



中等职业教育**中餐烹饪与营养膳食**专业系列教材

# 广东点心

GUANGDONG DIANXIN

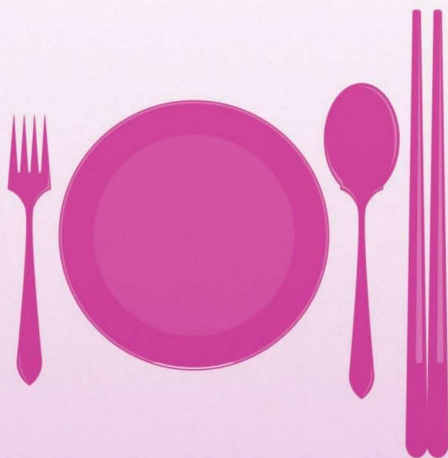
主 编 李永军



重庆大学出版社

<http://www.cqp.com.cn>

中等职业教育 **中餐烹饪与营养膳食** 专业系列教材



# 广东点心

主 编 李永军

重庆大学 出版社

## 内容提要

本书分为14个项目,每一个项目均包含若干个任务,每一个任务都以图解的方式较为详细地展示了广东点心的制作过程,并且项目所包含的内容基本涵盖广东点心常见的品种。

本书先从认识广东点心入手,使读者先了解广东点心的饮食文化及广东点心的分类常识,然后以图片展示的方式让读者认识广东点心的原辅材料,再以图解的方式让读者一步一步地学习广东点心的基本技法、基本手法及发酵类品种、糕品类及米粉类品种、澄面皮类品种、油酥类品种、烧卖类品种、春卷皮品种、广式月饼及其他类品种的制作过程,最后让读者学习广东点心从业者必备的职业素养。

本书作为中职学校烹饪类专业的学生教材,同时也是广东点心制作人员的培训用书。

### 图书在版编目(CIP)数据

广东点心 / 李永军主编. — 重庆: 重庆大学出版社, 2014.2

中等职业教育中餐烹饪与营养膳食专业系列教材  
ISBN 978-7-5624-7855-3

I. ①广… II. ①李… III. ①糕点—制作—广东省—中等专业学校—教材 IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第293527号

中等职业教育中餐烹饪与营养膳食专业系列教材

### 广东点心

主 编 李永军

策划编辑: 沈 静

责任编辑: 沈 静 版式设计: 程 晨

责任校对: 谢 芳 责任印制: 赵 晟

\*

重庆大学出版社出版发行

出版人: 邓晓益

社址: 重庆市沙坪坝区大学城西路21号

邮编: 401331

电话: (023) 88617190 88617185 (中小学)

传真: (023) 88617186 88617166

网址: <http://www.cqup.com.cn>

邮箱: [fxk@cqup.com.cn](mailto:fxk@cqup.com.cn) (营销中心)

全国新华书店经销

重庆升光电力印务有限公司印刷

\*

开本: 720×970 1/16 印张: 14.75 字数: 241千

2014年2月第1版 2014年2月第1次印刷

印数: 1—3 000

ISBN 978-7-5624-7855-3 定价: 45.00元

---

本书如有印刷、装订等质量问题,本社负责调换

版权所有,请勿擅自翻印和用本书  
制作各类出版物及配套用书,违者必究

# 前 言

近几年来，在广东乃至全国各中职学校及培训机构使用的广东点心制作教材虽然很多，但多数以文字性描述为主，学生难以理解和掌握。另一方面，对于广东点心的饮食文化而言，现在年轻一代几乎很少有人能全面地了解和掌握，致使传统的广东点心慢慢被淡化。同时，在广东点心制作基础理论方面的内容和基本功操作方面的内容也较为欠缺。特别是对广东点心初学者来讲，图文并茂的一本教材，将会帮助他们更快、更好地学会广东点心的制作，而目前学校及市场均缺乏有关广东点心制作的、图文并茂并融饮食文化于一体的教材及参考书籍。

正是在这种形势下，编者与重庆大学出版社共同策划了《广东点心》这本教材的编写，以解决目前学校和市场的需求，并为广东点心的传承与发扬贡献一点微薄的力量。

《广东点心》一书从广东点心制作的饮食文化、基本理论知识到广东点心品种制作等方面入手，结合编者近20年从事广东点心课程教学及实践的经验，基于广东餐饮市场的实际工作任务，分析出若干个类别及项目。除了原材料以图片形式展示外，还对广东点心制作过程中的基本手法及基本技法、每一款品种等均以图解制作的形式详细展示给读者，读者依据图解过程会很快地掌握每一款品种的制作。

《广东点心》一书在编写过程中，参考并引用了一些书籍及学术期刊的内容，在此向有关作者致以衷心的感谢！由于编者水平有限，难免会出现一些不足或疏漏的地方，恳请读者提出并批评指正，以便于我们继续完善。

本书在编写过程中，还得到了广州市旅游商务职业学校蔡树容老师、舒季春女士及陈小艺、何敏华、甄家敏、陈俊文等面点班学生们的大力帮助，在此也向他们表示衷心的感谢！

李永军

2013年11月

# Contents

## 目 录

### 项目1 认识广东点心

任务1 广东点心的饮食文化	1
任务2 广东点心的特点及发展趋势	4

### 项目2 广东点心基本原料知识

任务1 认识米、面粉类	7
任务2 认识蛋、糖、油乳类	17
任务3 认识肉类、水产类	26
任务4 认识海味、干货、鲜干蔬果类	31
任务5 认识常用化学原料与酵母	37

### 项目3 认识广东点心生产的设备与工具

任务1 广东点心生产的设备与工具介绍	44
任务2 主要机械设备的安全操作规程	54
任务3 主要机械设备的维护与保养	57

### 项目4 广东点心的熟制方法与疏松原理

任务1 广东点心的熟制方法	59
任务2 广东点心的三大疏松原理	61

### 项目5 广东点心制作基本功知识

任务1 广东点心常用的基本手法	66
任务2 广东点心制作的基本技法	69

## 项目6 发酵类品种制作技术

任务1 依仕皮品种及其创新	77
任务2 发面皮品种及其创新	90
任务3 广式餐包皮品种及其创新	96

## 项目7 糕点及米粉类品种制作技术

任务1 马蹄糕及其创新	103
任务2 粘米粉类品种制作技术	111
任务3 糯米粉类品种制作技术	120

## 项目8 澄面皮类品种制作技术

任务1 虾饺皮品种及其创新	127
任务2 粉果皮品种及其创新	135
任务3 晶饼皮品种及其创新	142

## 项目9 油酥类品种制作技术

任务1 层酥类品种及其创新	148
任务2 混酥类品种及其创新	169

## 项目10 烧卖类品种制作技术

任务1 广东名点烧卖的制作	173
任务2 其他烧卖的制作	179

## 项目11 春卷皮品种及其创新

任务1 春卷皮	187
任务2 春卷皮品种及其创新	188

## 项目12 广式月饼

任务1 广式月饼糖浆皮	194
任务2 广式月饼及其创新品种的制作	195

### 项目13 其他类品种制作技术

任务1 植物皮类品种的制作技术 .....	201
任务2 广式煎饺 .....	206
任务3 笑口枣 .....	208
任务4 冰花鸡蛋球 .....	211
任务5 广式炸油条 .....	213
任务6 瑞士鸡蛋卷 .....	215

### 项目14 广东点心从业者必备职业素养

任务1 广东点心从业者必备的职业道德与卫生常识 .....	218
任务2 广东点心从业者必备的安全常识 .....	220

参考文献 .....	225
------------	-----

# 认识广东点心

## 任务1 广东点心的饮食文化

### 1.1.1 广东的早茶文化

广东早茶，就是广东人所说的上茶楼饮茶，而广东的茶楼不同于一般茶楼，纯粹喝茶。广东早茶非常丰富。茶，只是个借口，更广泛的是品种多样的广东点心、菜肴粥品。说起广东早茶的来源，要追溯到咸丰和同治年间。当时广州有一种名为“一厘馆”的馆子，门口挂着写有“茶话”二字的木牌，供应茶水糕点，设施简陋，仅以几张木桌、木凳迎客，供路人歇脚谈话。后来出现了茶居，规模渐大，变成茶楼，此后广东人上茶楼喝早茶蔚然成风。

在广东人的眼里，“吃”早茶不是消耗时间，而是被视为一种交际和业余消遣时间的方式。喝茶、吃点心、看报、会友、聊天、想心事、谈生意，既填饱了肚子，又联络了感情，还交流了信息。在广东，“吃”早茶就是吃时间的滋味，时间也会因此而变得有滋有味，呈现出生命的趣味与丰富。也正是因为这样，广东人把饮茶又称为“叹



图 1.1



茶”。“叹”是广州的俗语，意思是“享受”。

## 1.1.2 广东点心的起源与发展

### 1) 广东点心的起源

广东点心又称广式点心，是以岭南小吃为基础，广泛汲取北方各地，包括六大古都的宫廷面点和西式糕饼技艺发展而成，品种多达4 000多款，是全国点心种类之冠。具有用料精博、喜用海鲜、品种繁多、款式新颖、口味



图1.2

清新多样、制作精细、咸甜兼备等特点。各款都讲究色泽和谐、造型各异、相映成趣，能适应四季节令和各方人士的需求。

广东点心最早是以民间食品为主。广东地处我国东南沿海，气候温和，雨量充足，物产丰富，盛产大米，因此当时的民间食品一般都

是米制品，如伦教糕、萝卜糕、糯米年糕、油炸糖环等。正是在这些民间小吃的基础上，经过历代的演变和发展，而逐步形成了今日的局面。

广东具有悠久的历史。早在秦汉时期，番禺（今为广州市的一个区）就成了南海郡治，经济繁荣，市场贸易增加，饮食业相应地发展。民间食品为顺应需要也就相应地发展起来。明末清初，屈大均的《广东新语》描述民间饮食习俗的一节中就记载：“平常则作粉果，以白米浸至半月，入白粳饭其中，乃舂为粉，以猪油润之，鲜明而薄以为外，茶藤露、竹脂（笋）、肉粒、鹅膏满其中以为内，名曰粉角。”这就是广东著名的美点——娥姐粉果。又如其记载的：“广州之俗，岁终，以烈火爆开糯谷，名曰炮谷，以为煎堆心馅。煎堆者，以糯粉为大小圆，入油煎之。”主要是说广东的著名小吃——煎堆。如今煎堆经过演变，品种已多样化，其皮有软、有硬、有脆，其馅有炮谷、豆沙、椰丝等。

### 2) 广东点心的发展

广东点心在发展方面经历了以下时期：自秦始皇南定百越，建立“驰

道”，广东与中原的联系开始加强。汉代南越王赵佗，五代时南汉主刘龚归汉后，北方各地饮食文化与岭南交往频繁。北方的饮食文化对广州点心产生了较大影响，如增加了面粉制品，出现了酥饼一类食品。1758年（乾隆二十三年），《广州府志》就记载有沙壅、白饼、黄饼、鸡春饼等。



图1.3

西晋末年至唐宋末年，中原几经战乱，大批汉人南迁到广东各县（本地称为“客家”），其食品仍保留中原一带的风貌。如“客家人”保留着北方的食俗风尚，喜欢吃饺子，但是广东地区主产稻米而不种植小麦，古时交通和商品流通又不发达。因此，“客家”人便利用当地原料，创制出“米粉饺”等。这些饺子具有北方饺子的基本风采，又别有风味。

在唐代，广州已成为著名的港口，外贸发达，商业繁荣，与海外各国经济文化交往密切。19世纪中期，英国发动了鸦片战争，国门大开，欧美各国的传教士和商人纷至沓来，广州街头万商云集、市肆兴隆。广州较早地从国外传入了各式西点的制作技术，广州的点心大师们汲取了西点的制作技术精华，丰富了广式点心。如广州著名的酥点之一擘酥类，就是汲取西点技术而形成的。擘酥是汲取西点清酥面而成，清酥面是采用面粉和白塔油和成油面，经过冰箱冷冻，而擘酥则是采用面粉和凝结猪油，经过冷冻，即用料中式化，制作上仍属西点。

清代以后，广州对外贸易的地位突出，来自北方各地的商旅不断增加，适合北方饮食习惯的面食点心随之兴起。萨其马、灌汤包、千层饼、烧卖、馄饨、面条、包子、馒头等相继出现在广州食肆，并经过广州而传至广东各地。

到了20世纪20—30年代，广东点心业发展迎来了兴旺时期，当时创制的点心名品笋尖鲜虾饺、甫鱼干蒸烧卖、蜜汁叉烧包、掰酥鸡蛋挞等自产生以来历久不衰。到20世纪80年代，广式点心在岭南民间食品的基础上，结合北方面食的特点，汲取西点所长，并加以改良创新，形成了精美雅致、款式常



图 1.4

新、荤素相宜、酸甜苦辣咸五味俱全的广东特色点心。

目前，广东的点心师们凭着高超的技艺，利用不同的皮、馅，千变万化的组合和造型，制成各种各样的花式美点。在各类广东点心中，代表名品有：鲜虾荷叶饭、绿茵白兔饺、香煎萝卜糕、皮蛋酥、榴莲酥、南瓜酥、冰肉千层酥、酥皮莲茸包、刺猬包、粉果、干蒸蟹黄烧卖、及第粥等。富有地方特

色的点心小吃有：虾饺、干蒸烧卖、娥姐粉果、马蹄糕、叉烧包、蟹黄饺、蟹黄包、糯米鸡、各类肠粉、蜂巢香芋饺、鸡仔饼、家乡咸水角、大良双皮奶、姜撞奶、白糖伦教糕等。在饼食中，以广式月饼最为有名。月饼的制作有其独到之处，选料广泛，加工精细，皮薄馅精。不仅在国内市场上十分畅销，而且远销港澳地区和海外，如莲茸月饼、椰茸月饼等。此外，还有老婆饼、成珠小凤饼等。

## 任务2 广东点心的特点及发展趋势

### 1.2.1 广东点心的特点

#### 1) 选料考究，喜用海鲜，重糖重油，品种丰富

广东点心根据皮、馅和制作技艺的不同，品种齐全，种类繁多。广东小吃历史悠久，光是小店经营的米面制品小吃，就有300多种。广东地域广阔，有山区，有平川，有海岛，有内陆，群众的生活习惯又各不相同，故取材于当地，小吃也各具特色，品种丰富。如潮州地区小吃以海产品、甜食著称。广东点心多数品种较甜，用油量较多，即使咸点的皮坯中也带有一定甜味，这与南方的饮食习惯有关。

#### 2) 季节性强

广东点心的品种依据一年春、夏、秋、冬不同季节的变化而变化。一般夏季宜清淡，春季浓淡相宜，冬季宜浓郁。这使广东点心品种繁多，形态、

花色突出。如春季供应人们喜爱的浓淡相宜的礼云子粉果、银芽煎薄饼、玫瑰云霄果等；夏季应市的是生磨马蹄糕、西瓜汁凉糕等；秋季是蟹黄灌汤饺、荔浦秋芋角等；冬季则主供滋补御寒点心，如腊肠糯米鸡等。

### 3) 成品制作严格，皮薄馅厚，花纹清晰

广东点心注重馅料丰满，清香油润，荤素齐备。要求皮薄馅厚，皮馅丰满相贴，饼身边角分明，花纹清晰，成品精小雅致，规格完整。

### 4) 中西结合，博采众长

广东地处沿海，毗邻港澳，较多地受到西方饮食文化的影响。广东点心在继承传统制作工艺的基础上，汲取了西点的特长，其品种新颖，工艺独特，如拿破仑酥、奶油蛋糕、布丁蛋糕等。

## 1.2.2 广东点心的发展趋势

### 1) 向着低能量、药膳点心方向发展

随着社会的发展，物质文明的发达，人类在享受物质生活的同时，肥胖症、高血脂、糖尿病、冠心病、恶性肿瘤等现代“文明病”的发病率却在不断升高，致使人们越来越重视自己的身体健康，越来越注重营养保健。而广东点心很多品种存在着重糖、重油的特点，对其进一步发展具有较大的制约作用。广东点心重糖、重油的特点不仅体现在煎、炸、烤等烹制技法上，而且还体现在用料上。广东点心坯皮和馅料中用糖、用油的数量也较大。如广东点心中的叉烧包、酥皮莲茸包、千层酥、广式月饼、老婆饼、白糖伦教糕等富有地方特色的点心均配有很重比例的油与糖。因此，广东点心要想适应社会的发展需求，必定会向着低脂、低糖、药膳等方向发展。

### 2) 新资源点心品种将会越来越多

广东地处岭南，濒临南海，雨量充沛，四季常青，物产丰富。因此，充分利用各种珍奇原料丰富广东点心品种数量，对广东点心的发展具有重要意义。如广东饮食中喜用药食兼用原材料，如党参、黄芪、沙葛、白芷、海马、冬虫夏草等皆为制作菜肴常用原料，但在点心制作中用量极少，这也是今后新资源开发利用的方向之一。又如广东人饮茶吃点心，闻名世界。茶点心与名茶相配进食品饮由来已久。古人饮茶，已有“茶食”“茶果”之说，“食”和“果”指的都是点心。所以，用茶作为点心配料制作出茶叶点心，使点心透着茶香，与名茶相配，相得益彰，值得在广东点心中推广。又如，

广东热带水果较多，奇瓜异果品质优良，产品新鲜，皆是制作点心的上好原料，如芒果、榴莲、龙眼、荔枝、椰子等。用水果制作广式面点，一般是在糕点中，如蛋糕的表面起装饰作用。而利用水果作为面点配料，或者直接用水果汁调制面团制作面点则相对缺失。水果与人体健康的关系，除了对营养膳食起辅助作用，使其营养成分更加完善、合理，从而提高食物的生理价值外，还具有独特的祛疾治病的功效。因此，充分应用这些水果类原料，结合科学的熟制工艺，必定能丰富广东点心的品种，同时也能提高广东点心的食用情趣和营养价值，增强食欲。

### 3) 宴席点心的发展将会越来越好

广东宴席中以蒸、炒、煎、焖制作的热菜为主，比例达到95%以上，而目前点心在宴席中所占的结构比例还是比较小的。随着人们对点心喜爱程度越来越高，纯点心宴席也逐渐被人们接受。因此，点心在广东宴席中具有很大的发展空间。所以，在点心的制作品种上，通过增加原料的品种，完善营养配比，使广东点心更加合理化地向着宴席式的结构方向发展，是提高广东点心地位的重要思路。

### 4) 向着机械化、工业化和标准化发展

目前，广东点心的制作基本还停留在手工制作上，而随着人们生活节奏的不断加快，随着劳动力成本的不断上升，方便食品、速冻食品必然成为新的需求亮点。点心的制作如果单纯用目前的手工化操作，将远远不能适应今后的发展需求，必须改用机械化、自动化的生产方式，并且要批量化生产，才能适应时代发展的需求。

# 广东点心基本原料知识

## 任务1 认识米、面粉类

### 2.1.1 认识米类

制作广东点心常用的大米一般分为籼米、粳米和糯米3类。

#### 1) 籼米

籼米（如图2.1）是中国出产最多的一种稻米，米粒一般呈长椭圆形或细长形。透明度较差，腹白度较大，易碎，胀性大，黏性弱。籼米又分为早籼米、晚籼米，一般早籼米腹白较大，硬质颗粒少，而晚籼米腹白较小，硬质较多。晚籼米蒸煮米制品，其产品品质优于早籼米，煮熟的米饭黏性和适口性好，米汤固形物多，出饭率低。



图2.1 籼米

粳米支链淀粉的含量为30%左右。粳米的特点是：米质较疏松、硬度适中、黏性小、胀性大，主要用来制作干饭、稀粥以及发酵型的面点，如发糕、蜂糕等。

## 2) 粳米

粳米是指非糯性粳米稻米。粳米（如图2.2）米粒呈椭圆形，粒短、宽而厚，不易碎、胀性小、黏性较强，透明度好，腹白小。粳米也分为早粳米、晚粳米，早粳米腹白度大，硬质颗粒较少，而晚粳米腹白小，则硬质颗粒较多。粳米淀粉糊化度较低，蒸煮时间短，柔软，有光泽，适口性好，米汤中固形物多，出饭率低。



图2.2 粳米

粳米支链淀粉的含量为80%左右。粳米的特点是：米质较坚实、硬度高，其黏性和胀性介于籼米和糯米之间，出饭率比籼米低，在点心制作中多用于调节产品的黏韧性，在广东粥品及肠粉制品中经常用到。

## 3) 糯米

糯米（如图2.3）也称江米、酒米。按其米粒形状又分为籼糯米、粳糯米两种。籼糯米米粒一般呈长椭圆形或细长形，乳白色，不透明（也有呈半透明的，俗称阳糯），粒性大。粳糯米的米粒较短，乳白色，不透明（也有呈半透明的，俗称阴糯），粒性大。用糯米做出来的米饭黏性很强，口感细嫩，外观富有光泽，不易回生。糯米出饭率比其他米低。



图2.3 糯米

糯米的特点是：米质均匀、硬度低、黏性大、胀性小。其面点制品具有软、糯、黏、韧的特点，如糯米鸡、粽子、糯米卷等。

#### 4) 大米的品质鉴别

##### (1) 优质的大米

优质的大米其米粒大小均匀，坚实丰满，粒面光滑、完整，很少有碎米、爆腰、腹白（是稻谷未成熟，淀粉排列疏松，糊精较多而缺乏蛋白质），且无虫，不含杂质，色泽呈清白色或精白色，具有光泽，呈半透明状，具有正常的香气味，无其他异味，熟后味佳，微甜，无任何异味。

##### (2) 次质的大米

次质的大米其米粒大小不均，饱满程度差，碎米较多，有爆腰和腹白粒，粒面发毛、生虫、有杂质，色泽呈白色或微淡黄色，透明度差或不透明，微有异味，熟后乏味或微有异味。

##### (3) 劣质的大米

劣质的大米有结块、发霉现象，表面可见霉菌丝，组织疏松，霉变的米粒色泽差，表面呈绿色、黄色、灰褐色、黑色等，闻之有霉变气味、酸臭味、腐败味及其他异味，熟后有酸味、苦味及其他不良的气味。

## 2.1.2 面粉

面粉又称小麦粉，是由小麦加工而成的。它是广东点心制作中应用最多的一种原材料，在现代点心操作中，无论是大众化点心或是糕点、酥点等均需要用面粉来进行制作，所以每天的用量很大。那么，为什么其他粉类没有面粉这么重要呢？关键在于面粉有着与其他粉类不同的特有的性质有关，所以，在此重点讲述面粉的知识。



图2.4

#### 1) 广东点心选用面粉的原则

我国现行的面粉等级质量标准（GB 1355—1986）规定，面粉按加工精度的不同可分为四等，即特制一等粉、特制二等粉、标准粉、普通粉。近年来，由于国外技术的引进和我国食品业的进一步发展，面粉的分类越来越细。根据现代人制作点心的需要，目前市场上出现了许多特制的面粉，如面包专用粉、馒头专用粉、糕点专用粉、饺子专用粉、全麦粉、各种预拌粉



(如燕麦预拌粉、玉米预拌粉、高粱预拌粉等)等。在中式面点制作中,除了可以根据所做的产品类别有需要地对以上面粉进行选择外,还可以选择目前面点行业内按面粉中蛋白质含量(即所含湿面筋数量)的不同而分的高筋面粉、中筋面粉、低筋面粉等。

## 2) 面筋

从化学角度来讲,面筋是面粉中的蛋白质吸水形成的。面粉中的蛋白质主要是由麦胶蛋白和麦谷蛋白组成,麦胶蛋白和麦谷蛋白这两种蛋白质占面粉蛋白质总量的80%以上,并且能与水结合形成面筋。从物理学的角度来讲,面筋就是将面粉加水调制成面团后,用水冲洗并过滤,最后剩下的一团微黑色的胶状物质就是湿面筋(如图2.5)。

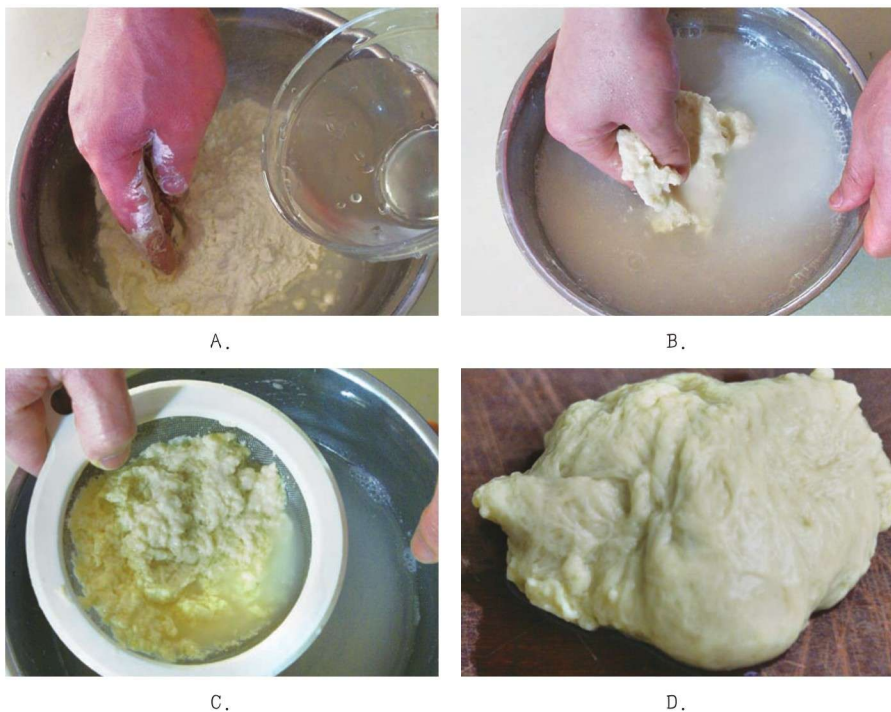


图2.5 手洗湿面筋

区别高、中、低筋面粉较为正确的方法就是通过手洗面筋法测定,具体的操作方法如下:取500克面粉加入250克水调制成面团,用水冲洗并过滤,洗出湿面筋,将湿面筋用干布吸干水分,称出重量,再以此重量除以面粉的重量就是此面粉湿面筋的含量。如500克面粉洗出湿面筋重量为190克,则此