

“十一五”重点图书出版规划项目



农民工职业技能培训教材

# 中式面点师

河南省劳动和社会保障厅 编

培训改变命运  
技能创造财富



河南科学技术出版社

农民工职业技能培训教材

# 中式面点师

河南省劳动和社会保障厅 编



河南科学技术出版社

·郑州·

## 图书在版编目 (CIP) 数据

中式面点师/河南省劳动和社会保障厅编. —郑州: 河南科学技术出版社, 2008. 3

(农民工职业技能培训教材)

ISBN 978 - 7 - 5349 - 3901 - 3

I. 中… II. 河… III. 面点 - 制作 - 中国 - 技术培训 - 教材 IV. TS972. 116

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 022291 号

---

出版发行: 河南科学技术出版社

地址: 郑州市经五路 66 号 邮编: 450002

电话: (0371) 65737028 65788613

网址: [www.hnstp.cn](http://www.hnstp.cn)

责任编辑: 陈淑芹 刘 瑞

责任校对: 周立新 李 华

封面设计: 宋贺峰

版式设计: 栾亚平

印 刷: 河南新丰印刷有限公司

经 销: 全国新华书店

幅面尺寸: 185 mm × 260 mm 印张: 8.5 字数: 180 千字

版 次: 2008 年 3 月第 1 版 2008 年 3 月第 1 次印刷

定 价: 13.50 元

---

如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请与出版社联系。

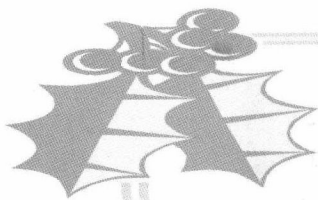
# 《农民工职业技能培训教材》

## 编委会名单

主 任	孔令晨				
副主任	王金法	贾军芳			
委 员	吕志华	白杨林	张志林	马玉敏	
	张水泉	张洪学	张青磊	王玉璋	

## 《中式面点师》编写人员名单

主 编 张 北 童金杞  
副 主 编 邵小英 程 远  
编写人员 李伟杰 刘 冰 胡宏波  
支联峰 陈丹丹 李小红  
史 钊



## 给读者的话

加强技能培训,提高农村劳动力素质,是促进农村劳动力转移就业的重要举措。近年来,河南省委、省政府高度重视农村劳动力培训及转移就业工作,连续三年将开展农村劳动力技能培训作为向全省人民承诺办好的十件实事之一,确定每年新增转移就业职业技能培训100万人。河南省是劳务输出大省,目前全省农村劳动力转移就业规模已达1900多万人,务工收入占到全省农民人均纯收入的50%以上,农村劳动力转移就业不仅对增加农民收入,而且对加快工业化、城镇化和河南省社会主义新农村建设具有十分重要的意义。

为适应各地对农民工开展技能培训的需要,促进短期培训规范发展,提高培训质量,我们组织编写了农民工职业技能培训教材。这套教材分批出版,第一批包括《服装设计与定制》、《电动缝纫工》、《中式烹调师》、《中式面点师》、《计算机操作员》、《计算机维修工》、《电子电器》、《电工电子应用技术》、《电焊工》、《汽车驾驶员》、《公共知识》等11种。在组织编写过程中,我们注重以相应职业(工种)的《国家职业标准》为依据,结合就业岗位的技能要求,力求使教材具有以下特点:

**实**——教材以实用为主,按照各类专业培训学时要求,把内容分为必须掌握及熟悉了解两部分,只讲述必要的知识和技能,避免多而全,强调有用和实用,力求把最有效的技能传授给学员,使其在获得知识、技能的同时,考取相应的初级职业资格证书。

**易**——教材内容通俗,图文并茂,以技能操作和技能培养为主线,通过实例,介绍各项操作技能,便于学员学习、理解和对照操作。

**短**——教材适合30~90天的短期培训,力求在较短的时间内,使学员掌握一种技能,实现技能就业。

**低**——教材从农民工培训工作的实际出发,采用低定价。

该套教材适合各级各类农民工职业培训机构、职业培训学校在开展农民工职业技能短期培训时使用。欢迎职业培训学校、培训机构和读者对教材中存在的不足之处提出宝贵意见和建议。

河南省劳动和社会保障厅

2007年11月

# 前言

为了贯彻《国务院关于解决农民工问题的若干意见》（国发〔2006〕5号），配合实施“农村劳动力技能就业计划”，解决目前农民工短期培训教材短缺、针对性不强和组织无序等问题，切实提高培训质量，有效增强农民工就业能力，在河南省劳动和社会保障厅组织下，我们编写了这本教材。

在编写本教材的过程中，我们充分考虑了教材使用对象的特点，不盲目追求理论性、系统性，按照中式面点师《初级职业技能鉴定规范》中职业功能模块的要求，并根据面点专业的特点，紧紧围绕职业技能培训目标，突出职业技能训练的指导思想，力求提高短期职业培训的实效性、科学性、先进性和前瞻性。

本教材以专业理论够用、突出操作技能和职业能力要求三方面的内容为重点。全书共分十章：面点概述、面点制作的基本原料、面点加工器具与设备、面团调制、馅料调制、面点的成形工艺、熟制工艺、面点与宴席的组合原则、面点成本及卫生与安全的面点示范教学实例。按3个月的培训时间，其中理论讲授占1/3课时、讲授加基本功训练占1/3课时、品种练习占1/3课时。此外，每章按要求对技能测试点均做了相应的提示，使学员在学习时重点突出、目标明确。并在章节的适当位置，安排了“想一想”、“一点就通”等特色栏目，丰富了教学形式，活跃了学习气氛。

由于编者水平有限，书中疏漏和不妥之处，敬请广大读者斧正，以便再版时补正。

编者

2008年1月

# 目 录



<b>第一章 面点概述</b> .....	(1)
<b>第一节 面点的含义与分类</b> .....	(1)
一、面点的含义 .....	(1)
二、面点制作的地位和作用 .....	(2)
三、面点的分类 .....	(2)
四、面点的特点 .....	(3)
<b>第二节 面点的风味流派和特色</b> .....	(4)
一、京式面点 .....	(5)
二、苏式面点 .....	(5)
三、广式面点 .....	(5)
四、川式面点 .....	(6)
五、晋式面点 .....	(6)
<b>第三节 面点的一般工艺流程</b> .....	(6)
一、面点制作的一般程序 .....	(6)
二、面点品种制作工艺流程 .....	(7)
<b>第四节 中国面点发展简史</b> .....	(7)
一、萌芽阶段 .....	(7)
二、形成阶段 .....	(7)
三、发展阶段 .....	(7)
四、成熟阶段 .....	(7)
五、繁荣阶段 .....	(8)
六、发展提高阶段 .....	(8)
<b>思考题</b> .....	(8)
<b>第二章 面点制作的基本原料</b> .....	(9)
<b>第一节 坯料原料</b> .....	(9)
一、小麦粉 .....	(9)
二、稻米粉 .....	(10)
三、杂粮及其他粉料 .....	(10)





第二节 制馅原料	(11)
一、肉类	(11)
二、蔬菜类	(12)
三、水产类	(12)
四、果仁、蜜饯和干果	(12)
第三节 水	(12)
一、水质对面点的影响	(12)
二、水在面点制作中的作用	(13)
第四节 调辅料	(13)
一、油脂	(13)
二、糖类	(15)
三、蛋品	(16)
四、乳品	(16)
五、食盐	(17)
第五节 食品添加剂	(17)
一、着色剂	(18)
二、膨松剂	(19)
三、甜味剂	(20)
四、食品香料	(20)
五、乳化剂	(21)
六、增稠剂	(21)
思考题	(21)
第三章 面点加工器具与设备	(23)
第一节 面点器具	(23)
一、案台	(23)
二、案台器具	(24)
三、灶台器具	(25)
第二节 面点机械与设备	(25)
一、原料处理设备	(25)
二、机械成形设备	(26)
三、加热熟制设备	(27)
四、制冷及恒温设备	(28)
五、包装与储藏设备	(28)
六、设备和工具的使用养护	(28)
思考题	(29)
第四章 面团调制	(30)
第一节 面团概述	(30)
一、面团分类及成团原理	(30)



二、	面团调制的基本方法	·····	(31)
三、	影响面团形成的因素	·····	(33)
第二节	各类面团的形成机制与特点	·····	(34)
一、	水调面团	·····	(34)
二、	膨松面团	·····	(37)
三、	油酥面团	·····	(46)
四、	米粉面团	·····	(51)
五、	杂粮与其他面团	·····	(56)
思考题	·····		(60)
第五章	馅心调制	·····	(61)
第一节	馅心制作的特点及作用	·····	(61)
一、	馅心制作的特点	·····	(61)
二、	馅心的作用	·····	(62)
三、	制馅的工艺要求	·····	(62)
第二节	咸馅制作工艺	·····	(62)
一、	素馅	·····	(63)
二、	荤馅	·····	(64)
三、	荤素馅	·····	(65)
四、	三鲜馅	·····	(66)
第三节	甜馅制作工艺	·····	(66)
一、	糖油馅	·····	(66)
二、	泥蓉馅	·····	(67)
三、	果仁蜜饯馅	·····	(68)
第四节	馅心的调香原理	·····	(68)
一、	馅心香气的形成	·····	(68)
二、	调香原理	·····	(69)
三、	保香方法	·····	(69)
第五节	包馅面点的皮馅比例与要求	·····	(70)
一、	轻馅品种	·····	(70)
二、	重馅品种	·····	(70)
三、	半皮半馅品种	·····	(70)
思考题	·····		(70)
第六章	面点的成形工艺	·····	(71)
第一节	成形前的基础操作技法	·····	(71)
一、	搓条	·····	(71)
二、	下剂	·····	(71)
三、	制皮	·····	(72)
四、	上馅	·····	(72)



第二节 手工成形法	(72)
一、抻	(72)
二、切	(73)
三、削	(73)
四、拨	(73)
五、摊	(73)
六、擀	(73)
七、叠	(73)
八、按	(73)
九、搓	(73)
十、卷	(74)
十一、包	(74)
十二、捏	(74)
第三节 器具成形法	(74)
一、模具成形法	(74)
二、钳花成形法	(74)
三、滚沾成形法	(74)
四、挤注成形法	(74)
思考题	(75)
第七章 熟制工艺	(76)
第一节 面点熟制作用与导热方法	(76)
一、面点熟制的作用	(76)
二、热量传递方式	(77)
三、不同传热介质的物理性能	(77)
第二节 煮、蒸熟制技术	(78)
一、煮制工艺	(79)
二、蒸制工艺	(80)
第三节 炸、煎熟制技术	(83)
一、炸制工艺	(83)
二、煎制工艺	(85)
第四节 烤制熟制技术	(87)
一、烤制的成熟原理	(87)
二、烤制过程中发生的变化	(87)
三、烤制法的技术要点	(89)
四、烤制的操作方法	(90)
第五节 烙、微波熟制工艺	(90)
一、烙制工艺	(90)
二、微波加热工艺	(91)



思考题 .....	(93)
<b>第八章 面点与宴席的组合原则</b> .....	(95)
<b>第一节 中华民族饮食文化概要</b> .....	(95)
一、饮食习俗 .....	(95)
二、宗教信仰与饮食 .....	(96)
三、节日面食 .....	(97)
<b>第二节 宴席面点配置</b> .....	(97)
一、面点在宴席中的地位 .....	(97)
二、宴席面点的配备原则 .....	(97)
三、宴席面点配备实例 .....	(99)
<b>第三节 面点的组合与配套</b> .....	(100)
一、避雷同 .....	(100)
二、多样化 .....	(100)
三、能呼应 .....	(100)
四、成格局 .....	(100)
思考题 .....	(101)
<b>第九章 面点成本及卫生与安全</b> .....	(102)
<b>第一节 面点成本的核算</b> .....	(102)
一、成本的概念 .....	(102)
二、成本核算的概念 .....	(102)
三、面点成本的构成 .....	(102)
四、原料的单位成本、单价和总成本 .....	(102)
五、出成率 .....	(103)
六、净料成本核算 .....	(103)
七、单一面点的成本核算 .....	(105)
<b>第二节 食品卫生知识</b> .....	(106)
一、卫生法律知识 .....	(106)
二、食具卫生要求 .....	(107)
三、个人卫生要求 .....	(108)
<b>第三节 食品生产安全管理</b> .....	(108)
一、坚持食品加工、销售饮食企业卫生“五四”制 .....	(108)
二、建立健全各项生产管理制度 .....	(109)
三、易燃易爆品的使用与安全 .....	(109)
思考题 .....	(109)
<b>第十章 面点示范教学实例</b> .....	(110)
一、水调面团运用实例 .....	(110)
二、膨松面团运用实例 .....	(114)



三、油酥面团运用实例 .....	(119)
四、米粉面团运用实例 .....	(121)
五、其他类面团运用实例 .....	(122)
<b>主要参考文献</b> .....	<b>(124)</b>

# 第一章 面点概述

## 技能鉴定要点

1. 面点的含义。
2. 中国面点发展状况。
3. 面点的分类方法。
4. 不同风味流派和特色。
5. 面点的特点。
6. 面点的工艺流程。

民以食为天。社会生产力的发展，伴随着人民群众对物质文明和精神文明需求的不断提高，这就给烹饪科学的进步提供了基础与动力，使面点逐步向新的领域，更高的层次前进。面点是我国人民膳食结构的主要成分，其制作技术有着悠久的历史渊源。经过数千年的发展变化，我国面点的制作形成了一门具有严谨的选料规范、复杂的操作程序、科学的成品配方为基础的工艺科学。

中国自古饮食有主食和副食的区别，主食以粮食为主要原料，副食以禽畜果蔬为主要原料。主食是中国人营养素的主要来源，日常消费量也明显高于副食；从烹饪技术的变化来看，主食制作，因其所用原料主要是白色的面粉和米粉，故行业中俗称“白案”或“面案”，而副食称作“红案”或“菜案”。随着社会的发展，将白案技术定名为面点技术，红案技术定名为烹调技术。这个变化是中国烹饪技术走向科学化、规范化的开始，既继承了中华饮食技术的传统，又与时俱进地与近代食品工程科学联姻。许多方便食品、速冻食品和中式快餐，便是从这个演变过程中得以快速发展，使得白案和红案技术的分和合一切都按市场经济的规律演变。因此，对面点制作技术理论的学习和研究，将对继承我国传统的烹饪文化，适应人民群众日益增长的物质生活需要，提高面点的制作水平都有重要的作用和深远的意义。

## 第一节 面点的含义与分类

### 一、面点的含义

“面点”是“面食”和“点心”的合称，是指以面粉、米粉和杂粮粉等淀粉原料



为主料，以油、糖、蛋、乳等为调辅料，以蔬菜、肉品、水产品、果品等为馅料，经过调制面团、制馅（有的无馅）成型和熟制工艺，制成的具有一定色、香、味、形、质的各种主食、小吃和点心。就其作用而言，面点既是人们日常生活中不可缺少的主要食品，又是人们调剂口味的补充食品。

从面点的含义中我们可以了解到，其中包含了四层意思，即正餐中的主食、地方特色风味小吃、精美小巧的点和休闲食品。

## 二、面点制作的地位和作用

面点制作技术在烹饪科学中占有重要地位。因为我国目前膳食结构中的主要成分仍旧是以面食面点为主，从营养学与食疗卫生的角度来看，蛋白质、脂肪、糖类是人体所必需的营养物质，植物性的仍大大优越于动物性的，而且对人体无副作用，各种食疗品种也以面食面点为好。如果从制成品的色、香、味、形等质量因素来看，面点工艺制品的花色及可食性和艺术性都是别具一格的，而且具有食用方便、易于携带的特点，并可单独进行经营。所以说，面点制作技术在烹饪科学中占有重要的地位，它和烹调技术既相对独立又结成一体，红花绿叶、珠联璧合，使中国烹饪成为人类文明、世界文化的重要组成部分。因此，必须充分认识面点制作技术的地位，认真学习和研究，并进一步发展和完善这门学科。

面点制作工艺是一门年轻的、发展中的学科。由于历史的原因，有着悠久历史的面点制作技术长期没有得到理论上的总结和提高，而仅停留在实用技术的阶段上，以至于在很多方面长期存在着只知其然，而不知其所以然的问题，给面点技术的发展带来很大影响。因此，面点制作技术的任务，就是要在继承传统制作工艺的同时，研究和总结面点制作的原理及规律。进一步提高和发展面点制作技术，并把现代科学理论与新技术引进应用到面点制作技术中来，从而创制出更多的色、香、味、形俱佳，并保持合理营养成分的各种面食和面点。

## 三、面点的分类

面点品种因地区差异较大，品种繁多，花色复杂，因此分类方法较多，归纳起来主要有以下几种：

### （一）按原料类别分类

按面点所采用的主要原料来分类，一般可分为麦类面粉制品，如包子、馒头、饺子、油条、面包等；米类及米粉制品，如八宝饭、汤圆、年糕、松糕等；豆类及豆粉制品，如绿豆糕、豌豆黄等；杂粮和淀粉类制品，如小窝头、黄米炸糕、玉米煎饼、马蹄糕晶饼等；其他原料制品，如荔芋角、薯蓉饼、南瓜饼等。由于制作面点的原料十分广泛，原辅料相互配用，所以按原料类别分类有一定的局限性。

### （二）按面团性质分类

按面点所采用的面团性质来分类，一般可分为水调面团（冷水面团、温水面团、开水面团）、膨松面团（生物膨松面团、化学膨松面团、物理膨松面团）、油酥面团（层酥面团、混酥面团）、米粉面团（糕类粉团、团类粉团）和其他面团。这种分类法



对学习和研究面点坯形成原理很有帮助，在教学上常用此分类法。

### （三）按成熟方法分类

按面点所采用的成熟方法来分类，一般可分为煮、蒸、煎、炸、烤、烙等。这种分类方法常用于教学及面点实例的归类，与面团性质的分类结合，能较系统地对面点进行分类。

### （四）按形态分类

这种分类是按照人们常见的各种面点的基本形状进行划分，也可称为商品分类法。一般可分为糕、饼、团、酥、包、饺、粽、粉、面、粥、烧卖、馄饨等。

### （五）按口味分类

按口味一般可将面点分为甜味、咸味、复合味三种。这种分类方法对宴席面点、茶点的配置具有重要意义。

## 四、面点的特点

### （一）选料精细，花样繁多

由于我国幅员辽阔，物产丰富，这就为面点制作提供了丰富的原料，再加上人口众多、各地气候条件不一，人们生活差异也很大，因而决定了面点的选料方向是：

1. 按原料品种、加工处理方法选择：如：制作兰州拉面、郑州烩面宜选用高筋面粉，制作汤圆宜选用质地细腻的水磨糯米粉。只有将原料选择好了才能制作出高质量的面点。

2. 按原料产地、部位选择：如：制作蜂巢荔芋角宜选用质地松粉的广西荔浦芋头；制作鲜肉馅时宜选用猪的前胛肉，这样既能保证馅心肥瘦比例适当、又能保证馅心吃水量较多。

3. 按品质及卫生要求选择：选择品质优良的原料，既可保证制品的质量又可注意卫生，防止一些传染病和食物中毒。如：米类应选用粒形均匀、整齐、具有新鲜米味、光泽等优质米产品，不选用生虫、夹杂物含量较多、失去新鲜米味的劣质品；干果宜用肉厚、体干、质净、有光泽的产品。

面点花样繁多，具体表现在下列方面：

1. 因不同馅心而形成品种多样化：如：包子有鲜肉包、菜肉包、叉烧包、豆沙包、水晶包，水饺有三鲜水饺、高汤水饺、猪肉水饺、鱼肉水饺等。

2. 因不同用料而形成品种多样化：如：麦类制品中有面条、蒸饺、锅贴、馒头、花卷、银丝卷等，米粉制品中的糕类粉团有凉糕、年糕、发糕、炸糕等品种。

3. 因不同成形方法而形成品种多样化：如：不同包法可形成小花包、烧卖、粽子等，不同捏法可形成鸳鸯饺、四喜饺、蝴蝶饺等，不同抻法可形成龙须面、空心面等。

### （二）讲究馅心，注重口味

馅心的好坏对制品的色、香、味、形、质有很大的影响。面点馅心具体体现在以下几个方面：

1. 馅心用料广泛：这是中点和西点在馅心上的最大区别之一。西点馅心原料主要用果酱、奶油、牛奶、巧克力等，而中点馅心的取料非常广泛，禽肉、鱼、虾、杂粮、





蔬菜、水果、蜜饯等都能用于制馅，这就为种类繁多、各具特色的馅心提供了原料基础。

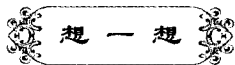
2. 精选用料，精心制作：馅心的原料选择非常讲究，所用的主料、配料一般都应选择最好的部位和品质。制作时，注意调味、成形、成熟的要求，考虑成品在色、香、味、形、质各方面的配合。如：制作鸡肉馅选鸡脯肉，制作虾仁馅选对虾；根据成形和成熟的要求常将原料加工成丁、粒、蓉等形状，以利于包捏成形和成熟。

3. 为了适应不同面点制品的特色要求，在馅心调制上多采用主菜馅调制、生肉馅调制、生菜肉搭配调制、熟菜馅、熟肉馅、熟菜肉搭配调制等方法。特别是在生肉馅的调制上，为达到使其肉嫩、鲜香、多卤的目的，南方面点的生肉馅采用掺入皮冻的方法、北方面点生肉馅多用水打馅。

面点注重口味，则源于各地不同的饮食生活习惯。在口味上，我国自古就有南甜、北咸、东辣、西酸之说。因而在面点馅心上体现出来的地方风味特色就显得特别浓郁。如：广式面点的馅心多具有口味清淡、鲜嫩滑爽等特点，京式面点的馅心注重咸鲜浓厚，苏式面点的馅心则讲求口味浓醇、卤多味美。在这方面，广式的蚝油叉烧包、京式的天津狗不理包子、苏式的淮安汤包等驰名中外的中华名点均是以特色馅心而著称的。

### （三）成形技法多样，造型美观

面点成形是面点制作中一项技术要求高、艺术性强的重要工序，归纳起来大致有18种成形技法，即包、捏、卷、按、擀、叠、切、摊、剪、搓、抻、削、拨、钳花、滚沾、镶嵌、模具、挤注等。通过各种技法，又可形成各种各样的形态。通过形态的变化，不仅丰富了面点的花色品种，而且还使得面点千姿百态，造型美观逼真。如：包中有形似蝴蝶的馄饨、形似石榴的烧卖等，卷可形成秋叶形、蝴蝶形、菊花形等造型。又如：苏州的船点就是通过多种成形技法再加上色彩的配置，捏塑成南瓜、桃子、枇杷、西瓜、菱角、兔、猪、青蛙、天鹅、孔雀等象形物，色彩鲜艳、形态逼真、栩栩如生。



1. 中式面点还有其他分类方法吗？
2. 中式面点还有其他特点吗？

## 第二节 面点的风味流派和特色

中式面点制作技术经过长期的发展，经过历代面点师的不断总结、实践和广泛交流，已创造出许多口味醇美、工艺精湛、色形俱佳的面点制品，在国内外享有很高的声誉。我国幅员辽阔、资源丰富，加上受各地气候、地理环境、物产、民俗习惯、人文特点等诸方面因素的影响，面点制品不仅繁多，而且其有浓郁的民族风格和地方特色。面点制品在选料、口味、制作工艺上大体形成了京式、苏式、广式、川式、晋式等地方风味流派。