位置上,做到“用有定时,放有定点”。

(2) 刷洗干净,分类存放 面杖、模具以及各种铁、铜器工具,用后必须刷洗,擦拭干净后,放在通风干燥的地方,以免生锈。各种工具应分类存放。

(3) 定期消毒 面杖及各种工具,每隔一定时期,要彻底消毒一次。消毒方法可根据用具的不同性质选择。

### 3. 工艺流程

工具的使用→工具的养护。

### 4. 操作方法

(1) 面杖 使用后将面杖擦净,不能有面污粘连在面杖表面。面杖应放在固定处,由专人保管,并应保持环境干燥,避免面杖表面发霉、变形。

(2) 清洁工具 面刮板用后要洗刷干净,擦干放在干燥通风处,以免生锈。粉帚小簸箕用后要将粉料抖净,存放在固定的位置。

(3) 成形工具 所有工具用后应用干布擦拭干净,防止生锈,以便使用,并存于固定处,用专用工具箱(盒)保存。

### 5. 操作要点提示

1) 用后要洗涤(擦拭)干净。

2) 保持存放环境干燥,防止工具表面发霉、生锈。

### [操作练习题]

## 一、擀制饺子皮

### 1. 要求

擀制饺子皮,并使制作好的皮子呈碗状。

### 2. 原料与工具

(1) 原料 面粉 250g,水 130g。

(2) 工具 和面盆,面粉,面杖,案板,水。

### 3. 操作方法

1) 将面粉与清水和成水调面团,用湿布盖上,静置饧面。

2) 将饧好的面团切成长块,搓成直径为 1.5cm 的长条,再用揪剂法分成 15g 重的剂子 35 个。

3) 擀制方法:

① 单杖擀:先把面剂用左手掌按扁,并以左手的大拇指、食指、中指三个手指捏住边沿,放在案板上,与右手配合向后转动,右手推动擀面杖在按扁剂子的三分之一处推轧面杖,不断地向前转动,转动时用力要均匀,这样就能擀成中间稍厚,四边略薄而上翘的圆形皮子。

② 双杖擀:操作时先把剂子按扁,用双手按面杖,向前后擀动。擀时两手用力要均匀,两根面杖要平行并拢,勿使其分开,并要注意面杖的着力点。

③ 橄榄杖:将剂子的截面向上,用手掌根按成扁圆形,橄榄杖放在剂子上面,双手推动面杖做旋转式转动,将剂子擀成边缘薄、中间略厚的坯皮。

### 4. 评分标准

评分标准见表 1-3。

表 1-3 评分标准

序号	考核项目	考核要求	配分(权重)	扣 分	得 分	备 注
1	面团质地	软硬合适、光洁细腻	3			
2	形态	外形圆整、边薄中间厚	3			
3	均匀度	大小一致、重量准确	2			
4	数量	数量与规定要求一致	2			
合 计			10 分			

## 二、烧卖皮

### 1. 要求

擀制烧卖皮,并使制作好的皮子呈“金钱底、荷叶边”状。

### 2. 原料与工具

(1) 原料 面粉 250g,开水 100g,冷水 20g。

(2) 工具 和面盆,走槌或橄榄杖,案板。

### 3. 操作方法

1) 将开水 100g 倒入面粉中,用面杖把水和面粉搅拌成小块状,晾凉后加入冷水和成硬面团,静置饧面。

2) 将饧好的面团切成长块,搓成直径 1.5cm 的长条,分成 15g 重的剂子。

3) 擀制方法:

① 橄榄杖:将剂子的截面向上,用手掌根按成扁圆形,将面杖的着力点放在边上,左手按住面杖左端,右手按住面杖的右端,用力推动,边擀边转,把皮子边擀成有波浪纹的荷叶边,用力要均匀。

② 走槌:双手握住走槌的两端,用力压住剂子的边缘,边擀边转,左手往前推擀剂子,右手往回带,反复几次将剂子擀成四周有均匀皱褶的皮子。

#### 4. 评分标准

评分标准见表 1-4。

表 1-4 评分标准

序号	考核项目	考核要求	配分(权重)	扣分	得分	备注
1	面团质地	软硬合适、光洁细腻	3			
2	形态	荷叶边、金钱底	3			
3	均匀度	大小一致、重量准确	2			
4	数量	数量与规定要求一致	2			
合计			10分			

### 三、馄饨皮

#### 1. 要求

擀制馄饨皮，并使制作好的皮子皮薄如纸，呈三角形、梯形或方形。

#### 2. 原料与工具

- (1) 原料 面粉 250g，冷水 80g。
- (2) 工具 和面盆，擀面杖，案板。

#### 3. 操作方法

- 1) 将面粉放在案板上，中间开一凹坑。
- 2) 倒入冷水，用手抄拌成“雪花面”，撒上少许冷水揉和均匀。盖上湿布，静置饧面 15min。
- 3) 将和好的面团，用大面杖向四周均匀擀压推开。撒上扑面（粉芡），把面卷在面杖上，用双手均匀用力向前推擀，如此反复擀成长方形大薄片。
- 4) 加工成需要的形状。

#### 4. 评分标准

评分标准见表 1-5。

表 1-5 评分标准

序号	考核项目	考核要求	配分(权重)	扣分	得分	备注
1	面团质地	硬实、光洁细腻	3			
2	形态	整齐、均匀	3			
3	均匀度	厚薄一致、薄如纸	2			
4	数量	数量与规定要求一致	2			
合计			10分			

## 项目四 原料准备

#### [学习目标]

通过对本项目内容的学习和训练，使学员达到以下目标：

- 1) 能正确识别面点的主要原料。



2) 能正确识别常用杂粮。

### [训练内容]

## 一、正确识别面点的主要原料

### 1. 操作前准备

面粉、米粉、糯米、粳米、籼米。

### 2. 相关知识

(1) 面粉 面粉是由小麦磨制而成，也称小麦粉，是制作主食的重要原料。面粉按加工精度、色泽、含麸量的高低可分为特制粉、标准粉和普通粉。

1) 特制粉。它是加工精度较高的面粉，色白，含麸量少，灰分很少。以干物质计算，灰分不超过0.75%，面筋质（湿重）不低于26%，水分不超过14.5%。其特点是弹性好、延伸性强、可塑性好，适宜于做面包、馒头等。

2) 标准粉。加工精度较细，含麸量多于特制粉，色稍黄。以干物质计算，灰分不超过1.25%，面筋质（湿重）不低于24%，水分不超过14%。其特点是弹性、筋性不如特制粉，适宜于制作烙饼、烧饼等大众化食品。

3) 普通粉。含麸量多于标准粉，色泽较黄。以干物质计算，灰分不超过1.5%，面筋质（湿重）不低于22%，水分不超过13.5%。其特点是营养素全，适宜做大众化食品。

(2) 米粉 根据磨制方法的不同，米粉可分为以下3类：

1) 干磨粉，即用干燥的大米磨成的粉。有的用生米磨成，称为干磨米粉；有的将米炒熟后磨制，称为熟米粉或糕粉。一般生的米粉多用于制作坯皮，熟的米粉多用于制作馅心。其特点是粉质干燥，吸水性强，易于保存，使用方便，但粉质粗糙，成品口感不够细腻，色泽较次。

2) 湿磨粉，即将大米用冷水浸泡后捞出再磨成粉，称为湿磨粉。其特点是粉质较细，口感较软滑，但不易保存，需晾干后才能保存。

3) 水磨粉，即将大米用冷水浸泡透，泡至米粒能用手捻碎，连水带米一起磨成粉浆，然后装入布袋中沥干水分即为水磨粉。目前水磨粉一般有现磨现用挤干水分的块状粉末，也有经加工脱水烘干的袋装粉末。其特点是粉质极其细腻，口感软滑，色泽洁白，质量最好。

(3) 米类 稻米按米粒内含淀粉的性质，可分为籼米、粳米和糯米3大类，其特点如下：

1) 籼米。籼米粒形细长，横断面为扁圆形，颜色灰白、半透明的居多。其特点是：硬度中等，黏性小、胀性大，出饭率高，多用于制作饭、粥。

2) 粳米。粳米粒形短圆，横断面近圆形，色泽腊白，透明或半透明。其特点是：硬度高，黏性低于糯米而高于籼米，胀性大于糯米而小于籼米，多用于制作饭、粥。

3) 糯米（江米）。糯米粒形短圆或细长，色泽乳白，不透明，但熟后有透明感。其特点是硬度低，黏性最大，胀性最小，多用于制作糕点小吃。

### 3. 工艺流程

原料→识别→确定。