



全国示范性高职高专院校建设重点专业《烹饪工艺与营养》规划教材
上海市教育委员会“085”项目建设精品课程

中式面点 制作技艺

穆士会 / 主编



上海交通大学出版社
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS



全国示范性高职高专院校建设重点专业《烹饪工艺与营养》规划教材
上海市教育委员会“085”项目建设精品课程

中式面点 制作技艺

穆士会 主编

金守郡 主审



上海交通大学出版社
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS

内容提要

本书以学生现有的认知体系为基础,以培养餐饮业人员所具备的岗位能力为最终目标,课程设计按照实际生产过程中所需的知识、技能组织课程内容,基于工作过程来设计教学活动,精学多练、务求实效。使学生通过接受中式面点技能的训练,提高中式面点的动手能力和分析问题、解决问题能力。

全书内容分为基础知识与实践应用两个部分,内容涉及:水调面团类、发酵面团类、油酥面团类、米粉面团类、澄粉面团类等的制作技艺等。

本书可以作为高职高专烹饪专业中式面点课程的教材,也可作为烹饪餐饮行业从业人员的培训教材,还能作为面点点制作爱好者的学习参考。

图书在版编目(CIP)数据

中式面点制作技艺/穆士会主编. —上海:上海交通大学出版社,2014
ISBN 978-7-313-11622-2

I. 中... II. 穆... III. 面点—制作—中国 IV. TS972.116

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 125837 号

中式面点制作技艺

主 编:穆士会

出版发行:上海交通大学出版社

邮政编码:200030

出 版 人:韩建民

印 制:上海锦佳印刷有限公司

开 本:787mm×1092mm 1/16

字 数:234 千字

版 次:2014 年 7 月第 1 版

书 号:ISBN 978-7-313-11622-2/ TS

定 价:48.00 元

地 址:上海市番禺路 951 号

电 话:021-64071208

经 销:全国新华书店

印 张:10

印 次:2014 年 7 月第 1 次印刷

版权所有 侵权必究

告读者:如发现本书有印装质量问题请与印刷厂质量科联系

联系电话:021-56401314

编 委 会

主 任 朱水根

副 主 任 吴永杰 林苏钦

成 员

院校专家 曹红蕾 张碧海 瞿炳尧 穆士会 李双琦 李金金

行业专家 叶国强 张桂生 陆亚明 钱以斌 邓修青 鞠俊华

赖声强 朱一帆 叶 卫 李小华 李伟强

总 序

遵循高等职业教育规律与人才市场需求规律相结合的原则,不断开发、丰富教育教学资源,优化人才培养过程,构建和实施符合高职教育规律的专业核心课程一体化教学模式。立足烹饪职业岗位要求,把现实职业领域的行为规范、专业技术、管理能力作为教学的核心,把典型职业工作项目作为课程载体,面向岗位需求组成实景、实境演练的实践课程教学模块,进而有机地构成与职业岗位实际业务密切对接的专业核心课程体系。

《烹饪工艺与营养》专业系列教材建设是我校建设全国示范性院校教学改革和重点专业建设的成果。在坚持工学结合、理实一体人才培养模式和教学模式的基础上,对专业课程体系进行了重构,形成了专业核心课程一体化教学模式和课程体系,即以认识规律为指导,以校企深度合作为基础、以实际工作项目为载体,以项目任务形式将企业工作项目纳入人才培养目标形成核心课程一体化课程体系,形成阶段性能力培养与鉴定的教学过程。

基于这样的改革思路,整合中式烹饪、西式烹饪、中西面点、餐饮管理与服务专业核心课程,融合《餐饮原料采购与管理实训教程》、《营养配餐实训教程》、《中式烹调基本功训练实训教程》、《中国名菜制作技艺实训教程》、《中式面点制作技艺实训教程》、《菜肴创新制作实训教程》、《西式菜肴制作技艺实训教程》、《西式面点制作技艺实训教程》、《西餐名菜制作技艺实训教程》、《厨房组织与运行管理实务》等专业核心课程的教学内容,通过对各专业职业工作过程和典型工作任务分析,选定教学各阶段工学项目模块课程,进而转化成为单元模块课程,构成基于工作过程导向的情境教学工学结合模块式课程体系,并根据各学习领域课程之间的内在联系,合理划分各教学阶段的模块课程。

《烹饪工艺与营养》专业系列教材的建成,有效地解决了原有传统教学实践中教学目标不清晰、教学内容重复、创新能力培养不够、综合技术能力差的弊端,发挥学生能动性,培养学生创新能力,理论知识融汇到实践实战中,让学生体会到“做中学、学中做、做学一体”乐趣。

上海旅游高等专科学校
烹饪与餐饮管理系
2012年5月

前言

随着我国改革开放的逐步深入,服务经济在我国国民经济中的比重逐渐增大,其重要性日益凸现。大力发展现代服务业已成为世界经济必然趋势。旅游业是现代服务业中的一个重要组成部分,而餐饮服务是旅游六大要素中的重要一环。为了提高餐饮服务质量,就必须加强对高素质餐饮服务人才的培养。这就为高等职业教育烹饪专业的发展带来了新的契机。为了适应餐饮行业发展和培养新型餐饮服务与管理人才的需要,并配合人力资源和社会保障部《技能人才职业导向式培训模式标准》的研究,结合旅游高职高专人才培养目标的要求,我们组织编写了高职餐饮技能系列教材。《中式面点制作技艺》是该系列教材之一。

《中式面点制作技艺》是“烹饪工艺与营养”专业的专业技术必修课之一,是一门实践性很强的课程,也是一门培养学生专业技术和创新能力的课程。本教材是上海旅游专科学校重点建设专业配套教材之一,是遵循工学结合原则,突出基于就业岗位工作过程的任务和能力为教学内容,实现学习领域模块化、模块化课程项目化教学的创新教材。本教材的内容有:中式面点概述;中式面点制作的基本知识(包括中式面点制作的设备使用与维护);各类面团类的制作与品质鉴定(初、中级品种实例)。

本教材的特点是:突出技能,强调适用,直观形象,通俗易懂;内容精练,重在实用;紧扣教学改革需要,传统内容大胆取舍。因此,本教材既适用于高职烹饪专业大专两年制或三年制的教学需要,也可作为餐饮行业培训在职人员的教材。本教材强调在做中学,以实践教学为主,结合产品的制作工艺,将操作技巧与基础知识相结合,使学生能最大限度地掌握实际操作技能,并举一反三有所创新。

本教材由上海旅游高等专科学校穆士会主编,华东师范大学金守郡教授对全书内容作了最后的审定与补充。在编写过程中,得到了上海交通大学出版社倪华编辑的支持,并参考和借鉴了大量中式面点制作的经典案例以及国内诸多饮食文化专家学者们的相关著作和研究成果。在此,表示衷心的感谢。此外,教材的编写还有美国迈阿密周先生美食的点心师胡幽梦参编,并得到了点心大师邓修青老师的大力支持;李聪、孙勇两位老师也为本书的部分插图提供了帮助,在此一并表示感谢,最后感谢上海旅游高等专科学校饭店管理系吴中祥副教授的大力支持及指导。

由于时间仓促,水平有限,书中疏漏之处在所难免,恳请读者和专家批评指正。

编者

2014年2月于上海

目 录

基础知识篇

第一章 中式面点概述	3
第一节 中式面点的起源和内涵	3
一、中式面点的含义	3
二、中式面点的起源	3
三、中式面点的文化内涵	3
四、中式面点的主要形态	5
第二节 中式面点的主要流派	9
一、京式面点	9
二、苏式面点	10
三、广式面点	11
第三节 中国特色风味小吃中的面点	12
一、华北小吃	13
二、东北小吃	13
三、西北小吃	13
四、中南小吃	14
五、西南小吃	15
六、华东小吃	16
七、我国少数民族的花色小吃	18
第四节 中式面点的产生和发展	20
一、萌芽时期(原始社会后期)	21
二、初步形成时期(先秦时期)	21
三、蓬勃发展时期(汉魏至唐宋时期)	22
四、高潮时期(元明清)	23
五、繁荣创新时期(20 世纪至今)	23
第二章 中式面点制作的基本知识	25
第一节 中式面点制作的基本原料	25
一、制作面团原料	25



二、面点馅心原料	28
三、面点的辅助原料	29
第二节 中式面点制作的基本程序	32
一、和面	32
二、揉面	32
三、搓条	33
四、下挤	34
五、制皮	34
六、制馅	35
七、上馅	36
八、成形	37
九、熟制	38
十、装盘	39
第三节 中式面点制作所使用的设备及工具	40
一、常用的设备工具	40
二、常用设备、工具的使用与保养知识	44
第四节 中式面点制作案例:更岁饺子	45
一、相关知识小贴士	45
二、工艺流程	45
三、操作步骤	46
四、考核评分	46

实践应用篇

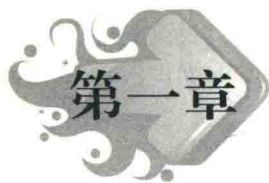
第三章 各面团类的制作与品质鉴定(初级品种实例)	51
第一节 制定实训菜单	51
一、实训教学设计	51
二、教学内容与要求	51
三、实训准备工具	51
四、教师指导关键点	52
第二节 (初级)面团类的制作与品质鉴定	52
一、饺子类	52
二、包子类	58
三、花卷类	70
四、油酥类	74
五、酥饼类	81
六、其他	88



第四章 各面团类的制作与品质鉴定(中级品种实例)	95
第一节 实训菜单	95
一、实训教学设计	95
二、教学内容与要求	95
三、实训准备工作	95
四、教师指导关键点	96
第二节 (中级)各面团类的制作与品质鉴定	96
一、饺子类	96
二、包子类	111
三、混酥类	124
四、其他	128
附:《中式面点制作技艺》课程标准	135
一、面向专业/学习领域职业描述	135
二、(学习领域)课程定位	135
三、开设时间/学习领域情境划分与时间安排	136
四、学时和学分	136
五、课程目标/学习领域目标/关键能力	137
六、课程内容设计/学习领域情境设计	138
七、教学环节(思路)设计	139
八、考核方式/学习领域能力测试与考核方式	144
主要参考文献	147

基础知识篇





第一章

中式面点概述

中式面点是中华饮食文化的重要组成部分,素以历史悠久、制作精致、品类丰富、风味多样著称于世。本章简要介绍中式面点的起源和内涵、中式面点的主要形态、中式面点的主要风味流派等知识,使读者对中式面点有一个概要的认识。

第一节 中式面点的起源和内涵

一、中式面点的含义

面点是指正餐以外的小分量食品,有广义和狭义之分。广义的面点是面食与点心的总称。它包括主食、小吃、点心和糕点。狭义的面点是指把比较粗放的主食和部分小吃排除在外的小吃、点心和糕点。

从面点演化规律看,是先有主食、小吃,后有点心、糕点。从主食进化到面点,有一段发展过程。

中式面点的面是指麦面、米面、杂粮面类原料和制品;点是指点心,包括米、麦、杂粮等粮食作物经过特殊加工制作的食品;两者统称中式面点。它既是人们日常生活中不可缺少的食品,又是人们调剂口味时的补充食品。

二、中式面点的起源

“面食”这个词最早见于宋代,“点心”一词则在唐代就已出现,指在吃正餐之前先吃一点食品用以充饥,即用以垫饥、品味的,用米、面粉及莲子、栗子、枣子、银耳等制作的食品。到了宋代,则把专门制成的面食称为点心,即是指正餐以外的食品。由于面食和点心的词义比较狭窄,到近二三十年来则“面点”一词已普遍为人们所接受。

在我国,面食出现得很早。据考证,早在五千年以前,我国的面食制作已相当成熟(这将在下一节阐述),但面食品种比较单调。在已发现的甲骨文中,迄今仍无有关面食的文字记载。

三、中式面点的文化内涵

中式面点制作从古到今,来自民间,经过各民族兄弟民族的饮食交融和历代厨师的反复多次实践,既制作出品种繁多、风味多样的面点,又充满了中华民族的文化内涵,其文化特色主要表现在以下几个方面。

1. 名称典雅,感觉美好

中式面点多为广大劳动人民所喜爱,其中有一个原因就是面点的名称引人入胜,富有诗情



画意。因为很多面点名称引用了民间流传的故事和神话,寓意吉祥如意。如“花篮糕点”,象征欣欣向荣;“百子寿桃”,象征长寿多子;“穆桂英挂帅”,取自宋代杨家将的历史故事。还有许多品种含有纪念意义,如端午粽,是自春秋战国以来历代人民为纪念爱国诗人屈原的。又如,寿桃做成桃形,寿糕做成九层糕,寿面取长寿命之意。有些面点因谐音“福”、“禄”、“寿”、“喜”而走红。有些以美好的外形命名,如“元宝酥”、“四喜饺”、“开口笑”、“花好月圆”等,给人以吉祥如意的美好感觉。

2. 传奇色彩,吸引品尝

不少面点,由于受到历史上的一些传说影响,增加了其传奇色彩,从而吸引了不少人去品尝。如清代宫廷风味中的肉末烧饼、小窝头,就因慈禧太后的喜爱而闻名。天津的“狗不理包子”,最初是清代末年一个名叫高贵友(乳名“狗子”)的人制售的,因受到许多顾客的喜爱,生意日益兴隆。许多与之相熟的顾客戏称其为“狗不理”,久而久之,就传遍了天津市,成为天津的特色点心。又如全国各地皆有的早点食品——油条,据传是南宋时期,老百姓对卖国贼秦桧杀害岳飞恨之入骨。当时临安有个做食品的小贩,把面团揉成人形放入油锅炸之,又香又脆,也很好吃,取名“油炸桧”,意思是把秦桧炸了吃,以解老百姓的心头气。其他还有一些食品,如月饼、饺子等,也包含许多传奇色彩的传说和故事。

3. 形象生动优美,富有民族特色

中式面点,自古以来,就注重色、香、味、形俱佳,给人以各种美的享受,既注重味美可口,又注重色、形美观生动,其中特别注重外形的变化。讲究一包十味、一饺十变、十酥十态、一卷一样,故需运用多种造型的制作技法,以达到既有形象又食用好吃的目的。例如,在一些全国性的烹饪名师技术表演大赛中,就出现过多种色彩、造形、质地都很优美的面点,让人得到一种美的享受。



象形喜鹊登梅



象形石榴花

4. 适应时令风俗,制作应节食品

中式面点,自古以来就与中华民族的时令风俗密切相关。早在春秋战国时期,民间就有四时八节的说法,“四时”是指春、夏、秋、冬;“八节”是指二分(春分、秋分);二至(夏至、冬至)和四立(立春、立夏、立秋、立冬)。古人也非常重视按节令制作面点食品,例如,冬至吃馄饨、伏日食汤饼的习俗,至今仍在不少地区流传。又如,北方大年三十吃饺子,南方过年吃汤团、年糕;正月十五全家吃元宵,端午节吃粽子,中秋节吃月饼,重阳节吃重阳糕,清明节吃青团等习俗在民间一直流传。在北方有一句民谚:“冬至饺子碗,冻掉耳朵没人管;初一饺子初二面,初三合子围锅转。”合子也是一种饺子,平时是烙熟,初三是煮熟。正月初五叫“破五”,也吃饺子。实际



上,中国人最讲究最看重的是大年除夕这顿饺子(也叫“年夜饭”)。这是祖祖辈辈血脉里传承下来的文化基因,全家人其乐融融在一起吃年夜饺子,以示来年平安吉祥、财源茂盛、人丁兴旺等的期望与祝愿。



饺子

四、中式面点的主要形态

中式面点的制作工艺是一门艺术,也是一门科学。它是我国历代劳动人民在制作面点的多年实践中共同创造的。从古至今,各式各样的面点形态荟萃了我国各地、各民族的智慧,品种众多,形态多样,味美可口。若把它们加以归纳,则离不开这样一些形态,如饼、馒头、面条、饺子、烧卖、麻花、粽子、粥等。

1. 饼

在我国古代,饼是一切面食的总称。烧饼、汤饼、蒸饼、笼饼、胡饼、麻饼等之称呼,只是制作方式不同而已。到清代,饼才开始指外形扁圆、长方、扁形的食品。今天的饼则专指蒸烤而成的外形为扁圆形的面食,或其他外形为饼状的食物。我国有很多独具特色的地方名饼,如金华酥饼、闽南薄饼、潮州姑嫂饼、山东周村烧饼、湖北黄州东坡饼、内蒙哈达饼、上海状元饼、河南双麻饼、广东鸳鸯夹心饼、沈阳李连贵熏肉大饼、太原加利饼等。例如,山东周村烧饼有“薄、香、酥、脆”四大特点,清末皇室曾屡次调贡。



麻饼



松香大麻饼



2. 馒头

馒头(曼头)一词最早见于西晋《饼赋》中,《饼赋》乃晋人束皙撰。《饼赋》中描写了麦面饼的起源,主要是下层劳动人民创造出来的;又提到了十多种面点的名称及一些食法;最后还描绘了制饼的过程和焖熟的技巧。这表明我国从晋代开始就有了馒头(曼头)。到了明代,馒头的品种不算多,但南北各地都有馒头,且普遍为圆而隆起的外形。到了清代,已发展到了有馅和无馅之分。当时已有了千层馒头、小馒头、豆沙馒头、南翔馒头、荞麦馒头、山药馒头等许多品种。今天的馒头,则是一种用面粉发酵蒸成的形圆而隆起的食物。原本有馅,后北方人称有馅的为包子,无馅的为馒头。馒头的形态可有圆形、长形、高柱形等。



贵妃奶皇包



蛋黄莲蓉包

3. 面条

面条是我国传统的南北方皆宜的面食品,且多是将面粉加水所制成的长条形(细、宽)的食品。据考古资料,在 4000 年前(新石器时代晚期),我国青海地区出现了由小米面、黍米面制成的面条。此发现证明中国是世界上食用面条最早的国家。汉代将面条称为索饼(水引饼),从这时计算,我国的面条也已有 2000 多年历史。到明清时期,面条的花色品种更加丰富,且出现了“拉面”、“刀削面”等制法特殊的品种。

今天,面条遍及全国,南北各异,风味独特者不下几十种,比较有名的有四川中江的银丝面、湖北云梦县的鱼面、山西的刀削面、上海的葱油拌面、山东的百合面、北京的炸酱面、河北的杂面、延边的冷面、福州的线面等。在我国吃面也有很多讲究,与当地的风俗民情有关,如过生日贺诞常吃寿面,拜天地入洞房吃鸳鸯面,寺院僧侣吃素斋面,重阳节吃茱萸面等。

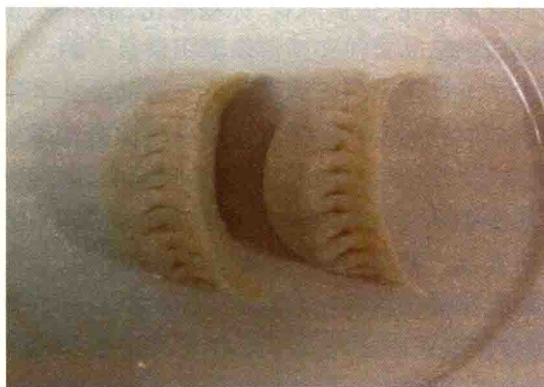


葱油拌面



4. 饺子

据考古记载,在新疆吐鲁番的一座唐代墓葬中,发现了用小麦面制作的月牙形饺子。这说明在唐代,中国西部的面食中已经有饺子了。但饺子的名称在宋代才出现,初始叫角子,后才称为饺子。清代饺子的品种很多,有用米粉和面粉为皮做的两大类饺子。而面粉又分为冷水面皮、烫面皮、温水面皮三种。由于饺子的面皮制法多样,馅料变化多端,加之成熟方法也有多种,可蒸、可煮、可煎,因而饺子的品种更加多样。其中的名品有山东的“扁食”,东北的“老边饺子”,西北的“羊肉扁食”,苏州的水饺、油饺,淮安的淮饺,广东的“野鸭粉饺”、“蛋饺”、“颠不棱”、“粉果”、“艾饺”等。



蒸饺



煎饺

5. 烧卖

烧卖,又称稍麦、烧麦,我国南、北方都比较喜爱这类食品。它是用热水面团做皮,将皮擀制成荷叶裙边,包含馅心的食品。其外形与有馅的包子、饺子均不相同。

烧卖是在元代出现的面点新品种。在宋元时期的话本《快嘴李翠莲记》中有关于“烧卖”的最早的记载,文中“烧卖”与“饺子”(扁食)并列。又云:“以面作皮,以肉为馅,当顶为花蕊,方言谓之稍麦”。可见,元代的稍麦与今日的烧卖基本一样。至于“稍麦”的名称与“烧卖”不同,是由于读音不同所致。明代,也出现了一些烧卖的新品种,如北京名食“桃花烧卖”,上海嘉定烧卖(有人称为“纱帽”,因形似纱帽,故名。上海至今仍有人称“烧卖”为“纱帽”)。清代,全国南



烧卖



北各地出现许多烧卖的有名品种,如北京“都一处”的三鲜烧卖,“小有余芳”的蟹肉烧卖,山东的临清烧卖,扬州的文杏园烧卖,四川的金钩烧卖,云南的都督烧卖,贵州的夜郎烧卖,等等。

江苏的糯米烧卖、翡翠烧卖都是名品,还有鲜肉烧卖、牛肉烧卖、冬瓜烧卖、什锦烧卖、虾仁烧卖、蟹粉烧卖、车螯烧卖,等等。

6. 麻花

麻花,指采用矾碱、糖或盐等与面粉调制而成的炸制食品。用盐即为咸麻花;用糖即为糖麻花。麻花等炸制食品在清代有所发展,南、北方皆有,名品也很多,是一种大众化的食品。清代的麻花制作,有不发酵面团制作,也可用发酵面团制作。例如,天津的大麻花在清代已较有名。现在,天津的十八街麻花已成为名品,其他还有芝麻麻花、蛋黄麻花、冰糖麻花、小麻花、蜜麻花、脆麻花、凤尾麻花、燕子麻花、元宝麻花、绣球麻花等。

7. 粽子

粽子,系端午节的节日食品,古称“角黍”,是我国传统食品中迄今为止文化积淀最深厚的一种食品。关于粽子的记载,最早见于汉代许慎的《说文解字》。“角黍”之名源于春秋,因用茭白叶包黍米成牛角状而得名。东汉末年用草木灰水浸黍米,因水中含碱,用茭白叶做成四角形煮熟后称为广东碱水粽。到晋代被正式定为端午节食品。据传,粽子起源于祭屈原之说,在南北朝时已颇为流行。其后,随着时间的推移,屈原的爱国爱民精神,高尚廉洁的品格,对美好理想的执著追求,对后世影响越来越大。因而端午节食粽祭屈原之说就广为流传,历千百年而不衰。粽子的品种也随之越来越多。例如,比较著名的有桂圆粽、肉粽、莲蓉粽、板栗粽、水晶粽、火腿粽、咸蛋粽、豆沙粽、松仁粽等。

8. 粥

粥是人们喜爱的主食之一。早在《周书》中就有“皇帝始烹谷为粥”的记载,表明中国人食粥的历史十分久远。

粥,俗称稀饭。烧粥的原料很多,麦、米、粟、粱、黍等都用来煮粥。所以,古代粥的花样很多。现在,人们一般用粳米、粟米、糯米来熬粥。一般有两种类型:一是单用米煮的粥;一是



粥