

////////////////////

# 中西式面点技术



邓雄 王大勇 ◎ 著



山西出版传媒集团



北岳文艺出版社  
BEIYUE LITERATURE & ART PUBLISHING HOUSE



常州大学图书馆  
藏书章



山西出版传媒集团  北岳文艺出版社

北岳文艺出版社  
BEIYUE LITERATURE & ART PUBLISHING HOUSE

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

中西式面点技术 / 邓雄, 王大勇著. — 太原: 北岳文艺出版社, 2016.10  
ISBN 978-7-5378-4941-8

I . ①中… II . ①邓… ②王… III . ①面点-制作-中等专业学校-教材  
IV . ① TS972.116

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 245797 号

书名: 中西式面点技术  
著者: 邓 雄 王大勇

责任编辑: 谢 放

装帧设计: 张永文  
印装监制: 巩 璠

出版发行: 山西出版传媒集团·北岳文艺出版社

地址: 山西省太原市并州南路 57 号 邮编: 030012

电话: 0351-5628696 (发行部) 0351-5628688 (总编室)

传真: 0351-5628680

网址: <http://www.bywy.com> E-mail: [bywybs@163.com](mailto:bywybs@163.com)

印刷装订: 山西立方印业有限公司

开本: 880mm × 1230mm 1/32

字数: 213 千字 印张: 9.125

版次: 2016 年 10 月第 1 版

印次: 2016 年 11 月太原第 1 次印刷

书号: ISBN 978-7-5378-4941-8

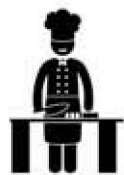
定价: 26.00 元



|                  |      |
|------------------|------|
| 第一篇 中点基础知识       | /001 |
| 第二篇 中点制作基本功      | /035 |
| 模块一 中点成形前的基本技术动作 | /037 |
| 模块二 中点成形的基本技术方法  | /058 |
| 第三篇 中点面坯制作       | /075 |
| 模块一 面坯调制基础理论     | /077 |
| 模块二 水调面坯         | /081 |
| 模块三 生物膨松面坯       | /100 |
| 模块四 油酥面坯         | /115 |
| 模块五 米及米粉面坯       | /134 |
| 模块六 米粒类面坯        | /148 |
| 模块七 其他类坯         | /154 |
| 第四篇 中点馅料制作       | /167 |
| 模块一 馅料制作基础理论     | /169 |
| 模块二 馅料制作技术       | /176 |

|                            |          |
|----------------------------|----------|
| <b>第五篇 中点成形应用</b>          | /199     |
| 模块一 上馅、成形基础知识              | /201     |
| 模块二 手工成形技法的组合运用            | /209     |
| <br><b>第六篇 中点熟制技术</b>      | <br>/217 |
| 模块一 熟制基础理论                 | /219     |
| 模块二 熟制技术                   | /223     |
| <br><b>第七篇 西点基础知识及制作技术</b> | <br>/245 |
| 模块一 西点基础知识                 | /247     |
| 模块二 西点制作技术                 | /251     |

# 中点基础知识



第一篇



### 【学习目的】

了解中式面点的概念、特点，中式面点制作的发展概况及在餐饮业中的地位和作用。了解中式面点主要的风味流派及其特点。

### 【学习重点】

了解中式面点制作技术在各历史时期的发展概况，掌握中式面点主要风味流派的特点。

## 一、中式面点的概念及特点

我国地域广阔、粮食品种丰富，历代厨师通过不断实践、总结，广泛交流，创出了品种繁多、口味丰富、形色俱佳的中式面点制品。在制作技法、原料选用上南北各有千秋，久有“南米北面”之说，米制品、面制品南北各有特色。对于中式面点的名称，历史上一直没有统一说法，习惯说法存有差异，北方常称之为“面食”“主食”，南方常称之为“点心”。“面点”一词的由来源于 20 世纪 80 年代为统一南北称谓、统一教材，便于教学，便于市场经济发展，促使南北交流，有识之士在统一教材编写讨论中提出的，由是，“面点”成为“面食”“点心”的统称。

### （一）中点的概念

中点，中式面点的简称，泛指用各种粮食（米、麦、豆及杂粮）、果品、鱼虾以及根茎菜类制成坯料，配以油、糖、果品、鱼、虾、肉、蔬菜等制成的多种口味的馅料（或不配馅料），经过加工制作而形成具有一定色、香、味、形的各类中式食品，它也是各种中式面食、小吃和点心的总称。





## （二）中式面点的特点

中式面点历经几千年沧桑，在历代厨师充分发挥自己的创造力，不断实践、不断总结的基础上，逐步形成了鲜明的特点：

### 1. 用料广泛

中华民族的饮食文化、食源结构决定了中式面点制作中选料的广泛性。中式面点的原料选用广泛，包括了五大类原料。

- （1）植物性原料（粮食、蔬菜、果品等）；
- （2）动物性原料（鸡、猪、牛、羊、鱼、虾、蛋、奶等）；
- （3）微生物原料（酵母菌等）；
- （4）矿物性原料（盐、碱、矾等）；
- （5）合成原料（膨松剂、香料、色素等）。

由于我国幅员辽阔，各地区的土壤及农艺条件不同；因此，同一品种原料因产地、季节不同质量差异很大。而中式面点能根据制品要求，合理地选用原料，达到扬长避短、物尽其用的效果。

### 2. 技法精湛

中式面点长期以来以手工制作为主，经过漫长的发展历程，特别是面点厨师的继承和不断创造，拥有了众多技法和绝活，形成了一系列有别于其他国家的技法，十分讲究。

（1）制作流程较为复杂，一般都要经过选料、配料、调制坯料、搓条、下剂、制皮、上馅、成形、熟制等过程；

（2）技法多样，不论是调制面坯，还是擀皮等，都有相应的技法要求；

（3）手法多变，常用的成形技法就有十几种。每一种技法又可细分成多种手法，如捏的成形技法，可分为挤捏、推捏、绞捏、叠捏、塑捏等。“薄如蝉翼”就是对中式面点精湛技法的形

象描述。

### 3. 口味多样

“口味”是中式面点食品的“魂”，经历代厨师不断传承、总结、创新，形成了许多深受我国广大人民群众喜爱的口味品种。

(1) 利用坯皮的原料及其配比方式、调制方式的不同，使面点口味不同，可形成疏、松、爽、滑、软、糯、酥、脆等不同的坯皮口味，奠定了制品坯皮的口味基础；

(2) 制作馅心是中点制作过程中的重要内容之一。中点馅心用料广泛，选料讲究，所用原料都精心选择最适宜品种及其部位，做到品质优化、物尽其用，形成了鲜嫩、滑嫩、爽脆、香甜可口、果香浓郁、咸甜适宜等不同特色的馅心，再配上适当的坯皮，从而构成了中点的口味；

(3) 利用加热制熟的方法，丰富中点口味。中点加热制熟方法多样，馅心的烹调方法各异，各地在制作中交叉运用多种技法，最终形成了丰富的中式面点口味。

### 4. 讲究造型

我国面点的造型技法复杂，种类繁多，基本形态丰富多彩。总体上看，面点的外形特征，概括起来有几何形和仿生形等。

(1) 造型多样便于经营，可用其区分品种、口味。中点已经形成不同的品种、不同的口味具有不同造型的特点。如豆沙包、鲜肉包等形态各异。即使同一品种，不同地区、不同风味流派也会有不同形态。如鲜肉大包在全国大多数地区的形态为提褶包，而在湖南其形态为四眼包；

(2) 适宜的面点形态的选用不仅能更好地诠释面点名，更能面点增添情趣、意境。如绿茵白兔饺、像生雪梨等；

(3) 造型多样，更便于从整体考虑出发，选择最适宜熟制本



产品的造型，从而形成制品的风味。形态的选择要综合坯皮、馅心、风味、成形、熟制等多方面的因素考虑，才能使面点最终达到色、香、味、形、质俱佳的境界。这也能充分体现厨师对制坯、制馅、成形、熟制等技法的掌握。

### 5. 应时迭出

中式面点除正常供应不同层次、丰富多彩的早餐、茶点、主食点心、夜宵点心、宴席点心外，还要根据不同的季节特点、时令物产、节庆习俗等条件推出多种点心，应时更换品种。如元宵节的元宵、清明节的青团、端午节的粽子、中秋节的月饼、重阳节的重阳糕等等。春季、夏季、秋季、冬季，选料、制作、吃法各有不同。

### 6. 注重养生保健

中式面点除了以色、香、味、形著称以外，还有一个显著的特点是注重食补，注重养生保健的功能。该特点最具有民族特色，这也是与外国面点的主要区别之一。这一特点与现代科学倡导的“合理膳食”可谓异曲同工。

我国古代劳动人民在长期生产、生活以及同疾病做斗争中，清楚地认识到，正确的饮食在养生、防病方面，发挥着极其重要的作用。唐代著名医学家孙思邈在其所著的《备急千金要方·食治方》中指出：“安身之本，必资于食。救疾之速，必凭于药……不知食宜者，不足以存生也。”这精辟地指出了：人的身体健康根本源于饮食，不懂得合理饮食的人，是不可能健康长寿的。因此，掌握正确的饮食养生方法，可以防治疾病，使我们健康长寿。

中式面点正是以注重食补、饮食养生，达到防病、强身、健

体、益寿的目的。在我国很早就流传有“药食同源”之说。

想一想

1. 中西饮食文化、食源结构有何差异？这对食物的产生有什么影响？
2. 为什么说中式面点注重养生保健？日常生活中你有过这方面的经历吗？
3. 简述中式面点的基本特点。

## 二、中式面点制作的发展历史和展望

中华民族历史悠久，富有创造性。古往今来，我国人民在不断创造、丰富物质文明的同时，也创造了高度的精神文明。面点制品的从无到有，由生到熟，从粗到细，由单一到丰富，也有着其漫漫的发展历程。

### （一）农耕的出现及炊具的使用促使了面点的产生

在人类的远古时代，我们的祖先只能够把抓捕到的飞禽走兽、蚌蛤鱼虫活剥生嚼，采集到的果实、挖掘到的根茎均为生吃，如《韩非子·五蠹》中提到：“民食果蓏蚌蛤，腥臊恶臭而伤害腹胃，民多疾病。”自从火发明以后，食物逐步由生食变为熟食，“炮肉为熟”“石上燔谷”，便是先民们最初的烹法，自此开始有了烹饪术。

火的掌握与使用，神农氏尝草别谷，教民耕艺，使先民们的食物来源扩大了。考古发现，距今 6000 多年前属于仰韶文化的西安半坡遗址中，就存有粟粒；而在南方余姚河姆渡等遗址



图 1-1 新石器时代的谷子，陕西出土



中发现过稻，钱山漾遗址中亦发现了稻，且经鉴定有粳稻和籼稻两类。

到了商周时期，我国的粮食生产已有较大的发展，品种也较多，那时被后世称为五谷的农作物，黍、稷、麦、稻、菽，已经齐备了。其中麦在我国黄河流域、淮河流域种植较多。将麦子磨成面粉，至秦汉时已很普通。据考证，其时已有了石磨盘（一种搓盘）、白杵、碓、旋转石磨（传说中由春秋时杰出的工匠公输班创造出来）。由粒食到粉食，对面点的制作与发展具有重大意义。新石器时代，我国古代的陶制炊具相继问世，有鼎、甑、釜、鬲等。其中甑是和釜或鬲配合起来当“蒸锅”用的。甑的底部有许多小孔，可以透进蒸汽，将食物蒸熟，是最原始的蒸笼，甑和鬲组合成最早的蒸锅。商周时期，除陶器进一步发展之外，青铜器亦被广泛应用，当时炊具品种已日益丰富，为用蒸、炒、煎、烤、烙等方式制作面点，准备了必要的条件。由于物质条件的逐渐具备，先秦时期面点出现了。据《周礼·天官·籩人》记载：“羞籩之实：粿、饵、粉、簋。”虽然品种还不够丰富，但已充分证明当时已经有了一定的食品加工技术。

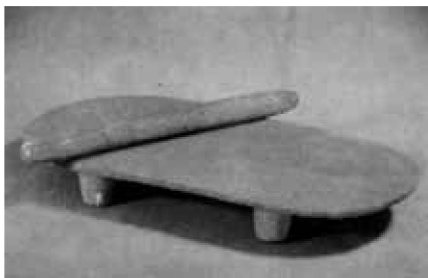


图 1-2 新石器时代的石磨盘、石磨棒，河南出土



图 1-3 新石器时代陶釜,河南出土



图 1-4 商代晚期青铜汽柱甑形器,河南出土



图 1-5 商代晚期青铜三联甗,河南出土



图 1-6 西汉时期的竹简上已有关于面点的记述



图 1-7 《中国烹饪文献提要》一书书影



图 1-8 《中国烹饪文献提要》一书的目录

## (二) 南北交流促进面点制作的发展

汉代至南北朝时期,我国面点制作水平有了一个飞跃的发



展。这一方面是由于社会生产力的发展，另一方面是由于人员流动迁移、西域通商等。随着生产量的增加，市场的逐步形成，餐饮业已开始向专业化方面发展。山东省博物馆陈列有两个汉代厨夫俑，一为治鱼厨夫俑，其工作内容相当于现在的红案厨师；一为面食陶俑，其工作内容相当于现在的白案厨师。可见，此时烹饪活动中红、白案出现了分工制作的情形。在这一时期，南北交流日益频繁，促进了南方、北方在面点品种和口味上的相互影响、相互交融。



图 1-9 东汉献食女陶俑,重庆出土



图 1-10 东汉制面食陶俑,新疆出土



图 1-11 东汉庖厨画像石

1. 食物原料范围进一步扩大，粉质加工工艺有了很大进步。此一时期，面点使用的不仅仅有麦粉、米粉，还有高粱粉及其他杂粮粉。先进石磨和绢筛的大量使用为我国面点制作技术的发展、创新提供了更优质原料，这也是汉及魏晋南北朝时期面点技术进步的标志，这在中国粉食加工史上有着划时代的意义。

2. 制熟工具进一步完善。这一时期出现了几种重要的制熟工具。束皙《饼赋》中记载：“三笼之后，转有更次”，“火盛汤桶，猛气蒸作”，由此可看出当时已经可以蒸出暄和的面点制品。此外，“胡饼炉”“甑”“铛”等也有所改进，为提高面点加工质量奠定了基础。

3. 制作技术更为精湛。这一时期，很多面点的制作技术已达到较高水平，发酵方法已普遍使用。贾思勰《齐民要术》中记载：“作饼酵法：酸浆一斗，煎取七升。用粳米一升，著浆，迟下火，如作粥。六月时，漉一石面，著二升；冬时，著四升作。”不仅写明了酸浆酵的制法，还说明了在不同季节的用



图 1-12 《齐民要术》

量。当时，此法已在黄河中下游及江南地区广泛使用。魏晋时，已有花式点心之制法，如《晋书·何曾传》记载：“厨膳滋味过于王者……蒸饼上不坼作十字不食。”“蒸饼”用的是酵面，饼类似现代的开花馒头。

4. 面点品种不断丰富。在汉代，饼是一切面点制品的通称。炉烤的芝麻烧饼叫“胡饼”，上笼蒸制的称“蒸饼”，用水煮熟者称“汤饼”。西汉时期常见的面点有胡饼、蒸饼、汤饼、蝎饼、





髓饼、金饼、索饼、水溲饼、酒溲饼、蓬饵等。饼的名称一直沿用到明清时期。仅《齐民要术》中就记载有近 20 个饼的品种，并有详细制法。据记载，馄饨、春饼、煎饼、馒头、水引、细环饼等面点品种也在当时出现。

5. 使用成形工具为面点成形。面点成形工具据记载有木模、竹杓、牛角漏杓等。如《酉阳杂俎·酒食》中记载有“五色饼法”，即将揉好的面团用雕刻成禽兽形的木模按压后再染色。

6. 年节食俗已开始形成。我国的节日风俗是在漫长的历史发展进程中逐步形成的，节日面点与节日风俗有着紧密联系，它们是我国人民对季节气候、时令膳食的探索和总结。如：立春吃“春盘”，寒食节吃“寒具”，端午节食“粽子”，三伏天吃“汤饼”，重阳节食“重阳糕”等。“春盘”“寒具”“粽子”“汤饼”“重阳糕”成为中国最早的年节食品。

7. 面点著作大量涌现。在这一时期，我国的饮食著述大量涌现，这和当时整个社会饮食文化水平的提高分不开。据《隋书·艺文志》《新唐书·艺文志》等书记载，当时主要的饮食著作达 30 部以上，但时至今日，绝大部分已佚亡，只有部分内容因被其他著作引用而得以保留下来。现存的著作中，涉及面点的有束皙的《饼赋》、吴均的《饼说》和贾思勰的《齐民要术》。其中以《齐民要术》的影响最大。该书共 10 卷 92 篇，与饮食内容相关的有 26 篇，谈及面点的有饼法、粳法、醴酪、飧饭、素食等 7 篇内容。

### （三）面点制作市场的兴旺、繁荣时期

国家的统一，经济的大发展，国力的强盛，促进了饮食文化的发展。到了隋唐时期，由于大运河的开凿，南北政治的统一，促进了南北经济、文化与物资的交流，面点制作发展迅速。到了宋元时代，南方经济得到了飞跃发展，烹饪原料的增多，商业的