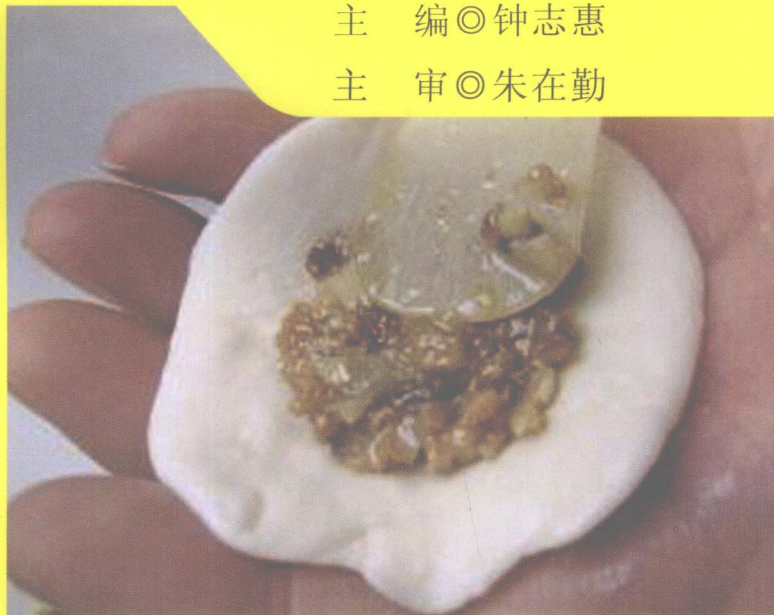


面点制作工艺

实训指导书

主 编◎钟志惠

主 审◎朱在勤



东南大学出版社

高等职业教育旅游管理类专业系列教材

面点制作工艺 实训指导书

主 编 钟志惠

主 审 朱在勤

东南大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

面点制作工艺实训指导书/钟志惠主编. —南京:
东南大学出版社, 2007. 7

(高等职业教育旅游管理类专业系列教材)

ISBN 978-7-5641-0787-1

I. 面... II. 钟... III. 面点制作工艺—高等学校:
技术学校—教材 IV. TS972. 116

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 090507 号

东南大学出版社出版发行

(南京四牌楼 2 号 邮编 210096)

出版人:江 汉

江苏省新华书店经销

南京玉河印刷厂印刷

开本:787mm×1092mm 1/16 印张:19 字数:449 千字

2007 年 7 月第 1 版 2007 年 7 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5641-0787-1/TS·23

定价:32.00 元

(凡因印装质量问题,可直接向读者服务部调换。电话:025-83792328)

目 录

第一章 水调面团类品种	001
一、韭菜水饺	001
二、红油水饺(钟水饺)	002
三、原汤抄手(龙抄手)	003
四、花式蒸饺	005
五、鸡汁锅贴	006
六、烫面蒸饺	007
七、烫面油糕	008
八、玻璃烧卖	009
九、翡翠烧卖	010
十、担担面	011
十一、杂酱面	012
十二、春卷	013
十三、春饼	014
第二章 膨松面团类制品	016
一、奶白小馒头	016
二、花卷	017
三、奶皇包	018
四、荷叶夹	019
五、千层糕	020
六、鲜肉包子	021
七、小笼汤包	022
八、生煎包子	023
九、素菜包子	024
十、寿桃	024
十一、五仁包	025
十二、凉蛋糕	026
十三、马拉糕	027
十四、卷筒蛋糕	028
十五、什锦果仁油脂蛋糕	029

十六、油条·····	030
十七、麻花·····	031
第三章 油酥面团类制品 ·····	033
一、龙眼酥·····	033
二、眉毛酥·····	034
三、韭菜酥盒·····	035
四、鸳鸯酥·····	036
五、玉带酥·····	037
六、芝麻萝卜饼·····	038
七、荷花酥·····	039
八、菊花酥饼·····	040
九、一品烧饼·····	041
十、黄桥烧饼·····	042
十一、风车酥·····	043
十二、咖喱酥角·····	044
十三、桃酥·····	046
十四、广式月饼(蛋黄莲蓉月饼)·····	047
十五、鸡仔饼·····	048
十六、松子枣泥麻饼·····	049
第四章 米及米粉面团类制品 ·····	051
一、珍珠圆子·····	051
二、冰汁水晶凉糕·····	052
三、豆沙凉糍粑·····	053
四、松子枣泥拉糕·····	054
五、四味汤圆·····	055
六、豆沙麻团·····	056
七、双味叶儿粑·····	057
八、船点·····	058
九、三鲜米饺·····	059
十、果酱白蜂糕·····	060
第五章 杂粮、蔬果及淀粉团类制品 ·····	062
一、豆沙苕饼·····	062
二、象生雪梨·····	063
三、豌豆黄·····	064
四、芸豆卷·····	065
五、马蹄糕·····	066
六、椰蓉梅花饺·····	067

七、澄粉艳果·····	068
八、碧波戏鹅·····	068
九、绿茵玉兔饺·····	069
十、鲜虾饺·····	070
十一、西米角·····	071
十二、椰汁西米露·····	072
十三、杏仁豆腐·····	073
十四、奶冻糕·····	074

第一章 水调面团类品种

一、韭菜水饺

1. 实训目的和要求

水饺又称饺子,是以冷水面团制皮,包裹馅料,捏成饺形,经煮制而成的面食品。通过饺子实训练习,使学生:①掌握冷水面团的调制方法和了解冷水面团的性质特点;②正确掌握面点制作的基本操作技法;③学会水饺包捏成型的方法;④掌握煮制的技术要领。

2. 制作原理与技法要求

- (1) 面团性质:冷水面团——硬面团。
- (2) 面点制作基本操作技法:和面、揉面、搓条、揪剂、擀皮。
- (3) 馅料种类:咸馅——生荤素馅。
- (4) 成形方法:擀皮,包捏成形。
- (5) 成熟方法:煮制。

3. 实训准备

(1) 原料 ①坯料:面粉 250 g、清水 115 g;②馅料:猪肉 250 g、韭菜 200 g、姜末 10 g、料酒 25 g、酱油 15 g、精盐 5 g、味精 2 g、芝麻油 30 g。

(2) 器具:擀面杖、菜刀、菜板、碗、盘、竹筷、水锅、漏瓢等。

4. 工艺流程

制馅
↓
调制冷水面团→搓条→下剂→擀皮→包馅成形→煮制→装盘

5. 操作程序

(1) 制馅:韭菜摘洗净切细;猪肉剁成碎末放入盆内,加姜末、精盐、料酒、味精、芝麻油和少量的水,顺一个方向搅拌,至肉末有黏性上劲,加入韭菜拌匀即成馅料。

(2) 制皮:面粉置案板上,中间刨个坑,加水抄拌成雪片状,再反复揉搓成团,饧面 15 分钟。将饧好的面团搓成直径 1.5 cm 的圆柱形长条,揪成面剂。将剂子竖放在案板上,用手按扁,用擀面杖擀成直径 6 cm 中间稍厚的圆形皮坯。

(3) 包馅成形:取皮一张,把馅料置皮坯中央,对叠挤捏成木鱼饺形。

(4) 成熟:用旺火沸水煮饺。生饺下锅后,立即用勺背搅动几下,防止饺子粘连或粘锅。待饺子浮上水面,饺皮鼓起光滑不黏,馅料发硬即熟。用漏瓢捞出饺子,沥干水分,盛入盘中即成。

6. 技术要点

(1) 面团软硬要适当。面团若过软,面团的延伸性过大,擀皮时面皮易变形,包馅后的饺坯彼此易粘连或黏附盛器,且饺子不耐煮。面团若太硬,面皮不易擀薄,包馅时饺皮不易黏合。

(2) 揉好的面团要饧面后方宜搓条。刚揉好的面团,面筋处于紧张状态,韧性强。此时的面团若立即进行搓条,则条的延伸性差,不易搓长,且易断裂。将面团放置饧面后,使面筋得到松弛,延伸性增大,同时面团的黏性下降,表面光滑,再进一步操作就容易进行了。

(3) 搓条粗细应均匀。搓条时双手掌跟放在剂条中间来回推搓,用力要均匀,使剂条向两侧延伸,成为粗细均匀的圆柱形长条。

(4) 揪剂时揪一个面剂,剂条要转动 90° ,使揪出的面剂基本保持圆柱形,便于下一步擀皮操作。

(5) 擀皮用力要均匀,使饺子皮的大小、厚度形状均匀一致。擀皮时注意右手均匀用力推压,左手转动面剂角度一致,即可保证擀出的饺皮大小、厚度、形状一致。

(6) 制馅时,生肉部分要先加调味料拌和均匀后,再加韭菜拌匀。

(7) 煮饺时,当饺子浮面后要點水,保持锅内水沸而不腾,避免剧烈翻腾的水将饺子冲烂,造成漏馅。

7. 成品质量要求

皮薄馅足,皮面柔韧,馅心软嫩,咸鲜适口,韭香怡人。

8. 品种变化

变换馅心,可制作芹菜水饺、白菜水饺、青椒水饺等。

二、红油水饺(钟水饺)

1. 实训目的和要求

红油水饺系以冷水面团制皮,配以水打馅,包捏成饺形,煮制成熟后淋上复制红酱油、红油辣椒等调味料而成。为四川风味小吃,又以钟水饺最为知名。据传,1893年,由小贩钟燮生在成都荔枝巷设小店经营水饺,因其选料精、调味好而备受顾客称赞,被誉为“钟水饺”。又因其调味重用红油,故“荔枝巷红油水饺”之名也不胫而走,钟水饺的调料比一般川味水饺多,水饺食后剩余调料,还可供蘸一个酥锅盔食用,锅盔蘸调料又是一番风味。

通过本实训练习,使学生:①掌握冷水面团的调制方法和了解冷水面团的性质特点;②熟练掌握饺皮擀制操作技法;③掌握水打馅制作方法及要领;④了解红油水饺的制作方法 & 味型特点。

2. 制作原理与技法要求

(1) 面团性质:冷水面团——硬面团。

(2) 面点制作基本操作技法:和面、揉面、搓条、下剂、擀皮。

(3) 馅心种类:咸馅——生荤素馅。

(4) 成形方法:擀皮,包捏成形。

(5) 成熟方法:煮制。

3. 实训准备

(1) 原料 ①坯料:面粉 300 g、清水 135 g;②馅料:猪后腿肉 250 g、生姜 25 g、葱 25 g、鸡蛋 1 个、料酒 10 g、精盐 5 g、味精 2 g、胡椒粉 2 g、芝麻油 20 g;③碗内调味:复制红酱油 100 g、红油辣椒 75 g、味精 2 g、蒜泥 50 g。

(2) 器具:擀面杖、菜刀、菜板、碗、盘、竹筷、水锅、漏瓢等。

4. 工艺流程

制馅
↓
调制冷水面团→擀皮→包馅成形→煮饺→装碗→淋味→成品

5. 操作程序

(1) 制馅:生姜拍破,葱挽结用清水浸泡;猪肉用刀背捶蓉去筋,再用刀剁细。将肉蓉置盆内加精盐、料酒、味精、胡椒粉、芝麻油、鸡蛋用力搅匀,再分次加入姜葱浸泡液,继续搅拌,直到各原料融为一体成为黏稠糊状即可。

(2) 制皮:面粉置案板上,中间刨呈“凹”字形,加清水抄拌成雪片状再反复揉匀成团,饧面约 15 分钟。将饧好的面团搓成直径约 1.5 cm 的长条,揪成剂子。将每个剂子竖放案板上用手按扁,撒扑粉,用擀面杖擀成直径 5 cm 的圆皮即成。

(3) 包馅成形:取皮坯一张,把馅置于皮坯中,对叠捏成半月形即成生饺坯。

(4) 煮饺与调味:用旺火沸水煮饺,生饺入锅后立即用勺推动,防止饺子粘连或粘锅。水沸后加少量冷水,避免饺皮破裂。待饺子浮上水面,饺皮起皱发亮即熟。用漏瓢捞出饺子,沥干水分,分别盛入碗内,淋上复制红酱油、红油辣椒、蒜泥、味精即成。

6. 技术要点

- (1) 面团软硬要适当。
- (2) 揉好的面团要饧面后方易搓条。
- (3) 搓条粗细应均匀。
- (4) 揪剂时每揪一个,剂条要转动 90°。
- (5) 擀皮用力要均匀,使饺子的大小、厚薄形状均匀一致。
- (6) 制馅加水要分次加入,不可一次加入或加得过快或过多,避免馅心吐水发泄。

7. 成品质量要求

皮薄馅嫩,集咸、甜、辣、香、鲜于一体。

8. 品种变化

变换碗底调料,可制作清汤水饺。

三、原汤抄手(龙抄手)

1. 实训目的和要求

抄手是全国各地比较普通的面食,其制作方法与馅的调制各地有同有异。抄手北方称馄饨,南方称面包或云吞,而四川大部分地区则根据其成形时,上下两角折合,左右两角向

中间包抄交叉黏合,形似人的双手抱胸相抄而取名。相传“龙抄手”在 20 世纪 40 年代初开业前夕,几位股东在成都太平街“浓花茶社”内商谈合伙经营和给店命名的事,借“浓”字之谐言,取“龙凤呈祥、生意兴隆”之意,定名为“龙抄手”。由于其能采众家之长,并精心制皮作馅制汤,开业不久即扬名蓉城迄今不衰,为适应时令与顾客需要,“龙抄手”有原汤、红汤(即红油)、清汤、海味、炖鸡和酸辣等品种轮流供应。

通过本实训练习,使学生:①掌握水打馅调制技术;②掌握抄手(馄饨)皮擀制技术;③掌握抄手成形技法;④了解龙抄手制作方法及味型特点。

2. 制作原理与技法要求

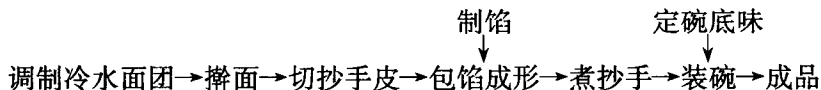
- (1) 面团性质:冷水面团——硬面团。
- (2) 馅心种类:咸馅——生荤素馅。
- (3) 成形方法:擀、切制皮,包捻成形。
- (4) 成熟方法:煮制。

3. 实训准备

(1) 原料 ①坯料:面粉 500 g、清水 200 g、鸡蛋清 25 g;②馅料:猪肥瘦肉 500 g、生姜 10 g、清水 450 g、鸡蛋 1 个、胡椒粉 2 g、芝麻油 15 g、味精 5 g、精盐 10 g、料酒 5 g;③原汤抄手碗内调料:原汤 2 000 g、胡椒粉 2 g、精盐 15 g、味精 3 g。

(2) 器具:大面杖、菜刀、菜板、碗、盘、竹筷、水锅、漏瓢等。

4. 工艺流程



5. 操作程序

(1) 制馅:生姜拍破,用清水浸泡制成生姜水;猪肉用刀背捶蓉去筋,加精盐、鸡蛋拌匀,分次加入生姜水,用力顺一个方向搅动至水分被肉蓉吸收后,再加胡椒粉、料酒、芝麻油、味精,继续搅动至呈黏稠糊状即成馅。

(2) 制皮:面粉加清水、鸡蛋清和成硬面团后,用手将面团擀光滑,然后擀成薄片,用刀切成 8 cm 见方的面皮即成抄手皮。

(3) 包馅成形:取抄手皮一张,将馅置皮正中,对叠成三角形,再将左右两角尖向中间折叠黏合(黏合处抹少许馅糊)成菱形即成抄手坯。

(4) 定碗底味:将精盐、胡椒粉、味精均匀分于十个碗内。每碗加适量的原汤(用排骨、肘子、猪蹄、猪肚、猪棒骨、母鸡熬制的汤)。

(5) 煮制:用旺火沸水煮制抄手,生抄手入锅后立即轻轻推转,防止粘连,待水复沸后,加少量冷水,煮至皮起皱即熟。然后用漏瓢捞出,置于已定味碗中即成原汤抄手。

6. 技术要点

- (1) 擀制抄手皮,应注意大小、厚薄一致。
- (2) 猪肉宜选择肥三瘦七,肉一定要捶蓉、去筋、剁细。
- (3) 包馅心时不能过多或过少,皮与馅搭配比例应当适当。

7. 成品质量要求

皮薄滑爽,馅嫩化渣,汤色奶白,香味醇厚。

8. 品种变化

(1) 清汤抄手:碗内用清汤加精盐、味精、胡椒粉、芝麻油、葱花兑制成汤,舀入熟抄手即成。其特点是汤味醇厚,汤色清晰。

(2) 红油抄手:熟抄手用漏勺沥去水分后置碗中,放红油辣椒、复制红酱油、蒜泥、味精即成,其特点是香辣回甜。

(3) 酸辣抄手:碗内用清汤、酱油、精盐、胡椒粉、芽菜末、葱花、醋、味精、芝麻油兑成汤。其特点是酸辣适口,咸鲜味美。

(4) 海味抄手:用墨鱼、鱿鱼或海参、猪心、舌、肚烹制成汤臊,淋入熟抄手上即成。其特点是海味浓郁,鲜味绵长。

四、花式蒸饺

1. 实训目的和要求

花式蒸饺是以温水面团制皮,运用不同的包捏方法制作而成的各种造型美观的蒸饺。通过本实训练习,使学生:①掌握温水面团的调制方法、制作要领及面团性质特点;②进一步熟练掌握和面、揉面、搓条、下剂、擀皮的方法;③掌握四喜饺、白菜饺、冠顶饺、鸳鸯饺的包捏成形方法;④掌握蒸制成熟的技术要领。

2. 制作原理与技法要求

(1) 面团性质:温水面团。

(2) 馅料种类:咸馅——熟荤馅。

(3) 成形方法:擀皮,包捏(叠捏、推捏、捻捏、折捏等)成形。

(4) 成熟方法:蒸制。

3. 实训准备

(1) 原料 ①坯料:面粉 500 g、热水 250 g;②馅料:猪腿肉 400 g、味精 2 g、金钩 20 g、胡椒粉 1 g、猪油 200 g、花椒粉 1 g、料酒 10 g、芝麻油 5 g、酱油 10 g、葱花 30 g、精盐 5 g;③装饰料:水发香菇 100 g、蛋皮 50 g、菠菜 100 g、火腿 75 g、红樱桃 20 g、精盐 5 g、味精 3 g、芝麻油 20 g。

(2) 器具:擀面杖、菜刀、菜板、碗、盘、竹筷、炒锅、蒸锅、蒸笼等。

4. 工艺流程

制馅
↓
调制面团→散热→揉搓成团→擀皮→包馅成形→装饰点缀→蒸制→装盘

5. 操作程序

(1) 制馅:猪腿肉切成碎粒;金钩胀发后切成小颗粒。炒锅内放入猪油烧热,下猪肉炒散籽,加料酒、酱油、精盐炒香,加味精、芝麻油、胡椒粉、花椒粉、金钩、葱花拌匀起锅,冷却后用手捏成小圆坨即成馅心。菠菜洗净后焯水,并用冷水漂凉,再切成碎末,挤干水分;水发香菇、蛋皮、火腿分别切成碎末备用。

(2) 制皮:面粉置案板上,中间掏一个坑,倒入温水,先抄拌成雪花片,再揉搓成团,摊开

晾凉,再反复揉搓至面团光滑,盖上湿布饧面。将松弛后的面团搓成直径 2.5 cm 的圆柱形长条,揪成面剂,逐个擀成直径 8 cm 的圆皮。

(3) 包馅成形

① 四喜饺:左手拿皮放入馅心,然后两手将皮子四周四等份向上拢起,中间捏紧成四角空、中间黏合的四角形,再将每个孔眼相邻的两壁捏在一起,成为四个大孔眼包四个小孔眼,并在四个大孔眼的外边中端用手或花钳轻轻捏出一个尖头。然后将蛋皮末、香菇末、火腿末、菠菜末分别填入四个大眼中,即成四喜饺生坯。

② 白菜饺:在圆形皮坯中间放上馅心,四周涂上蛋液,将圆面皮五等份向上向中间捏拢成五个角,角上呈五条双边,将五条双边分别捏紧,然后将每条边用手由内向外、由上向下逐条边堆捏出波浪形花纹,把每条边的下端捏上来,用蛋液粘在邻边的一片菜叶的边上,即成白菜饺生坯。

③ 冠顶饺:将圆皮边三等份向反面折起成三角形,正面放上馅心,三条边涂上蛋液,然后将三条边的三个角向上拢起,将每条边对折捏紧,顶部留一小孔,用拇指和食指将每边捻捏出双波花纹,将反面原折起的边翻出,顶上放一颗红樱桃,即成冠顶饺生坯。

④ 鸳鸯饺:将圆形皮坯相对四分之一皮边捏出绳状花纹,然后放入馅心,把未捏花纹的相对两皮边中间部分对粘起来,再将皮坯在手上转动 90°,先后把两端的面皮对捏紧,成为鸟头,中间形成两个圆形孔洞。用花钳把鸟头夹出花纹,再在两个圆形孔洞中分别放入火腿末和蛋皮末,即成鸳鸯饺生坯。

(4) 成熟:生坯放入蒸笼中用旺火沸水蒸约 10 分钟即熟,然后装盘。

6. 技术要点

(1) 水温与水量要适当。水温适当以保证面团性质适度;水量适当以保证面团软硬适度。

(2) 温水面团成团后要摊开以散热,避免热气郁集在面团内使面团变软、变稀、变黏。

(3) 备用的面团要用湿布盖上,避免表皮结壳。

(4) 馅心要凝固,便于包捏成形。

(5) 成形时交口处要捏紧,避免成熟时散烂。

(6) 蒸制时掌握好火候,蒸锅内的水要淹过笼足,蒸制时间要适宜,不能久蒸。

7. 成品质量要求

造型美观,口味鲜美。

五、鸡 汁 锅 贴

1. 实训目的和要求

鸡汁锅贴为重庆“丘二馆”于 20 世纪 40 年代创制的著名小吃。因使用大量鸡汤汁作馅,并用煎的方式成熟,馅心细嫩鲜香,饺底金黄酥香,饺面油润绵软,故而得名。通过本实训练习,使学生:①掌握热水面团的调制方法、要领及面团性质特点;②掌握锅贴饺的成形方法;③掌握煎制成熟的技术要求。

2. 制作原理与技法要求

- (1) 面团性质:热水面团。
- (2) 馅心种类:咸馅——水打馅。
- (3) 成形方法:擀皮,包捏成形。
- (4) 成熟方法:蒸制。

3. 实训准备

- (1) 原料 ①坯料:面粉 500 g、热水 280 g;②馅料:猪夹心肉 500 g、姜 50 g、鸡汤 100 g、味精 5 g、精盐 15 g、胡椒粉 2 g、料酒 10 g、白糖 10 g、葱 50 g、芝麻油 10 g;③辅料:猪油 100 g。
- (2) 器具:擀面杖、菜刀、菜板、碗、盘、筷子、煎锅等。

4. 工艺流程

制馅
↓
调制面团→散热→揉搓成团→擀皮→包馅成形→煎制→装盘

5. 操作程序

(1) 制馅:猪夹心肉洗净剁蓉,姜拍破,葱切节,放入碗内加 100 g 清水浸泡,制成葱姜水。将肉蓉置盆内加精盐、料酒拌匀,然后分别加入鸡汤和葱姜水顺一个方向用力搅拌,至汁水全部被肉蓉吸收成黏稠糊状,再加入味精、胡椒粉、白糖、芝麻油拌匀即成。

(2) 制皮:面粉置案板上,中间掏一浅坑,把热水均匀浇淋在面粉上,边浇边用擀面杖拌和,搅拌均匀后,洒少许冷水揉搓成团,然后将面团摊开晾凉,再反复揉搓成团,搓成直径 2 cm 的圆柱形长条,揪成剂子,擀成直径 7 cm 的圆皮。

(3) 包馅成形:取圆皮于手中,放入馅心对折捏成月牙饺形。

(4) 成熟:平锅置小火上,加入少量猪油,将饺坯由外向内整齐放入平锅内,稍煎一会儿,洒上少许水油混合物(即清水中加入少量油脂),盖严锅盖,不断转动平锅使饺子受热均匀。待锅内水将干时,发出轻微爆裂声,揭开锅盖,再洒少量水油混合物盖严,继续煎至水干饺底金黄起锅装盘即成。

6. 技术要点

(1) 和面时加水量要准确,一次加足;热水浇淋时要均匀,拌和动作要快;面团成团后要摊开散尽热气;备用面团要盖上湿布。

(2) 制馅时,鸡汤和葱姜水要分次加入,避免出现油水分离,影响肉蓉吸水量及馅心嫩度。

(3) 成熟时火不宜过旺,避免底部糊,煎制时应不停转动锅位,使锅内各部分制品受热均匀、成熟和上色均匀。

7. 成品质量要求

饺底金黄酥脆,饺面柔软油润,饺馅鲜嫩多汁。

六、烫面蒸饺

1. 实训目的和要求

蒸饺全国各地均有,但川味蒸饺多用锅内烫面(沸水面团)作坯,饺坯软糯,皮色较暗,

配以鲜香松散的熟馅,别具风味。烫面蒸饺系用烫面皮坯包熟馅捏成半月形蒸制而成。通过本实训练习,使学生:①掌握沸水面团的调制方法及面团性质特点;②掌握月牙饺的成形方法;③掌握熟荤馅制作方法。

2. 制作原理与技法要求

- (1) 面团性质:沸水面团。
- (2) 馅料种类:咸馅——熟荤馅。
- (3) 成形方法:擀皮,包捏成形。
- (4) 成熟方法:蒸制。

3. 实训准备

(1) 原料 ①坯料:面粉 500 g、清水 450 g;②馅料:半肥猪肉 400 g、小白菜 250 g、猪油 50 g、精盐 2 g、酱油 25 g、芝麻油 25 g、胡椒粉 1 g、料酒 15 g、味精 1 g。

(2) 器具:擀面杖、菜刀、菜板、碗、盘、竹筷、炒锅、蒸锅、蒸笼等。

4. 工艺流程

制馅
↓
烫面→散热→揉面→擀皮→包馅成形→蒸制→成品

5. 操作程序

(1) 制馅:猪肉洗净切成米粒状,锅置中火上放猪油烧至六成热,下肉粒炒散籽,加入料酒、酱油、精盐炒匀起锅待用;小白菜洗净,入沸水焯一下捞起,用清水漂凉捞出剁细,挤干水分,与炒熟的肉馅拌和均匀,加入芝麻油、味精、胡椒粉拌匀即成馅心。

(2) 制皮:清水煮沸后,加入过筛的面粉,并用擀面杖不停地搅动,至面粉烫熟收干水汽起锅,切成小块晾凉,反复揉搓成团。将揉好的面团搓成直径 2 cm 的圆条,切成剂子,撒上扑粉,用擀面杖擀成直径 8 cm 的圆皮即成。

(3) 包馅成形:取皮坯置手心中,将馅挑入圆皮中央,合拢捏花成月牙饺形,生坯放入蒸笼中。

(4) 熟制:用旺火沸水蒸制 5 分钟即熟。

6. 技术要点

- (1) 水要沸,面粉要过筛。
- (2) 水量与面粉比例要适当。
- (3) 沸水面团成团后要摊开或切成小块晾凉以散去面团内的热气。
- (4) 馅心用熟馅,不能用生馅。
- (5) 成形交口处要捏紧,避免成熟时散烂。
- (6) 蒸制时掌握好火候,不宜久蒸。

7. 成品质量要求

饺皮软糯、馅心松爽鲜香。

七、烫面油糕

1. 实训目的和要求

烫面油糕系用沸水面团作皮,包馅成形,经油炸而成。通过本实训练习,使学生:①掌握

沸水面团的调制要领;②掌握油炸技术要领。

2. 制作原理与技法要求

- (1) 面团性质:沸水面团。
- (2) 馅料种类:甜咸。
- (3) 成形方法:按皮,包擀成形。
- (4) 成熟方法:炸制。

3. 实训准备

(1) 原料 ①坯料:面粉 500 g、清水 400 g;②馅料:猪油 50 g、红糖 200 g、熟粉 75 g、小苏打 3 g;③辅料:植物油 2 000 g(耗 100 g)。

4. 工艺流程

制馅
↓
调制沸水面团→下剂→包馅成形→油炸→成品

5. 操作程序

(1) 制皮:锅置中火上加入清水烧沸,将沸水搅转,陆续投入过筛的面粉,并不停地搅动,待面粉全部烫熟,收干水汽后,倾在案板上摊开凉冷,然后加入小苏打揉匀,下剂待用。

(2) 制馅:红糖切细,加熟粉、猪油揉匀即成馅心。

(3) 成形:取面剂一个,用手掌按成直径 5 cm 的圆皮,包入馅心,封口,搓成 8 cm 长的条形,再按成 4 cm 宽、0.8 厚 cm 的牛舌片。

(4) 熟制:锅置于火上,下植物油烧至六成热时,放入饼坯炸至金黄色,皮酥即成。

6. 技术要点

- (1) 面粉必须过筛,用沸水烫面时要搅匀烫透。
- (2) 烫面时,面粉与清水的比例要适当。

7. 成品质量要求

色泽金黄,皮酥内嫩,香甜爽口。

八、玻璃烧卖

1. 实训目的和要求

烧卖全国各地均有,因地域不同名称各异,有“稍梅”、“刷把头”等叫法。玻璃烧卖因其皮薄馅多,熟后透明见馅而得名。系用冷水面团制皮,馅心选用生熟馅,蒸制而成。通过本实训练习,使学生:①掌握烧卖皮擀制技法;②了解冷水面团类烧卖的特点;③掌握玻璃烧卖的制作方法。

2. 制作原理与技法要求

- (1) 面团性质:冷水面团。
- (2) 馅料种类:生熟馅。
- (3) 成形方法:烧卖皮擀法,拢馅成形。
- (4) 成熟方法:蒸制。

3. 实训准备

(1) 原料 ①坯料:面粉 300 g、清水 135 g;②馅料:猪肥肉 400 g、猪瘦肉 100 g、小白菜 250 g、精盐 5 g、胡椒粉 1 g、味精 1 g、香油 10 g、料酒 4 g;③辅料:细淀粉 250 g。

(2) 器具:擀面杖、菜刀、菜板、碗、盘、蒸锅、蒸笼等。

4. 工艺流程

制馅
↓
调制冷水面团→擀烧卖皮→包馅成形→蒸制→成品

5. 操作程序

(1) 制馅:把猪的肥肉煮熟待冷后,切成小颗粒;生瘦肉用刀剁成碎粒;小白菜洗净入沸水中焯后用冷水浸漂,然后用刀剁细,用纱布包住挤去水分。将瘦肉放入盆内加料酒、味精、香油、胡椒粉、精盐拌和均匀,再加熟肥肉和匀,最后加小白菜拌和均匀即成。

(2) 制皮:面粉置案板上加入冷水和成团,反复揉匀,饧面后搓成直径为 2 cm 的长条,揪成剂子,撒上少许淀粉,将每个面剂竖放按扁,用擀面杖擀成直径 5 cm 的圆皮,撒上淀粉以防粘连,再一张张地整齐叠放,复置案上用擀面杖捶面皮的边沿,使其中间厚而边沿薄,到捶成直径约 8 cm 的荷叶形圆皮即成。或者用橄榄杖或通心槌将面剂擀成荷叶边形烧卖皮。

(3) 成形:取皮坯一张置手掌中,放入馅心捏成白菜形状,竖放于蒸笼内。

(4) 蒸制:用旺火蒸 3 分钟左右揭开笼盖,洒少许冷水于烧卖上,特别是有白点(即淀粉)处,再盖笼蒸熟即成。

6. 技术要领

(1) 面团不宜软,否则制品在成熟时易下塌。

(2) 生熟猪肉都不宜切得过细,掌握好生熟肉搭配比例,一般肥七瘦三。

(3) 擀制烧卖皮要以细淀粉作扑粉。

(4) 蒸制过程中要洒水。洒水的作用是使烧卖皮上的干淀粉得以湿润而成熟,避免制品成熟后皮坯上留有白色淀粉斑点。

7. 成品质量要求

皮薄透明,形如白菜,清香可口,肥而不腻。

九、翡翠烧卖

1. 实训目的和要求

翡翠烧卖以热水面团制皮,配以翠绿馅心,包捏成石榴形,蒸制成熟。成品皮薄如纸、透映翠绿,因其色泽翠绿、宛如翡翠而得名。翡翠烧卖系扬州著名小吃。通过本实训练习,使学生:①掌握翡翠烧卖的制作方法;②了解热水面团类烧卖的特点。

2. 制作原理与技法

(1) 面团性质:热水面团。

(2) 馅心种类:素馅。

(3) 成形方法:烧卖皮擀法,拢馅成形。

(4) 成熟方法:蒸制。

3. 实训准备

(1) 原料 ①坯料:面粉 500 g、沸水 250 g、冷水 50 g;②馅料:嫩青菜叶 1 500 g、熟火腿 80 g、精盐 8 g、味精 5 g、白糖 400 g、熟猪油 300 g。

(2) 器具:擀面杖、菜刀、菜板、碗、盘、蒸锅、蒸笼等。

4. 工艺流程

制馅
↓
调制热水面团→擀烧卖皮→包馅成形→蒸制→成品

5. 操作程序

(1) 制馅:熟火腿切成细末;绿叶蔬菜洗净,放入开水锅内焯一下,捞出放入清中漂凉,挤净水分,用刀切碎剁成细蓉状,放入盆内加精盐先腌渍去涩味,然后再加白糖、猪油拌匀即成馅心。

(2) 制皮:将面粉置于案板上,中间刨成“凹”形,倒入热水用小擀面杖搅制成团,然后切成小块晾凉后,洒上冷水反复揉搓成团,饧面后搓成长条,揪成剂子,撒上扑粉,将每个面剂压扁,擀成直径 6 cm 呈菊花边状的烧卖皮。

(3) 包馅成形:取皮坯一张置手掌中,把馅置皮坯中央,把皮子四周同时向掌心收拢,使其成为下端圆鼓,上端细圆的石榴状生坯,最后在顶部撒上火腿末。

(4) 蒸制:用旺火蒸制 5 分钟左右即出笼。

6. 技术要点

(1) 面团不宜软,否则制品在成熟时易下塌。

(2) 青菜剁蓉后要挤干水分,防止馅心拌好后吐水。

(3) 包捏烧卖时,烧卖颈部应稍细,使顶部开口张开一些。

(4) 蒸制时间不宜长,防止菜馅变色。

7. 成品质量要求

皮薄似纸,馅心翠绿,色如翡翠,甜润清香。

十、担担面

1. 实训目的和要求

担担面是成都市著名小吃之一,相传 1841 年由绰号陈包包者始创于自贡市,已有一百多年历史。最初因经营者挑担沿街叫卖而得名。面条系用冷水面团手工擀制而成,用四川特产叙府芽菜为主要配料。面条滑利爽口,芽菜香味浓郁,风味独特,流行全省,深受消费者欢迎。现已由个体挑担经营发展到专店供应。由于担担面形成时间较长,全国各地在调味和制作上有一些差别,大体分用肉与不用肉两类。这里介绍的是成都的制作方法。

通过本实训练习,使学生:①掌握干煸面臊制作方法;②了解担担面味型的调制方法,