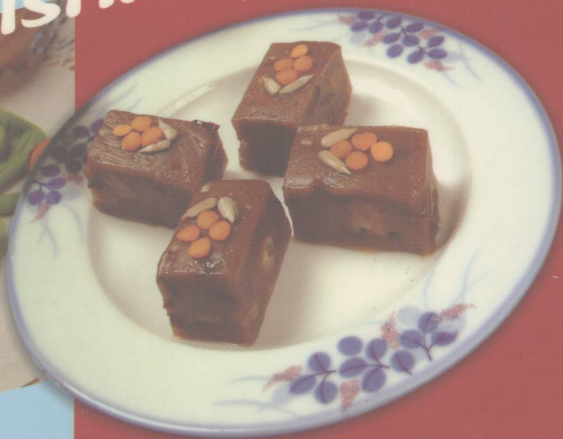


饭店 时尚点心

金龙 春梅 编



FANDIAN SHISHANG DIANXIN



S
132

上海科学普及出版社

饭店时尚点心

金龙 春梅 编



上海科学普及出版社

图书在版编目(CIP)数据

饭店时尚点心/金龙,春梅编. —上海:上海科学普及出版社,2003.12(2004.5重印)

ISBN 7-5427-2594-7

I.饭... II.①金...②春... III.面点-食谱
IV.TS972.132

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 094444 号

责任编辑 方 晴
撰 文 李 玲
摄 影 范 强

饭店时尚点心

金 龙 春 梅 编

上海科学普及出版社出版发行

(上海中山北路 832 号 邮政编码 200070)

<http://www.pspsh.com>

各地新华书店经销 上海精英彩色印务有限公司印刷

开本 850×1168 1/32 印张 4.25

2003 年 12 月第 1 版 2004 年 5 月第 2 次印刷

印数 6001-10100

ISBN 7-5427-2594-7/TS·159 定价:22.00 元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题

请向出版社联系调换

前言

我国的点心历史悠久，据记载早在唐朝就有“点心”之名。古时，凡不在正餐定时吃的食物，都称为点心。现今，人们不但已视早点为正餐，更因为点心营养丰富，应时适口，既可在饭前饭后作为茶点品味，又能作为主食吃饱，所以不少人喜爱茶点同食。为此，沪上饭店、宾馆大多在供应菜肴的同时，也安排几式点心，俗称菜夹点或点夹菜，有的还专门设有“点心筵”。

我国幅员广大，各地气候、物产、生活习惯不同，点心也就形成了不同的风格和浓厚的地方特点。目前，人们习惯上常把我国的点心分为“南”、“北”两大风味，具体又有“广式”“京式”“苏式”三大特色。而上海的点心是在本地传统品种的基础上，荟集各地点心精华不断改革、提高，并随上海这个城市的演变发展而逐渐形成的，因而风味独特。上海的点心兼具南北风味，几乎包含国内各主要地方的特色，品类繁多、花色纷呈、口味新颖、造型美观，涌现出一大批名点心和被一些人认为有点“标新立异”的新潮点心。上海的点心深受大众喜爱，在饮食大世界中占有重要的地位。

上海点心界实力雄厚，名师高手云集，在众多名师高手中，就有本书作者。他俩从事点心事业已有30余年，实践经验丰富，技艺造诣较深，被上海市烹饪协会培训中心聘为点心专业老师，为行业培养高级人才，现服务于五星级酒店，常年为国宾、贵宾和其他各层次的消费者设计、制作需求各异的点心佳品。他们制作的点心选料广泛、色调高雅、造型清新、口味丰腴，往往胜人一筹。像形点心，更是小巧玲珑、栩栩如生、妙趣横生，其精美绝伦倾倒国内外无数美食家，让人不忍动箸。

本书精选了具有时尚风味的点心百余款，其中大部分品种制作简易，均可在家中自行制作。为了便于普通家庭使用，疑难处均加了详细的说明。愿本书对扩大业内外之间的技术交流，为家庭自制点心，丰富人民的饮食生活，以及让大众更了解我国的饮食文化及上海的饭店点心现状有所贡献。

李 玲

2003年7月

目 录

一、时尚小食

1. 南瓜饼·····	2	19. 腰果酥·····	20
2. 粟米煎饼·····	3	20. 青笋酥·····	21
3. 玉米柠檬饼·····	4	21. 奶黄松酥·····	22
4. 爽口黄瓜饼·····	5	22. 香酥豌豆饺·····	23
5. 简易冰皮饼·····	6	23. 脆皮蛋饺·····	24
6. 山药饼·····	7	24. 香脆蛋黄饺·····	25
7. 藕饼·····	8	25. 爽滑芋艿饺·····	26
8. 芋蓉冬瓜糕·····	9	26. 明珠花生团·····	27
9. 花生夹心糕·····	10	27. 苔条软糍·····	28
10. 双仁菊花糕·····	11	28. 花生珍珠球·····	29
11. 干醇糕·····	12	29. 香滑芋卷·····	30
12. 柠檬糕·····	13	30. 脆皮糯米卷·····	31
13. 红枣花生糕·····	14	31. 幸福果·····	32
14. 细沙方糕·····	15	32. 三色果冻·····	33
15. 鸳鸯软糕·····	16	33. 黄油红薯·····	34
16. 珍珠软糕·····	17	34. 奶油莲子粉·····	35
17. 栗枣印糕·····	18	35. 白果芋泥·····	36
18. 蛋黄酥·····	19		

二、精美咸点

36. 海南煎饼·····	38	43. 三鲜土豆饼·····	45
37. 潮菜煎饼·····	39	44. 葱油酥层饼·····	46
38. 鲜鱿煎饼·····	40	45. 鳕鱼酥·····	47
39. 鸡油雪菜饼·····	41	46. 凤尾酥·····	48
40. 香煎薄脆饼·····	42	47. 河鲜酥·····	49
41. 马蹄饼·····	43	48. 鸡粒酥·····	50
42. 澳带酥饼·····	44	49. 虾仁酥排·····	51

50. 培根夹米糕·····	52	58. 珍珠小饺·····	60
51. 金腿芋头糕·····	53	59. 灌汤水晶饺·····	61
52. 金瓜丝包·····	54	60. 沙茶芸豆饺·····	62
53. 豆芽素包·····	55	61. 异香豆皮卷·····	63
54. 鲍汁菌菇包·····	56	62. 雪笋香酥筒·····	64
55. 八宝辣酱煎包·····	57	63. 咖喱盏·····	65
56. 生煎牛肉包·····	58	64. 金银条·····	66
57. 银鱼春包·····	59		

三、老树新果

65. 三丁小麻饼·····	68	78. 天禄香秋叶锅贴·····	81
66. 蟹粉月饼·····	69	79. 咖喱牛肉锅贴·····	82
67. 沙嗲牛肉锅饼·····	70	80. 金三角·····	83
68. 萝卜如意糕·····	71	81. 香芋鸭丝春卷·····	84
69. 咸蛋黄千层糕·····	72	82. 萝卜丝肉饺·····	85
70. 百果松糕·····	73	83. 荠菜麻球·····	86
71. 什锦粢饭糕·····	74	84. 什锦猫耳朵·····	87
72. 新豌豆黄·····	75	85. 锦绣油墩子·····	88
73. 双味水晶包·····	76	86. 南乳蛋馓·····	89
74. 蟹粉鱼米汤包·····	77	87. 南瓜甜饭·····	90
75. 锦绣烧卖·····	78	88. 粟米水饺·····	91
76. 瑶柱白玉烧卖·····	79	89. 砂锅汤年糕·····	92
77. 素菜鸡冠锅贴·····	80		

四、像形美点

90. 海瓜子白菜烧卖·····	94	97. 提子棉花包·····	101
91. 花篮烧卖·····	95	98. 莲花酥·····	102
92. 虾扇烧卖·····	96	99. 核桃酥·····	103
93. 山药枣泥兔包·····	97	100. 长生酥·····	104
94. 甘笋包·····	98	101. 玉米苹果饼·····	105
95. 刺猬包·····	99	102. 南瓜团·····	106
96. 松仁柿蓉包·····	100	103. 人参葫芦·····	107

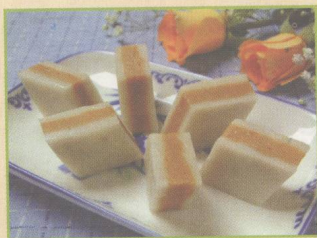
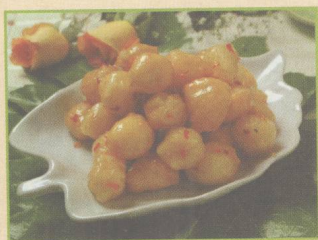
104. 八宝酿枇杷.....108 106. 寿庆大套桃.....110
105. 黄金万两.....109

五、滋味湿品

107. 藕粉圆子.....112 117. 南瓜露小圆子.....122
108. 栗子奶露.....113 118. 五彩圆子.....123
109. 山楂马蹄露.....114 119. 花好月圆.....124
110. 珍珠黄瓜露.....115 120. 雨花石汤团.....125
111. 山药露.....116 121. 八仙幸会.....126
112. 青豆蓉.....117 122. 百年好合.....127
113. 枸杞皂角米.....118 123. 人参莲心汤.....128
114. 椰汁鸡头米.....119 124. 香蕉枇杷冻.....129
115. 清心丸绿豆爽.....120 125. 冻芒果布甸.....130
116. 核桃露小圆子.....121



一、时尚小食





1. 南瓜饼

特点 甜糯、清香



用料

老南瓜500克,糯米粉400克,大米粉100克,糖50克,豆沙200克,油、蛋液、白芝麻各适量。

麻,上笼蒸4~5分钟。

3. 平底锅内放少许油,放入蒸好的饼,将底部煎成金黄色即可。



操作程序

1. 老南瓜去皮、挖籽、上笼蒸酥,与糯米粉、大米粉、糖和成面团,分成小件,包入豆沙成饼坯。

2. 在饼坯表面刻上南瓜象形条纹,底部涂上蛋液、粘上白芝



掌握关键

南瓜与粉的比例,以能和成面团为准。

注 也可用其他甜馅料替代豆沙。





2. 粟米煎饼

特点 色泽金黄，甜糯、香脆，含玉米香



用料

糯米粉 500 克，粟米羹 2 听，
鸡蛋 6 个，糖 500 克，猪油 100 克，
澄粉 100 克，油、牛奶各适量。

2. 另一听粟米羹倒出，和入
糯米粉揉成面团，分成小块，包入
馅心做成饼坯，入平底锅，用油半
煎半炸至两面金黄即成。



操作程序

1. 取粟米羹 1 听倒出，加鸡
蛋、猪油、澄粉、牛奶、糖拌和
后上笼蒸熟，制成馅心，冷却后
待用。





3. 玉米柠檬饼

特点 色金黄，味甜酸，含柠檬香

用料

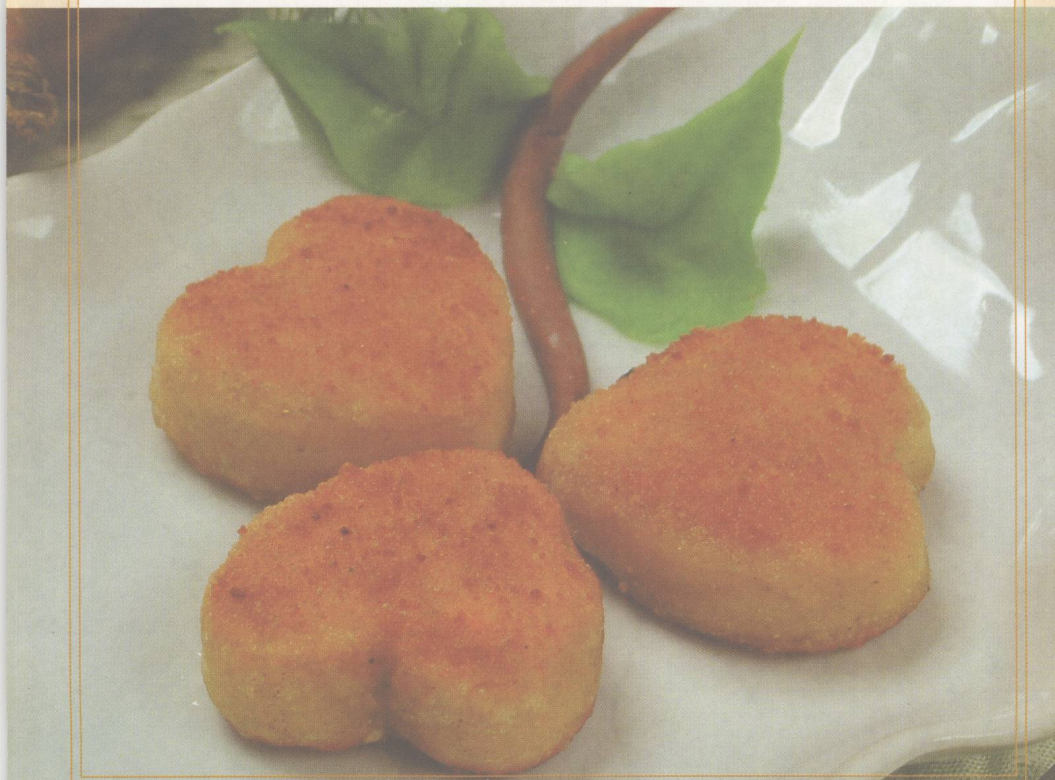
玉米粉、糯米粉各350克，鸡蛋2个（取蛋清），瓜仁50克，土豆5只，柠檬2只，糖250克，油、面包粉各适量。

操作程序

1. 土豆去皮蒸熟，取出擦成泥，加入糖，进锅加油50克，炒至水分收干，取出冷却后加入瓜

仁，挤入柠檬汁拌匀成馅。

2. 玉米粉、糯米粉混合，加入80℃左右的热水，和成面团，分成小件，包入馅心，搓成心形，拖上蛋液，粘上面包粉，入油锅煎至两面金黄即可。





4. 爽口黄瓜饼

特点 香脆、嫩糯、爽口



用料

①糯米粉 200 克，大米粉 50 克，糖 50 克，黄瓜汁 150 克。②黄瓜 1000 克，猪肉糜 100 克，盐、味精、葱花、白芝麻、油各适量。



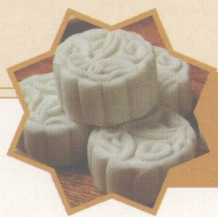
操作程序

1. 将黄瓜去皮、籽，刨成丝，用盐略腌后挤干，加味精，再与猪肉糜、葱花拌成馅心。

2. 将用料①和成面团，取 1/3 蒸熟，再和入其余的面团中揉匀，分成小件，包入馅心，做成饼，两面洒些水，用刷子刷出黏性，再粘上白芝麻。

3. 平底锅内加少许油，将饼煎至两面金黄即可。





5. 简易冰皮饼

特点 软糯甜美，是中秋佳节的应时品种



用料

①专用冰皮粉250克，糖粉75克，白油25克，牛奶250克。②莲蓉1000克。



操作程序

将用料①调成较软的面团，分成小件，包入莲蓉馅，做成团，放入饼模压成饼，取出即可。

注 ①制作本品时必须符合熟食制作要求。②馅料也可以改用枣泥、豆沙、奶黄馅等。③白油可用猪油或色拉油代替。④本品随制随用，不宜久放。⑤专用冰皮粉在专为酒店供货的粮油商贸公司有售。也可用糯米炒熟（不要炒焦）后磨成粉替代。





6. 山药饼

特点 香甜软糯



用料

山药 500 克，豆沙 200 克，糖 50 克，糯米粉、油各适量。



操作程序

1. 山药洗净、去皮、蒸熟、擦成泥，与糖、糯米粉和成面团，分成小件，包入豆沙，做成山药饼生坯。
2. 平底锅内加少许油，放入山药饼生坯，用中小火将饼煎至

两面金黄、成熟即可。



掌握关键

山药的含水量差别较大，所以糯米粉的用量要灵活掌握，最好选用粉质的山药。

注 也可用其他甜馅料替代豆沙。糯米粉的量以与山药和成面团后便于制作为准。





7. 藕饼

特点 酥脆爽口



用料

藕 500 克，面粉 100 克，生粉 30 克，发粉 2 克，猪肉糜 100 克，葱花 5 克，姜末 3 克，调料（盐 2 克，酱油 3 克，糖 2 克，味精、胡椒粉各少许）、油各适量。



操作程序

1. 猪肉糜与葱花、姜末、调料和水拌匀成馅。

2. 面粉、生粉（20 克）与发粉拌和，加清水和少许油，调成面浆。

3. 藕去皮，切成两片的一端相连的藕夹，拍上生粉，嵌入少许馅，拖上面浆，入六七成热的油锅，炸至金黄色、成熟即成。

注 成品表面的面浆要拖得均匀、光滑。





8. 芋蓉冬瓜糕

特点 深红色，香气浓郁，酸甜软糯，夏季冷食，冬季热食



用料

山芋、冬瓜各250克，果酱100克，猪肥膘丁100克，糖75克，猪油75克，糖桂花少许。



操作程序

1. 山芋去皮蒸熟擦成泥，冬瓜刨成细丝煮烂，除去水分。
2. 山芋泥与冬瓜丝拌匀，入锅加果酱、猪肥膘丁、糖和猪油，

不停地翻炒，见成厚泥状时加入糖桂花炒匀，盛入抹过油的盘子，冷却后进冰箱，食用时切块即成。

注 盘子里涂油后加一张保鲜膜，再倒入厚芋泥，取出会更容易些。





9. 花生夹心糕

特点 呈双色，香糯肥软

用料

①糯米粉 300 克，大米粉 200 克，糖 400 克，土豆泥 500 克，油 100 克。②花生酱 75 克，大米粉 100 克，糯米粉 150 克，土豆泥、糖各 200 克，油 50 克。

操作程序

1. 将用料①和②分别混合后加水调成白、黄两色的厚糊。

2. 取一盘，盘底垫入保鲜膜，将白色糊倒入一半，刮平，蒸至半熟；再将黄色厚糊倒入、刮平，也蒸至半熟；再倒入其余的白色厚糊，刮平，再蒸熟，取出，揭去保鲜膜，冷却后切成小块即成。

