



附光盘一张

厨师学艺

点心篇

张延年 主编
谢玉鹏 副主编



中国轻工业出版社

★ 厨师学艺 ★

点心篇

张延年 主 编
谢玉鹏 副 编



中国轻工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

厨师学艺·点心篇 / 张延年主编. —北京: 中国轻工业出版社, 2002.1

ISBN 7-5019-3497-5

I. 厨… II. 张… III. 面点—制作
IV. TS972.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 080912 号

责任编辑: 国 帅 责任终审: 劳国强 封面设计: 赵小云
版式设计: 丁 夕 责任校对: 郎静瀛 责任监印: 吴京

*

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街 6 号, 邮编: 100740)

网 址: <http://www.chilip.com.cn>

联系电话: 010—65241695

印 刷: 精美彩色印刷有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2002 年 1 月第 1 版 2002 年 1 月第 1 次印刷

开 本: 889 × 1194 1/32 印张: 3.5

字 数: 95 千字 印数: 1—10100

书 号: ISBN 7-5019-3497-5/TS·2117

定 价: 28.00 元

· 如发现图书残缺请直接与我社发行部联系调换 ·

《厨师学艺》丛书编委会

主 任：宋雪鸣

副主任：张延年

委 员：许长健 吴一凡 吴觉民

林德敏 谢玉鹏 宋雪鸣

张 鋈 张延年



中国烹饪文化是中华民族的重要组成部分。中华民族吃的文化，享誉世界，经久不衰。中国菜肴、点心品种的丰富多彩，令世人眼花缭乱、目不暇接，而中国菜点流派之多、技艺之精湛，也是令人叹为观止。

自20世纪70年代以来，中国烹饪进入了高速发展的新时期。烹饪理论研究和完善，烹饪古籍的挖掘和整理，烹饪教育的充实和扩大，烹饪消费市场的空前繁荣等，都为烹饪这一古老的传统文化注入了新的活力，同时也为中国烹饪的发展、创新，提供了前所未有的契机。

然而，在这所有轰轰烈烈、蓬蓬勃勃、欣欣向荣的背后，却潜伏着令人忧虑的“危机”，传统越来越受到淡化，被各国人们仰慕的传统技艺，面临着后继无人的严重局面。我们不时听到人们议论：厨师越来越多了，好厨师却越来越少了；大大小小的饭店越来越多了，传统的风味却越来越少了；宴席的档次越来越高了，色香味俱佳的菜肴却越来越少了；操作人员的技术等级职称越来越多了，掌握的基本操作技艺却越来越少了。

一名合格的厨师或面点师，除职业道德方面的要求以外，必须掌握过硬的操作基本功和系统的烹饪理论知识，必须认识和熟知相关的传统特色，能够用很一般的原料，诸如青菜、豆腐之类，制作出很不一般的菜肴。要想成为一名合格的厨师，是要经过艰苦的努力才能实现的。厨师必须重视中国烹饪的传统技艺，并身体力行地加以继承，在继承的基础上去创新发展、发扬光大。

这套丛书正是本着上述精神编纂、制作的。以中国传统筵席六大组成部分划分为《冷菜篇》、《炒菜篇》、《甜菜篇》、《大菜篇》、《汤菜篇》、《点心篇》，每篇一百个品种。这些品种都是专职厨师必须掌握的。取之于东南西北中，却不分帮口派别，各地使用均可采用“拿来主义”，因地制宜，因人而异，可加改造，为我所用。丛书以图片为主，辅之以简单文字说明。





除主料外，配料、辅料均可变化。书后配有操作光盘，可供参考。丛书中所选菜点，以平实朴素为本，不追求奇巧名贵。但若一旦掌握，便能举一反三、触类旁通，成为一名合格的好厨师。故名之曰《厨师学艺》丛书。

出于对中国烹饪发展的关心，江苏省钟山宾馆承担了《大菜篇》、《甜菜篇》、《点心篇》的制作；扬州新世纪大酒店承担了《炒菜篇》的制作；扬州石塔宾馆承担了《冷菜篇》的制作；扬州市扬州宾馆承担了《汤菜篇》的制作。此外，南京华山饭店陈锦华、王绕祥，泰兴戴建春、汪建民，扬州珍园饭店杭长庆等烹饪行家联手制作了部分品种。至此，谨对参与此项工作的各宾馆、酒店的领导，各位操作师傅和摄录人员，表示诚挚的谢意。

由于整个过程时间安排很紧，加上品种繁多，编者个人水平、能力所限，不足之处在所难免，尚请烹饪界各位同仁、各方专家学者予以批评指正。

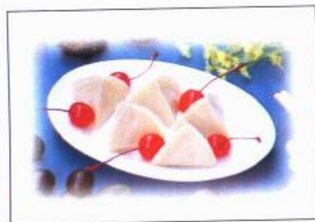
张延年

本篇中菜品承蒙江苏省钟山宾馆丁海阳、高飞、刘军、陆建东和南京华山饭店陈锦华、王绕祥，扬州珍园饭店杭长庆、泰兴汪建民等人制作。



目 录

麻花卷·····	1	麻酱饼·····	30
银丝卷·····	2	肉末烧饼·····	31
金丝卷·····	3	一品烧饼·····	32
豆腐卷·····	4	徽州饼·····	33
豆沙如意卷·····	5	蟹黄素烧卖·····	34
四喜卷·····	6	火腿饼·····	35
猪脑卷·····	7	油松饼·····	36
燕窝卷·····	8	葱油锅饼·····	37
螺蛳卷·····	9	羊肉馅饼·····	38
炸烫面糕·····	10	香蕉锅炸·····	39
炸蛋糕·····	11	麻糖锅炸·····	40
蜂糖糕·····	12	油条·····	41
小枣发糕·····	13	咖喱排叉·····	42
木犀糕·····	14	水晶麻团·····	43
千层油糕·····	15	三丝春卷·····	44
鸳鸯糕·····	16	韭菜合子·····	45
丰糕·····	17	南瓜饼·····	46
烤方糕·····	18	生肉锅贴·····	47
芙蓉糕·····	19	三鲜蒸饺·····	48
松子松糕·····	20	一品饺子·····	49
重阳方糕·····	21	鸳鸯饺·····	50
枣泥拉糕·····	22		
藕丝糕·····	23		
豌豆麻辣糕·····	24		
绿豆糕·····	25		
菊花荞饼·····	26		
豌豆酥卷·····	27		
萝卜丝酥饼·····	28		
通州饼·····	29		



三角饺子·····	51
四喜饺·····	52
五角风轮饺·····	53
七星饺·····	54
知了饺·····	55
孔雀饺·····	56
船饺·····	57
草帽饺·····	58
金鱼饺·····	59
三丁包·····	60
文楼汤包·····	61
灌汤包子·····	62
狗不理包子·····	63
山东包子·····	64
川馅包子·····	65
叉烧包·····	66
蟹黄包子·····	67
牛肉水煎包·····	68
生煎包子·····	69
荷花豆蓉酥·····	70
三花枇杷酥·····	71
玫瑰仙桃酥·····	72
金丝蜜枣酥·····	73
鲜花苹果酥·····	74
花丛雪梨酥·····	75
金秋葫芦酥·····	76
中国茶艺酥·····	77
百合酥·····	78
黄雀巢酥·····	79



竹笋酥·····	80
糯米烧卖·····	81
梅花烧卖·····	82
冬瓜烧卖·····	83
虾肉烧卖·····	84
柿子、青椒、荸荠·····	85
大蒜、慈姑·····	86
青蛙、白鹅·····	87
玉兔、雏鸡·····	88
翡翠青鸟·····	89
点红梅花·····	90
麻蓉太极饼·····	91
熊猫戏竹·····	92
延年益寿·····	93
龙舟献宝·····	94
枣泥向阳饺·····	95
水晶玻璃球·····	96
宫廷玉虾·····	97
果园飘香·····	98
香艳花篮·····	99
百鸽朝凤·····	100

麻花卷



原料

面粉 500 克，鲜酵母 5 克，绵白糖 5 克，泡打粉 3 克，香油 30 克，辣椒盐 8 克。

制法

1. 面粉加鲜酵母、绵白糖、泡打粉、温水揉透，放置约 30 分钟。辣椒盐和香油搅匀制成椒盐油。
2. 面团揉和后擀成 0.7 厘米厚长方面皮，均匀涂上椒盐油卷成长条，切成 10 个面剂子，刀切口向两侧，用手边拉边拧成“麻花”状，上笼蒸约 15 分钟即成。

特点

形似麻花，香辣松软。



银丝卷



原料

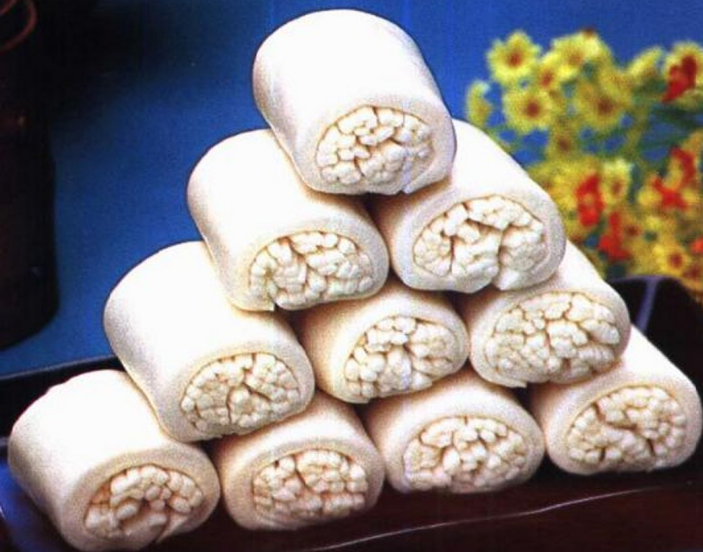
面粉 500 克，鲜酵母 5 克，绵白糖 100 克，精盐 1 克，泡打粉 3 克，熟猪油 25 克。

制法

1. 面粉加鲜酵母 5 克、绵白糖 5 克、精盐 1 克、泡打粉 3 克与温水揉匀，静置发酵。
2. 白糖用适量水化开，与面团揉透。取出 300 克擀成 0.3 厘米厚长方块，切成细丝，刷上熟猪油，另取 200 克亦擀成长方形面皮，包紧面丝，切成 8 厘米长生坯 10 块。
3. 上笼蒸约 15 分钟装盘即成。

特点

洁白松软，香甜爽口。



金丝卷



原料

发酵面团 350 克，面粉 200 克，鸡蛋 150 克，火腿末 50 克，绵白糖 150 克，香油 50 克。

制法

1. 面团内加绵白糖 75 克揉透，擀成长方形薄皮。
2. 鸡蛋和面粉加绵白糖和匀，擀皮切成细丝，刷上香油，均匀撒上火腿末。
3. 将蛋面丝包入面皮，卷成条，改刀成 10 段，上笼蒸约 15 分钟，取出装盘即成。

特点

色形俱美，口感独特。



豆腐卷



原料

发酵面团 700 克，豆腐 250 克，香葱末 50 克，火腿末 50 克，精盐 4 克，鸡蛋清 1 个，香油适量。

制法

1. 豆腐焯水，切米粒小丁。
2. 将发酵面团擀成长方形面皮，涂上香油，铺上豆腐丁，撒精盐、火腿末、香葱末，卷条后切成 10 个剂子，以蛋液封口，切面向上排放笼中，蒸约 15 分钟取出装盘即成。

特点

葱香扑鼻，松软鲜嫩。



豆沙如意卷



原料

发酵面团 700 克，豆沙 250 克，花生油 25 克。

制法

1. 将发酵面团擀成 0.3 厘米厚长方片，涂上花生油，均匀摊上豆沙馅，从两头分别向中间卷，呈如意状。
2. 用快刀将如意条切 10 个剂，直放笼上，以旺火蒸 15 分钟，取出装盘即成。

特点

形态美观，香甜爽口。



四喜卷



原料

发酵面团 700 克，枣泥馅 300 克，花生油 25 克。

制法

1. 发酵面团擀成 40 厘米长、25 厘米宽的长方块，刷上花生油，均匀摊上枣泥，从两边向中间卷成如意状，切成 10 段，反过来从正中切一刀到底，勿使断开。
2. 将刀切面朝上放笼中，以旺火蒸 15 分钟，取出装盘即成。

特点

形态美观，枣香浓郁。



猪脑卷



原料

发酵面团 700 克，精盐 5 克，香油 30 克。

制法

将发酵面团擀成 40 厘米长、16 厘米宽、中间稍厚的长方形面片，涂上香油，撒上精盐，从外向里卷成条，切成 10 段，用竹筷子在剂中部竖按一深槽，对叠起来，再横按一下，使面块两侧切口处层次翻卷开，上笼蒸 15 分钟，取出装盘即成。

特点

形态逼真，松软香咸。



燕窝卷



原料

发酵面团 700 克，白砂糖 70 克，板油丁 120 克，葱花 200 克，精盐 7 克，花生油 50 克，黑芝麻适量。

制法

1. 葱花、板油丁、精盐拌匀成馅。
2. 发酵面团中加上白砂糖，揉匀揉透，下成 10 个剂，擀成圆饼状，抹上花生油。
3. 将馅分装在 10 只饼上，叠成三角形，切成 4 条，使短条在里横立起来，盘旋成燕窝状，装上黑芝麻，入笼蒸 15 分钟，取出装盘即成。

特点

形态美观，咸甜有味。



螯蛸卷



原料

发酵面团 700 克，香葱末 100 克，火腿末 100 克，精盐 2 克，香油 30 克。

制法

把发酵面团擀成 40 厘米见方的面皮，涂上香油，撒上精盐、火腿末、香葱末，横切两半，再竖切成 3 份，两块重叠起，切成面条状细丝，分成 10 份。用左手三指捏住一端，右手拿另一端，再绕 3 圈，由小而大，接头处塞入面团中间，上笼蒸约 15 分钟，取出装盘即成。

特点

葱香扑鼻，咸鲜爽口。

