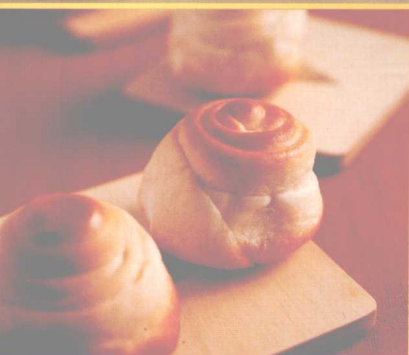


开店·自用皆适宜

Bakery

# 非学不可的 人气中式点心



收录 59 种永远流行的中式点心  
老婆饼·咖哩饺·芝麻饼·牛舌饼·广式月饼·蛋黄酥·蛋塔……



魏琴◎著

辽宁科学技术出版社

© 2007, 简体中文版版权归辽宁科学技术出版社所有

本书由中国台湾尚书文化事业有限公司授权辽宁科学技术出版社在中国大陆独家出版中文简体字版本。著作权合同登记号: 06-2007第 133 号

版权所有·翻印必究

### 图书在版编目(CIP)数据

非学不可的人气中式点心 / 魏琴著. — 沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2007.10

ISBN 978-7-5381-5202-9

I. 非… II. 魏… III. 面点—食谱—中国 IV. TS972.132

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 138079 号

---

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 29 号 邮编: 110003)

印刷者: 辽宁印刷集团美术印刷厂

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 184mm × 260mm

印 张: 5

字 数: 100 千字

印 数: 1~6000

出版时间: 2007 年 10 月第 1 版

印刷时间: 2007 年 10 月第 1 次印刷

责任编辑: 风之舞

封面设计: 原 舒

版式设计: 原 舒

责任校对: 王春茹

---

书 号: ISBN 978-7-5381-5202-9

定 价: 22.00 元

联系电话: 024-23284360

邮购热线: 024-23284502

E-mail: lkzsb@mail.lnpgc.com.cn

http://www.lnkj.com.cn



非学不可的  
人气中式点心

魏 琴◎著

Baking

# About the Author

## 作者简介



## 魏 琴

### 经历

桃园烘焙烹饪老师

1999年任桃园启智学校教师研习烹饪老师

桃园巧手厨艺烹饪班专任讲师

桃园中兴中学教师研习烘焙老师

2005年任中国台北县回龙中学教师研习烘焙老师

文化大学海清班日式点心烹饪老师

### 现任

中国台北青年服务社烹饪老师

朝阳大学和剑潭青年活动中心社会教育班烹饪老师

协和工商合办社区研习班烘焙烹饪老师

太平洋都会生活俱乐部 SOGO 敦南馆烘焙老师

### 作品

《71款开店家用冰淇淋》、《什锦杯子蛋糕》、《小点心赚大钱》、《自己做糖果》、《无店铺生意——烘焙发财梦》、《自己做和果子》、《清凉小品》、《清凉吃面》、《活力沙拉吧》、《吃咖喱上瘾》、《开心冻一夏》，与数位烹饪老师合著《来煎个饼》、《美味无敌吃面条》、《现成酱料方便做》





## 历久弥新的传统好滋味

烘焙点心的芳香总给人一种温馨幸福的感觉。心情不好的时候，品尝香气诱人的各式点心，使嗅觉和味觉得到满足，能暂时忘却恼人的现实，在专属个人的心灵私密空间独享幸福，这也是令许多老饕难以抗拒烘焙美味的的原因。

虽然现今市场西点相当普及，但中式点心的特有口感和复古风情，始终拥有一群忠实的爱好者，在点心界占有难以取代的一席之地。很多人可能会认为中式点心制作难度很高，因而望而却步，其实只要掌握制作关键，DIY也可做出美味中点。

本书内容包括常用烘焙工具、基本材料介绍，烫面、发面、水油皮、千层酥皮等基本面团制作流程图解，烘焙新手也可看图操作演练。食谱包含广式月饼、凤梨酥、蛋黄酥、胡椒饼、咖喱饺、太阳饼、老婆饼、蟹壳黄、方块酥、咸光饼、喜饼、葱烧饼等数十道精彩中式点心，搭配重点步骤图解，简单易懂。另外，还收录了绿豆沙、奶油豆沙、冬瓜膏等7款常用馅料做法，方便实用。

不论是喜爱DIY的烘焙爱好者，或是想以中式点心小本创业的个人，本书皆能满足需求。读者可以借本书体验历久弥新的传统好滋味。

魏岸



# 目录

# Contents

## 6 认识主要材料

## 7 认识主要工具

## 8 基本面团制作

8/ 烫面团、发面团

9/ 水油皮

10/ 千层酥皮

## 11 常用馅料制作

11/ 奶油豆沙、广式豆沙馅

12/ 绿豆沙馅、广式枣泥馅

13/ 无油红豆沙、蜂蜜豆沙馅、冬瓜膏

### 本书单位计量

● 1 大匙 = 15ml

● 1 小匙 = 5ml

1 杯 = 240ml

g = 克

## [层酥类]

### ——水油皮

- 14 绿豆饼
- 16 绿茶酥
- 17 胡椒饼
- 18 咖喱饺
- 19 并蒂莲花
- 20 萝卜丝饼
- 21 芋泥酥
- 22 老婆饼
- 23 蛋黄酥
- 24 喜饼
- 25 牛舌饼

- 26 蟹壳黄
- 27 广式月饼
- 28 椪饼
- 29 香妃酥
- 30 菊花酥
- 31 奶油酥饼
- 32 三层饼
- 33 豆沙酥条
- 34 咖喱月饼
- 35 枣泥酥饼
- 36 太阳饼
- 37 螺酥饼

- 38 鸳鸯酥饼
- 40 墨鱼酥
- 41 五仁酥饼
- 42 苏式月饼
- 44 牛奶酥
- 45 皮蛋饼
- 46 酥皮蛋塔



### ——千层酥皮

- 47 香蜜叉烧酥
- 48 咖喱猪肉派

## 2

## [发面类]

- 49 甜烧饼
- 50 鲜肉葱脂烧饼
- 51 发面葱烧饼
- 52 糖鼓烧饼

## [烫面类]

- 53 芝麻烧饼
- 54 芝麻酱烧饼
- 56 上海烤葱烧饼

## 3

## [其他类]

- 57 凤梨酥
- 58 方块酥
- 59 葡萄酥塔
- 60 桃酥
- 61 台式凤梨月饼
- 62 硬式牛舌饼
- 63 芝麻饼
- 64 水果酥
- 65 咸麻糬
- 66 椰蓉月饼
- 67 梅子酥饼
- 68 烤馒头
- 70 红糖饼
- 71 台式喜饼
- 72 咸光饼
- 74 蛋塔
- 75 核桃塔
- 76 营养咸饼
- 78 豆沙小西点
- 79 椰子塔



# 认识主要材料



## ◎蛋

蛋黄可使产品烘焙后呈金黄色，一般产品入炉烘焙前，表面都会刷1~2次蛋黄液以达增色作用。蛋黄的油脂具有良好的乳化性，可使材料容易搅拌均匀。将蛋白稍微打发，能让产品组织膨松，质地细致。



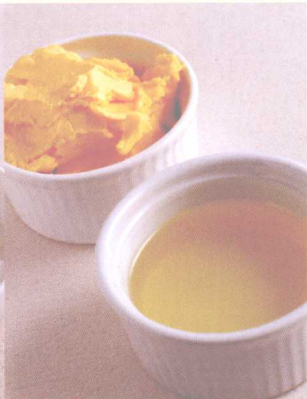
## ◎麦芽膏和转化糖浆

麦芽膏有黏性和延展性，制作糖心时有柔软和焦化的作用。转化糖浆常用于制作饼类，如月饼，它可使成品的外皮较软。



## ◎阿摩尼亚和小苏打

阿摩尼亚的学名为“碳酸氢铵”，是化学膨大剂的一种，温度约50℃时即可快速膨胀。小苏打用于中和酸碱值。



## ◎色拉油和奶油

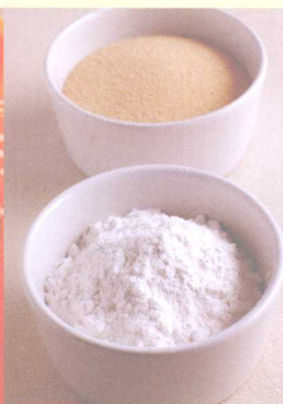
色拉油为液态油，也可使用橄榄油，但不要花生油等有气味的油。奶油分为含盐、无盐和发酵奶油三种，一般西点烘焙多使用无盐奶油，味道较新鲜且甜，烘焙效果较好，如使用含盐奶油，配方中的盐分就要减少。



## ◎面粉

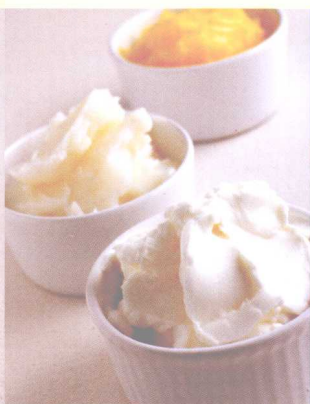
由小麦经研磨而成，依蛋白质含量多少可分为：

- 1 高筋面粉：蛋白质含量较高，约11%~13%，一般用于面包、泡芙、松饼和高糖高油脂的奶油蛋糕。
- 2 中筋面粉：蛋白质含量约9%~12%，多用于制作包子、馒头、酥饼等中式面食点心，西式点心则以派皮为多。
- 3 低筋面粉：蛋白质含量约7%~9%，筋性低，一般用于制作蛋糕、饼干等较松软食品。



## ◎酵母和泡打粉

酵母有发酵作用，会释放出二氧化碳使产品膨大，有新鲜酵母、干酵母和速溶酵母之分。泡打粉俗称“发粉”，是由小苏打粉加上其他酸性材料制成的化学膨大剂，遇水和热会产生二氧化碳，促使材料膨胀，多用于制作蛋糕、饼干等西点。



## ◎白油、酥油、猪油

白油是固态白色油脂，是植物油经加工氢化而成。多用于替代猪油使用。酥油为动物、植物混合油脂，有以低熔点牛油和动物油或植物油混合而成。猪油是由猪的脂肪提炼，经脱味脱色处理，可使产品具酥松特性。



## ◎糖和糖粉

糖除了可增加甜味，有助于搅拌均匀，使产品上色，柔软组织，也是最佳的防腐剂。糖粉又称“糖霜”，是将细砂糖研磨成粉，添加少许玉米淀粉而成；一般糖粉用于点心甜味来源，还可做成奶油霜饰和糖霜淋酱，但装饰湿度较高的点心就必须选用防潮糖粉，以免吸收湿度而影响美观和口感。



# 认识主要工具



## ◎打蛋器和电动搅拌器

螺旋打蛋器方便好用，材质轻，用于打发蛋白。电动搅拌器是打发全蛋和鲜奶油的最省力工具，也可打发蛋白、奶油等。



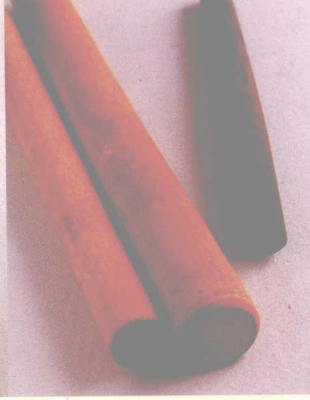
## ◎钢盆、刮刀和筛网

不锈钢盆有大小之分，用于打蛋、拌和或盛装材料。刮刀用于刮起钢盆中的糊状材料，使其混合或刮出。筛网用于过筛粉类，可筛除粉粒，让面粉蓬松，或过滤液态材料，去除杂质。



## ◎秤和量匙

秤有磅秤和电子秤两种，后者较为精准。量匙有1大匙、1小匙、1/2小匙、1/4小匙之分，适合量取少量的材料。



## ◎擀面杖

用于面团的整形、擀平，有大小各种尺寸，是制作面食的必备工具。



## ◎各式模具

### (压模、塔模)

可制作出各式不同造型的成品，可提高商品价值。压模用于擀薄派皮或面皮，有大小各种尺寸。



## ◎毛刷和探针

毛刷用于涂刷蛋液或水。探针则是用来判断成品是否烤熟的器具，也可用在表面戳洞透气。



## ◎刮板和切刀

刮板有软、硬两种，硬的用于分割面团，软的用于刮平或刮除面糊。滚轮切刀用于分割面团，常用于面积较大且较薄的面团。



## ◎压面机

面团经过压面机多次碾压至平实光滑，可增强面团的弹性，使口感更佳。

# 基本面团制作

## 烫面团

### 材料

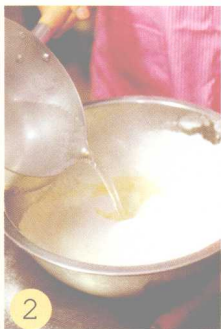
A. 中筋面粉 600g、盐 1/2 小匙

B. 沸水 300g

C. 冷水 150g



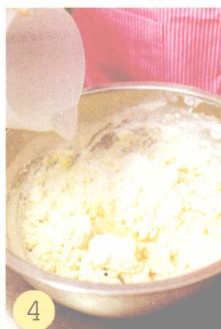
1 面粉过筛，与盐混合置入钢盆中。



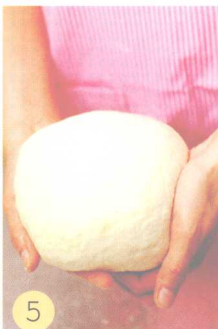
2 沸水一次冲入做法 1 内。



3 用擀面杖迅速搅拌。



4 冷水分两次加入。



5 用手揉至光滑，抹上一些油，静置 20 分钟后即可使用。

### TIPS

用沸水烫面可破坏面粉筋性组织，并增加吸水性，再加入冷水调节温度和软硬度，并揉出筋度，两者动作不要间隔太久，注意水温勿过高（调节后的温度约在 70~80℃），否则，蛋白质会被破坏，只剩淀粉。

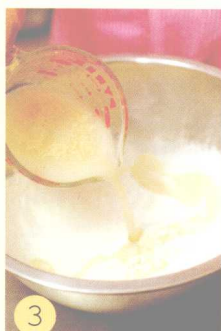
## 发面团



1 面粉过筛。



2 酵母加入水中溶解。



3 将溶化酵母水加入面粉内。



4 用手搓揉均匀。



5 揉成光滑面团，静置 20 分钟后即可使用。

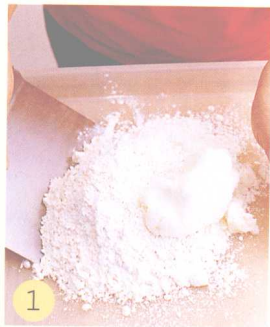
### TIPS

揉好的面团越软越光滑，表示水分多、面筋也多，较有咬劲。

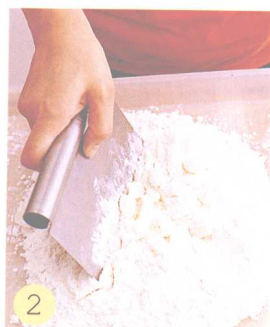


## 水油皮

### 油酥制作流程



1 粉类与油脂混合。



2 用面刀切拌。



3 压拌。

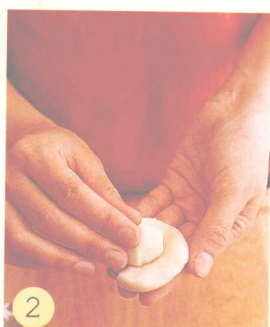


4 压拌至成团状后分割。

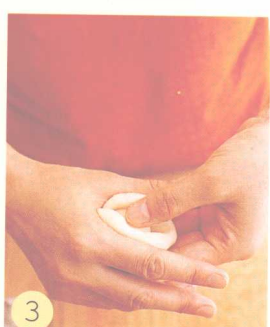
### 油皮制作流程



1 材料加入粉墙内，拌匀成面团后分割。



2 油皮包入油酥。



3 收口。



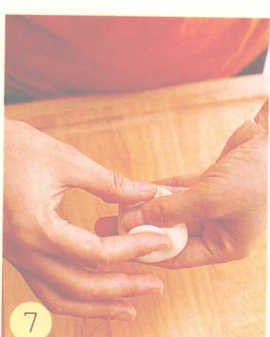
4 用擀面杖擀平。



5 卷起。



6 擀第二次。



7 卷后收口。



8 压扁擀成圆形外皮。

### TIPS

油皮和油酥的柔软度应相同，包入油酥收口时要按紧。使用擀面杖的力量要一致，这样才不易露出油酥，如果破酥会使表面不光滑。擀卷的长度越长，层次越多。

# 基本面团制作

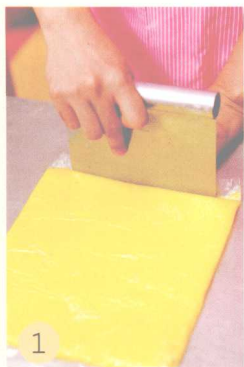
## 千层酥皮

### 材料

A. 水皮——高筋面粉 220g、低筋面粉 280g、盐 7.5g、

白油 45g、奶油 30g、冰水 200g、鸡蛋 1 个

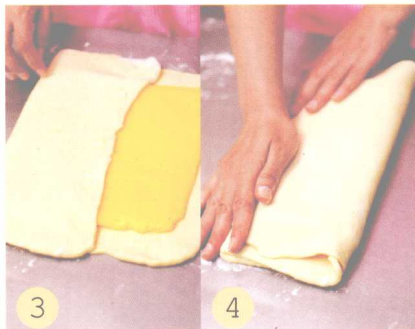
B. 油皮——酥油 300g



酥油装入袋中压扁整形 (图 1)。



2



3

4



5

将水皮材料的面粉、盐、油脂混合，用切刀切成小粒状，分次加冰水、蛋拌压拌成团 (不用混合均匀，不要搓揉以免出筋变硬)，放入冰箱静置约 15 分钟，擀开后包入酥油 (约水皮部分的 2/3 长宽度，图 2)，1 次三折 (图 3~图 4)，用擀面杖压平擀开 (图 5)，静置 20 分钟。



6



7



8

面团擀成面皮，1 次四折 (图 6~图 8)、2 次三折 (每操作一次放入冷冻库冰约 5~8 分钟)。



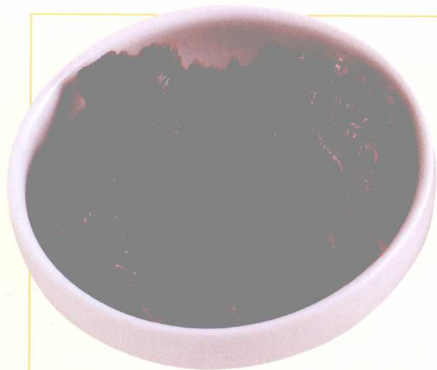
9

取出擀成约 0.3~0.5cm 厚度，用压模压出 (图 9)，即成酥皮。

### TIPS

先将油脂冷冻比较容易包，每完成一个动作应再放入冰箱冷藏约 10~15 分钟，让面皮静置一段时间后比较好操作，也能避免油脂回温变软，擀的时候容易流出。

## 奶油豆沙



### 材料

红豆粒300g、细砂糖300g、奶油(或猪油)30g、色拉油30g、麦芽膏30g

### 做法

1. 红豆洗净，放入电锅煮至豆烂爆裂；准备一容器，盖上纱布，放上筛网备用。
2. 趁微温时用果汁机将煮熟的红豆加少许水打成茸状，倒入筛网中，加入适量清水轻轻筛洗，去皮，脱水后即为生红豆沙。
3. 加入糖混合搅拌熬煮至不粘手，加入奶油、色拉油混合搅拌熬煮均匀。
4. 最后加入麦芽膏拌匀，放入平底容器中冷却。

### TIPS

1. 搅拌时沿锅底以同一方向搅拌，水分较易蒸发。
2. 市售豆沙较甜，一般甜度需达70%以上(可使用糖度计，化工原料店有售)，才能久放。

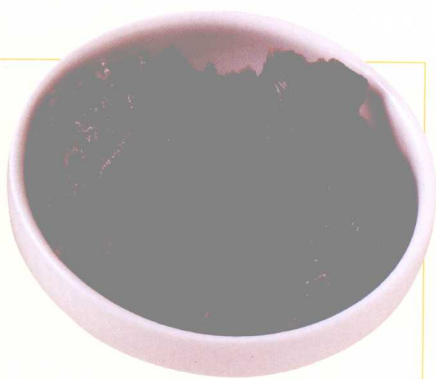
## 广式豆沙馅

### 材料

花生油175g、二级白砂糖525g、生红豆沙875g、麦芽膏85g

### 做法

1. 花生油、糖混合置入锅中，以中大火拌炒至有香味。
2. 加入豆沙拌炒，以中小火炒至水分蒸发不粘手的状态。
3. 加入麦芽膏炒匀至不粘手，熄火放凉即可。



### TIPS

豆沙馅放凉后即可储存，可用桶装，表面再覆盖一层液态油(少许花生油)，可以防止氧化，增色并润滑。

### 绿豆沙馅

#### 材料

- A. 去壳绿豆仁 300g
- B. 白豆沙馅 60g、细砂糖 150g、奶粉 100g

#### 做法

1. 绿豆仁洗净，加入约 2.5 倍的清水浸泡约 3 小时后沥水，入蒸笼蒸约 18~20 分钟至豆香味出，加水煮熟，取出放凉，降至微温，捞出用搅拌机打成茸状。
2. 准备一容器，表面铺上纱布，倒入做法 1 并过滤，将纱布四周抓起并扭转，将水挤干，即成生绿豆沙。
3. 将材料 B 和生绿豆沙一起置入干锅中，以小火拌炒均匀至不粘手即可。



#### TIPS

可拌入奶油 20g 搅拌均匀，使口感滑润并增添香味。白豆沙馅使用 300g 的绿豆仁，可制成约 650g 豆沙，要制作没有黏性的豆沙，就不要在表面覆盖油脂。

### 广式枣泥馅



#### 材料

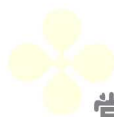
- 干黑枣 250g、色拉油 250g、二级白砂糖 690g、生红豆沙 755g、麦芽膏 15g

#### 做法

1. 干黑枣洗净去子，加水淹没并入锅蒸烂，待微温时用果汁机搅成茸状。
2. 准备一容器，铺上纱布后盖上筛网，倒入做法 1，利用筛网去除皮渣，拧干纱布水分，即成生枣泥。
3. 色拉油、糖混合置入锅中，用中大火炒至有香味。
4. 加入豆沙和生枣泥，以中小火炒至水分蒸发至不粘手的状态。
5. 最后加入麦芽膏炒匀至不粘手，熄火放凉即可。

#### TIPS

1. 干黑枣可在超市或中药材店购买，烘焙材料行也可买到美国枣（蜜枣），但没有香味。
2. 炒枣泥最好用没有香味的油，以免盖过枣泥的香味。



### 无油红豆沙

#### 材料

生红豆沙 1000g、细砂糖 550g、水 100g、麦芽膏 95g

#### 做法

1. 糖、水煮开，加入豆沙翻炒，去除水分，搅拌至不粘手的状态。
2. 加入麦芽膏，搅拌均匀至不粘手，熄火放凉即可。

#### TIPS

麦芽膏可增加黏性和柔软度，豆沙炒好后使之快速冷却，品质和口感都较佳。

### 蜂蜜豆沙馅

#### 材料

生红豆沙 1000g、细砂糖 400g、水 100g、蜂蜜 100g、麦芽膏 100g

#### 做法

1. 糖、水煮开，加入豆沙翻炒，去除水分，搅拌至不粘手。
2. 依序加入蜂蜜、麦芽膏搅拌均匀至不粘手，熄火放凉即可。



#### TIPS

豆沙用慢火久炒较香，但炒得过度会变硬，炒得不够则会太软。



### 冬瓜膏

#### 材料

冬瓜泥 720g、粗白砂糖 215g、盐 7g、麦芽膏 215g、奶油 55g、凤梨香精适量

#### 做法

1. 冬瓜泥蒸熟（不要太烂），加入糖、盐拌匀，用中大火炒至水分稍干。
2. 加入麦芽膏，拌炒至不粘手，再加奶油拌炒融化后熄火。
3. 最后加入凤梨香精拌匀，冷却后即可使用。

#### TIPS

凤梨味道浓郁，常用于制作凤梨酥内馅，因为冬瓜纤维较凤梨细，价格又便宜，因此常被用来替代凤梨膏。凤梨香精也可换成其他口味，如草莓、哈密瓜等水果。

# 绿豆饼

## 材料

A. 油皮：中筋面粉 300g、糖粉 12g、猪油 120g、水 120g

B. 油酥：低筋面粉 210g、猪油 100g

## 卤肉内馅

a. 绿豆沙 1200g (详见P12)、奶油 60g

b. 肉馅 150g、熟白芝麻 30g、炸香油葱酥 80g

## 调味料

盐 1/4 小匙、酱油 1/2 小匙、细砂糖 1/2 小匙、白胡椒粉 1/4 小匙、水 1/2 小匙



<<绿豆沙

## 做法

1. 油皮：粉类过筛做成粉墙，中间放入猪油，用手拌匀，慢慢加入水，边加边拌，直至油、水混合均匀，再和面粉混合揉出筋性至光滑，静置 20 分钟，分成 20 个剂子。
2. 油酥：低筋面粉过筛，与猪油拌成团，分成 20 个剂子。
3. 绿豆沙与奶油混合，用电动打蛋器搅拌均匀，分成 20 份。
4. 用 1/2 大匙油将肉馅炒至变色，加入调味料以小火炒干后熄火，最后加入白芝麻与油葱酥拌匀，冷却后分成 20 份。
5. 油皮包入油酥，擀卷两次成外皮，备用。
6. 外皮包入绿豆沙，在收口前包入约 1 1/2 小匙肉馅，包成圆球形压扁后盖印。
7. 放入预热过的烤箱，以 175°C 下火烤约 20~25 分钟，至边缘酥硬即可。

## 肉脯馅制作

### 材料

绿豆沙 1200g (做法见P12)、奶油 60g、肉脯 150g

### 做法

1. 绿豆沙、奶油混合，用电动打蛋器搅打松软。
2. 肉脯剪成细碎，分成 20 份。



1



2

## TIPS

1. 可利用中空圆模圈，包好后放入压扁，大小形状都会一致，卖点佳。
2. 因为豆沙受热会膨胀，所以烤之前要在饼中间稍微压一下。
3. 如购买市售真空包装绿豆沙馅，可先分切成小块状，用搅拌器打松散至无颗粒状，拌进空气，除了口感较绵密，颜色不会太深。



绿豆饼  
Baking

