

SHIPIN PEIFANG YU ZHIZUO CONGSHU

豆类(油料) 糕点 小食品 750 例

食品配方与制作丛书

刘树栋等 编



科学技术文献出版社

食品配方与制作丛书

豆类(油料)糕点 小食品 750 例

刘树栋等 编

科学技术文献出版社

Scientific and Technical Documents Publishing House

北 京

图书在版编目(CIP)数据

豆类(油料)糕点 小食品 750 例/刘树栋等编. -北京:科学技术文献出版社, 2006. 1

(食品配方与制作丛书)

ISBN 7-5023-5194-9

I. 豆… II. 刘… III. ①豆制食品-糕点加工 ②油料作物-糕点加工 IV. TS213.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 140655 号

出 版 者 科学技术文献出版社
地 址 北京市复兴路 15 号(中央电视台西侧)/100038
图书编辑部电话 (010)58882909, (010)58882959(传真)
图书发行部电话 (010)68514009, (010)68514035(传真)
邮 购 部 电 话 (010)58882952
网 址 <http://www.stdph.com>
E-mail: stdph@istic.ac.cn
策 划 编 辑 陈家显
责 任 编 辑 陈家显
责 任 校 对 强若君
责 任 出 版 王杰馨
发 行 者 科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销
印 刷 者 北京国马印刷厂
版 (印) 次 2006 年 1 月第 1 版第 1 次印刷
开 本 850×1168 32 开
字 数 303 千
印 张 12.375
印 数 1~6000 册
定 价 19.00 元

© 版权所有 违法必究

购买本社图书,凡字迹不清、缺页、倒页、脱页者,本社发行部负责调换。

(京)新登字 130 号

内 容 简 介

本书收集了豆类(油料)糕点、小食品共 750 个品种,每种食品介绍了原料配方、工艺流程、制作方法、产品特点或质量标准,以及一些食用方法等。是一本通俗、实用性很强的技术操作工具书。内容包括:一、豆粉,二、豆乳(豆浆)、豆汁,三、豆腐脑,四、豆腐花,五、豆泥、豌豆黄,六、豆蓉(豆茸),七、豆沙,八、豆馅,九、豆饼,十、豆糕,十一、豆酥,十二、黄豆包,十三、豆卷,十四、豆球、豆丸、豆圆,十五、豆冻,十六、凉粉,十七、饅炸,十八、豆面条,十九、豆粥,二十、豆羹,二十一、豆糊,二十二、豆汤,二十三、大豆蛋白食品,二十四、豆类炒货食品,二十五、花生炒食品。

可供从事食品加工工业的领导、科技人员和操作工人参考,也可供广大农民、从事乡镇企业和饮食业人员,以及城乡广大家庭烹饪爱好者阅读。

科学技术文献出版社是国家科学技术部系统唯一一家中央级综合性科技出版机构,我们所有的努力都是为了
使您增长知识和才干。

前 言

我国是具有 5 000 多年文明历史的农业大国,农业和农副产品加工历来在国民经济中占有重要地位。农副产品又是食品工业的原材料,因此,大力发展食品工业不仅可提高城乡人民的生活水平,而且可促进农副业的发展,增加广大农民的收入。

食品工业是农副业的继续和发展。我国目前食品工业产值不仅远远落后于发达国家食品工业产值,也远远落后于农业产值。发达国家食品工业产值是农业产值的 2~3 倍,而我国食品工业产值仅为农业产值的 30%,这说明我国食品工业尚有相当大的发展空间。

食品加工工业有许多适合在农村发展,如粮食加工、蔬菜加工、水果加工、肉禽蛋加工、水产品加工以及酿造业、饮料、罐头、糕点、糖果等。利用当地丰富的原料资源和农村富余的劳动力

资源,实现农产品就地取材,就地加工,生产出人民生活必需的各类食品,既能满足城乡人民生活的需要,又是实现了农产品就地加工增值,延长产业化链条,加快广大农民脱贫致富奔小康的步伐的重要途径。

同时,我国又有着历史悠久、丰富多彩的饮食文化。随着我国的经济飞跃发展,城乡人民生活水平不断地提高,人们更加需要各类安全食品、绿色食品和保健食品。因此,改善饮食质量,提高饮食业水平,在当前,不仅具有重要现实意义,也给食品业的发展带来极好的前景。

鉴于上述,我们重新分门别类地收集、整理了国内外的传统食品、风味食品和名、特、优食品,以及食品新品种的大量资料,汇编成《食品配方与制作丛书》以方便广大读者阅读、使用。该套丛书共 60 多个分册,几乎包括了食品工业的各个领域。这套丛书信息量大,通俗易懂,可操作性强。不仅可供从事食品加工工业的领导、科技人员和操作工人参考,而且也为广大农民、从事乡镇企业和饮食业人员,以及城乡广大家庭烹饪爱好者提供了宝贵的技术资料。

目 录

一、豆 粉

即食大豆粉	(1)	醋豆乳粉	(6)
全脂大豆粉	(1)	变性豆乳粉	(6)
大豆蛋白粉	(2)	全脂速溶多维豆奶粉	(7)
不脱脂大豆蛋白发泡粉	(2)	黄粉	(7)
脱脂大豆蛋白发泡粉	(3)	拌饭食用的高营养黄豆粉	(8)
豆乳粉(一)	(4)	豆腐粉	(8)
豆乳粉(二)	(4)	豆脑粉	(9)
豆乳粉(三)	(5)	糕干状婴幼儿食品	(10)
豆乳粉(四)	(5)		

二、豆乳(豆浆)、豆汁

豆乳	(12)	豆奶酪	(14)
营养豆奶	(12)	豆乳奶酪	(14)
榆林炸豆奶(陕西)	(13)	蔬菜酸奶食品(一)	(15)

蔬菜酸奶食品(二)	(16)	花生浆(福建)	(18)
咸豆浆(一、上海)	(16)	豆汁(北京)	(18)
咸豆浆(二、上海)	(17)	豆汁(济南)	(19)
香蕉豆浆	(18)	八宝绿豆汁(安徽)	(20)

三、豆腐脑

豆腐脑(一)	(21)	肉卤豆腐脑	(28)
豆腐脑(二)	(21)	牛肉豆腐脑	(29)
豆腐脑(一、北京)	(22)	羊肉豆腐脑	(29)
豆腐脑(二、北京)	(23)	鸡丝豆腐脑	(30)
豆腐脑(山东济南)	(23)	鸡丝豆腐脑(四川)	(31)
饶阳豆腐脑(河北)	(24)	鲜鱼豆腐脑	(31)
八公山豆腐脑(安徽)	(25)	虾仁豆腐脑	(32)
乾州豆腐脑(陕西乾州)		麻辣豆腐脑	(32)
.....	(25)	红油豆腐脑	(33)
山东蒸豆腐脑	(26)	白糖豆腐脑	(33)
炒豆腐脑	(26)	木须卤豆腐脑(天津)	(34)
甜豆腐脑	(27)	三鲜豆腐脑	(34)
咸豆腐脑	(27)	什锦豆腐脑	(35)

四、豆腐花

豆腐花	(37)	菜豆花(四川绵阳)	(40)
豆腐花(上海)	(37)	过浆豆花	(41)
无锡豆腐花(江苏)	(38)	冰汁豆花	(41)
豆花(四川)	(39)	豆花水粉	(42)
高豆花	(39)	老少平安	(42)

五、豆泥、豌豆黄

青豆泥	(43)	榨菜豆泥	(49)
酥青豆泥	(43)	冰糖青豆泥	(49)
核桃酥豆泥	(43)	桃仁豌豆泥	(49)
酥扁豆泥	(44)	甜凉青豆泥	(50)
翡翠泥	(44)	冰冻牛奶豆泥	(50)
翡翠豆泥	(45)	豌豆黄(一)	(51)
拌蚕豆泥	(45)	豌豆黄(二)	(51)
炒青豆泥	(45)	豌豆黄(三)	(52)
炒蚕豆泥	(46)	豌豆黄(四)	(52)
炒绿豆泥	(46)	豌豆黄(五)	(53)
炒芸豆泥	(47)	鲜豌豆黄	(53)
炒双泥	(47)	豌豆黄儿	(54)
蜜汁三泥(一)	(48)	御扇豆黄	(54)
蜜汁三泥(二)	(48)		

六、豆蓉(豆茸)

冷冻豆茸	(55)	双色豆茸	(56)
冰豌豆茸	(55)	三色豆茸	(57)
桃仁豌豆蓉	(56)		

七、豆 沙

豆沙	(58)	豆沙(沪式糕点用)	(59)
豆沙(绍式糕点用)	(58)	绿豆沙	(59)

绿豆沙(湖南)	(60)	拌吞豆沙	(63)
糖豆沙	(60)	炒豆沙	(63)
高丽豆沙	(61)	炸雪球豆沙	(64)
雪衣豆沙(吉林长春)	(61)	速溶豆沙粉	(64)
蛋白豆沙(广东)	(61)	炸羊尾	(65)
蛋白夹沙	(62)	炸藿香	(66)
莲子红豆沙	(62)	香炸荷花卷	(66)
莲合绿豆沙	(63)		

八、豆 馅

豆沙馅(一)	(68)	炒豆蓉馅	(73)
豆沙馅(二)	(69)	大豆馅	(74)
豆沙馅(三)	(69)	豌豆馅(河南开封)	(75)
豆沙馅(广西)	(70)	豆腐渣馅	(75)
细豆沙馅	(70)	加糖红小豆馅	(75)
澄沙馅	(71)	麻仁馅	(76)
豆茸馅	(71)	低温下不结冻的点心馅	
豆蓉馅	(72)		(76)
豆蓉馅(广式)	(73)	炸豆沙银堆	(77)
鲜豆蓉馅(广式糕点用) ..	(73)		

九、豆 饼

炸黄豆饼(西式)	(78)	三角绿豆饼(湖南)	(80)
豆面煎饼(山西平遥)	(78)	绿豆煎饼(安徽)	(80)
浇汁煎豆饼(日本)	(79)	绿豆煎饼(苏丹)	(81)
绿豆饼(朝鲜)	(79)	煎饼果子(天津)	(81)

鸡蛋煎饼果子(天津)	(82)	煎豆腐饼(广西桂林)	(87)
不翻饼(河南洛阳)	(82)	炸豆腐饼	(87)
炸绿豆荞麦饼	(83)	豆腐肉饼	(87)
豌豆饼	(83)	花生豆腐饼	(88)
豌豆饼(湖南)	(83)	水晶豆腐饼	(89)
油面豌豆饼	(84)	中山杏仁饼	(89)
蚕豆饼	(84)	椰蓉杏仁饼	(90)
蚕豆炸饼(叙利亚)	(85)	夹肉杏仁饼(广式)	(90)
芸豆饼	(85)	圆形十字饼	(91)
芸豆饼(北京)	(86)	奶油花生仁煎饼	(91)
毛豆抓饼(安徽)	(86)	芝麻饼	(92)

十、豆 糕

1. 绿豆糕	(93)	绿豆糕(山东)	(100)
绿豆糕(一)	(93)	绿豆糕(山东济南)	(101)
绿豆糕(二)	(94)	绿豆糕(山东孔府)	(101)
绿豆糕(三)	(94)	亳县绿豆糕(安徽)	(102)
绿豆糕(四)	(95)	京式桂花绿豆糕	(102)
绿豆糕(五)	(95)	玫瑰水绿豆糕(宁式)	(103)
绿豆糕(带馅)	(96)	桂花水绿豆糕(宁式)	(103)
绿豆糕(一、上海)	(96)	蒸绿豆糕(四川)	(104)
绿豆糕(二、上海)	(97)	油绿豆糕	(104)
绿豆糕(苏式)	(97)	脂油绿豆糕	(105)
绿豆糕(闽式)	(98)	枣泥绿豆糕	(105)
绿豆糕(一、京式)	(99)	水晶绿豆糕(扬式)	(106)
绿豆糕(二、京式)	(100)	南味绿豆糕	(106)
绿豆糕(河南)	(100)	薄荷绿豆糕	(107)

薄荷夹心绿豆糕·····	(107)	三色芸豆糕·····	(116)
绿豆冻糕(一)·····	(107)	芸豆凉糕·····	(117)
绿豆冻糕(二)·····	(108)	八宝芸片糕·····	(117)
荳蔻糕·····	(108)	豆蜡儿糕(北京)·····	(118)
豆米糕(山东淄博)·····	(108)	4. 其他豆糕 ·····	(118)
澄沙糕(山西临猗)·····	(109)	赤豆糕·····	(118)
绿豆立花糕·····	(110)	小豆凉糕(北京)·····	(119)
绿豆甜糕(重庆)·····	(110)	玫瑰糕·····	(119)
乌梅糕(上海)·····	(111)	扁豆糕(上海)·····	(120)
椰蓉夹心糕(广西柳州)		扁豆仁糕·····	(120)
·····	(111)	扁豆仁糕(浙江)·····	(121)
端阳糕·····	(112)	佛豆糕·····	(122)
2. 豌豆糕 ·····	(112)	豆瓣泥糕(江苏)·····	(122)
豌豆糕(一)·····	(112)	5. 花生糕、芝麻糕	
豌豆糕(二)·····	(113)	·····	(123)
豌豆糕(三)·····	(114)	花生糕·····	(123)
豆蓉凉糕·····	(114)	花生糕(广式)·····	(123)
鸳鸯凉糕·····	(114)	花生酥糕·····	(123)
果汁凉糕(湖北)·····	(115)	奶油花生糕(一)·····	(124)
西安豆黄糕(陕西)·····	(115)	奶油花生糕(二)·····	(124)
3. 芸豆糕 ·····	(116)	甜肉糕(福建)·····	(125)
豆沙芸豆糕·····	(116)	芝麻糕·····	(125)
芙蓉芸豆糕·····	(116)	黑麻糕(山东孔府)·····	(125)

十一、豆 酥

扁豆酥·····	(127)	牛奶豆瓣酥·····	(127)
奶豆酥·····	(127)	花生酥·····	(128)

甜樱桃酥·····	(128)	芝麻擦酥·····	(130)
咸樱桃酥·····	(129)	玉荷酥(宁式)·····	(130)
家制香辣酥·····	(129)	墨子酥(安徽)·····	(131)

十二、豆 包

豆包·····	(132)	奶香豆沙包·····	(136)
黄豆包·····	(132)	玫瑰豆沙包·····	(137)
豆蓉包·····	(133)	菊花豆沙包·····	(137)
绿豆蓉包·····	(133)	猪油细沙包(上海)·····	(138)
加沙包·····	(133)	豆瓣八宝包·····	(138)
澄沙包子·····	(134)	二冬缸豆包·····	(139)
油丁沙包·····	(134)	桃仁豌豆包·····	(139)
豆沙大包·····	(135)	芝麻包·····	(140)
豆沙小包(四川)·····	(136)		

十三、豆 卷

黑豆卷·····	(141)	芸豆金鱼·····	(146)
豆沙卷·····	(141)	青豆泥蛋卷·····	(146)
芸豆卷(一)·····	(142)	清蒸粉皮素卷·····	(147)
芸豆卷(二)·····	(142)	清蒸粉皮肉卷·····	(148)
芸豆卷(一、北京)·····	(143)	芝麻卷·····	(148)
芸豆卷(二、北京)·····	(144)	炸卷圈(天津)·····	(148)
芝麻芸豆卷·····	(145)		

十四、豆球、豆丸、豆圆

豆渣球·····	(150)	清汤丸子·····	(154)
炸豆沙球·····	(150)	卤煮丸子(北京)·····	(154)
猪油夹沙球·····	(151)	煎焖丸子·····	(155)
高丽豆沙球·····	(151)	豆腐渣牛肉丸子·····	(155)
高丽豆沙水晶球·····	(152)	素鱼丸·····	(156)
绿豆丸子·····	(152)	擂沙圆(上海)·····	(156)
绿豆丸子(山东济南)·····	(152)	绿豆圆子(安徽)·····	(157)
油炸豆面丸子(印度)·····	(153)		

十五、豆 冻

大豆冻·····	(159)	绿豆面粉冻·····	(162)
豌豆冻(一)·····	(159)	赤豆蓉冻·····	(162)
豌豆冻(二)·····	(160)	豆沙冻·····	(163)
豌豆冻(三)·····	(160)	豆沙水果冻·····	(163)
豌豆冻(四)·····	(160)	双色豆冻·····	(164)
豌豆冻(五)·····	(161)	三色冻(四川)·····	(164)
绿豆冻·····	(161)	花生冻·····	(165)
绿豆地力冻·····	(161)		

十六、凉 粉

凉粉(一)·····	(166)	凉粉(四)·····	(167)
凉粉(二)·····	(166)	凉粉(山东济南)·····	(168)
凉粉(三)·····	(167)	凉粉(江苏南通)·····	(168)

“凉粉周”凉粉(北京)..... (169)	豆面凉粉..... (174)
温江凉粉(四川)..... (170)	番茄杏仁凉粉..... (174)
川北凉粉..... (170)	旋子凉粉..... (174)
集集凉粉(我国台湾嘉南) (171)	家常凉粉..... (175)
麻腐(亦称凉粉)..... (172)	凉粉皮子..... (175)
绿豆凉粉..... (172)	素炒凉粉..... (175)
豌豆凉粉..... (173)	炒凉粉儿..... (176)
	炒粉杂儿..... (176)

十七、烙 炸

薄烙炸..... (177)	炸烙盒..... (179)
炒烙炸..... (177)	烙炸盒(一、北京)..... (180)
炸烙炸..... (178)	烙炸盒(二、北京)..... (181)
焦熘烙炸..... (178)	炸馅烙炸盒(北京全素斋) (181)
拔丝烙炸..... (179)	

十八、豆 面 条

豆面条(山西)..... (183)	绿豆杂面(河北)..... (185)
油炸豆面条(印度)..... (183)	金丝杂面..... (185)
薯叶面条..... (184)	饶阳金丝杂面(河北)..... (186)
长豆面(山西)..... (184)	羊肉杂面(北京)..... (186)

十九、豆 粥

1. 黄豆、赤豆粥 ... (187)	豆粥(山东孔府)..... (187)
	绿豆黄豆粥..... (187)

核桃黄豆粥·····	(187)	海带绿豆粥·····	(195)
大豆芽菜牛肉粥·····	(188)	荞麦绿豆鱼翅粥·····	(196)
小豆粥(一)·····	(188)	绿豆银耳粥·····	(197)
小豆粥(二)·····	(189)	3. 其他豆粥 ·····	(197)
小豆粥(北京)·····	(189)	豌豆粥(一、北京)·····	(197)
小豆粥(天津)·····	(189)	豌豆粥(二、北京)·····	(198)
小枣小豆粥·····	(190)	白扁豆粥·····	(198)
桂花小豆粥·····	(190)	白扁豆米粥·····	(198)
赤豆粥(一)·····	(190)	扁豆山药大枣粥·····	(199)
赤豆粥(二)·····	(190)	青豆米稀粥·····	(199)
花生赤豆粥·····	(191)	蚕豆粥·····	(199)
百合杏仁赤豆粥·····	(191)	双豆粥·····	(200)
桂花赤豆糖粥·····	(191)	五色豆粥·····	(200)
花生红豆糖粥·····	(192)	八宝膳粥·····	(200)
2. 绿豆粥 ·····	(192)	豆浆粥(一)·····	(201)
绿豆粥(一)·····	(192)	豆浆粥(二)·····	(201)
绿豆粥(二)·····	(192)	豆浆粥(三)·····	(201)
绿豆甜粥·····	(193)	豆腐浆粥·····	(202)
脱壳绿豆粥(江苏苏州)		小米豆蓉粥·····	(202)
·····	(193)	花生米皮红枣粥·····	(202)
无皮绿豆粥·····	(194)	芝麻粥(一)·····	(203)
百合绿豆粥·····	(195)	芝麻粥(二)·····	(203)
百合莲子绿豆粥·····	(195)		

二十、豆 羹

黄豆羹·····	(204)	木耳豆枣羹·····	(204)
----------	-------	------------	-------

花生赤豆羹·····	(204)	豌豆羹(二)·····	(208)
酒酿赤豆羹·····	(205)	奶油豌豆羹·····	(208)
小豆西米羹·····	(205)	木耳毛豆羹·····	(208)
澄沙羹·····	(206)	豆乳羹·····	(209)
丫头羹·····	(206)	豆腐杏仁羹·····	(209)
绿豆羹·····	(206)	翡翠腐脑羹(河南)·····	(209)
冰汁绿豆羹·····	(207)	花生银耳羹·····	(210)
绿豆百合羹·····	(207)	牛蹄筋花生羹·····	(210)
豌豆羹(一)·····	(207)	黑麻银耳美容羹·····	(211)

二十一、豆 糊

大豆糊·····	(212)	黑芝麻糊(二)·····	(215)
红豆糊·····	(213)	玫瑰芝麻糊·····	(216)
花生糊·····	(213)	花生芝麻糊·····	(216)
花生酱豆奶糊·····	(213)	淮山药芝麻糊·····	(216)
芝麻糊(广东)·····	(214)	香滑芝麻糊(广东)·····	(217)
芝麻糊(广东、广西)·····	(214)	芝麻白糖糊·····	(217)
黑芝麻糊(一)·····	(215)	芝麻核桃糊·····	(217)

二十二、豆 汤

1. 黄豆、赤豆汤 ·····	(219)	赤豆莲子汤·····	(221)
肉丝黄豆汤·····	(219)	楚宝桂花赤豆汤·····	(221)
黄豆猪蹄汤·····	(219)	2. 绿豆汤 ·····	(221)
黄豆鸡翼汤·····	(220)	脱壳绿豆汤(江苏)·····	(221)
赤豆汤·····	(220)	冰冻绿豆汤·····	(222)
赤豆桂圆汤·····	(220)	白鸽绿豆汤·····	(223)