

● 旅游中等职业技术学校试用教材

面点制作

● 鲍治平 黄旭帆 顾永康



旅游中等职业技术学校试用教材

面 点 制 作

鲍治平 黄旭帆 顾永康 编

高等教育出版社

内 容 提 要

本书是国家教委职业技术教育司委托国家旅游局教育司组织编写的旅游中等职业技术学校烹饪专业试用教材之一。

本书共分六章，内容包括：概述、基本操作技术、制馅、面粉制品、米及米粉类制品、其它原料制品以及附录一、附录二。

本书可作为旅游中等职业技术学校学校的试用教材，也可作为有关在职干部、职工的培训教材，同时还可作为广大的烹饪爱好者自学用书。

旅游中等职业技术学校试用教材

面 点 制 作

鲍治平 黄旭帆 顾永康 编

高等教育出版社出版

新华书店北京发行所发行

河北省香河县印刷厂印装

开本 787×1092 1/32 印张 7.75 字数 170 000

1990 年 8 月第1版 1990 年 8 月第1次印刷

印数0001—12 420

ISBN7-04-002325-3/F·50

定价 1.60 元

前 言

为适应旅游教育事业的发展，培养具有一定水平的实用专业人才，国家旅游总局教育司组织编写了《面点制作》一书。

本书是根据一九八七年四月在安徽省芜湖市召开的全国旅游中等专业学校教材编写提纲讨论会的要求，由北京劲松职业高中黄旭帆（第一、二、三章）、无锡市旅游职业学校鲍治平（第四章）、苏州市旅游职业中学顾永康（第五、六章）联合编写由鲍治平总纂。本书可作为旅游中等职业技术学校试用教材，也可作为烹饪学校及烹饪部门在岗职工岗位培训的参考书。

本书在编写过程中，得到毕铭华、李保泰、叶博泰等同志的支持和帮助；全书由首都宾馆餐饮部高级顾问、北京市烹协理事、国家机关烹协理事、副秘书长、特一级技师刘俊卿主审。在此一并表示感谢。

由于我们实践经验不足，水平有限，不当之处，敬希同仁不吝赐教。

编 者

一九八八年五月

目 录

第一章 概述	1
第一节 面点的概念.....	1
第二节 面点的原料.....	7
第三节 设备与工具.....	17
第二章 基本操作技术	25
第一节 和面 揉面 搓条 下剂.....	26
第二节 制皮 上馅.....	32
第三节 成形.....	36
第四节 熟制.....	40
第三章 制馅	50
第一节 馅心的制作特点及种类.....	52
第二节 甜馅制作.....	55
第三节 咸馅制作.....	64
第四节 包馅制品的皮馅比例与要求.....	71
第四章 面粉制品	74
第一节 膨松类.....	75
第二节 实面类.....	106
第三节 酥松类.....	130
第五章 米 米粉类制品	161
第一节 米类制品.....	162
第二节 米粉糕类制品.....	169
第三节 米粉团子类制品.....	181
第六章 其它原料制品	206
第一节 杂粮制品.....	206

第二节 根茎类制品	209
第三节 果品类制品	214
第四节 其它类制品	219
附录一 地方的名点及风味小吃	223
附录二 筵席点心的配制	238

第一章 概 述

我国具有悠久的历史 and 灿烂的文化。被世人誉为我国四大国宝之一的中国烹饪，技艺精湛，源远流长，是一份珍贵的文化遗产。面点是中国烹饪的组成部分，长期以来，人们对它在制作和工艺等方面进行了较为广泛的研究，从而使它成为一项专门的技术被不断的充实和丰富。近年来，人们在挖掘整理和继承的基础上，逐渐使其系统化、理论化，使面点制作工艺得到很大发展。

面点有着长期的演变过程，虽然它有着一系列复杂的工艺程序和纷繁的花样品种，但我们可以在前人探讨研究和整理的资料中找到并归纳出它们的普遍规律，从而得出一般的结论。面点制作涉及到许多自然科学的知识，例如：生物化学、食品化学、营养学等，也包含有社会科学的内容，如：美学、心理学等。因此，面点制作技术是一门多学科的烹饪工艺，面点工艺则是新兴学科——食品学的一个重要组成部分。

第一节 面点的概念

一、基本概念和定义

面点具有广泛的内容，概括而论，它是一种营养丰富、色香俱佳、味形皆美的方便食品。就其作用，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。千百年来，人们还把它广泛作用于人际交往之中，成为人们进行交往的一项特殊内容。

面点制作工艺的性质大致上可以分为两部分：一是饮食业的面点，通常被称为早点、小吃或面食、点心；另一部分是糕点业的点心。饮食业的面点主要包括：正餐中的米面食品、早点小吃和筵席点心。面点的花样品种繁多，一般是随制随用，不宜长期贮存，糕点业主要进行糕点的批量生产，一般而言，产品能够进行较长时间的贮存，并便于统一的包装和运输，大多为人们进行调剂口味的补充食品。

制作面点所使用的原料相当广泛，除粮食类原料外，还广泛的使用蔬菜、水果、肉类、鱼虾、禽蛋等作为原料或辅助原料，从而使得面点制品的品种丰富多采。

综上所述，我们可以给面点这样一个定义：面点是以各种粮食（米、麦、豆、杂粮）、果品、鱼虾、禽蛋以及蔬菜为原料，配以多种调味品，经不同的加工方式而制成的各种主食、小吃和点心。它既是人们不可缺少的主要食品，又是人们调剂口味的补充食品。

二、面点的起源和发展

在我国烹饪史上，以粮食作物为食品比以肉类（鱼虾等）为食品要晚得多。远古时期，人们还不懂得栽种粮食作物，他们的食物来源是依靠渔猎和采集野生植物的根茎、嫩叶、种子和果实。到了距今约六、七千年的新石器时期，人们才逐渐学会栽培粮食作物。此后，原始农业逐步发展，随着粮食作物品种的增多和产量的增加，我国古代人们赖以生存的主要食品即逐步转变成以粮食作物为主。这时，出现了以粮食作物为原料的食品，我们可以把它认为是最原

始的面点。我国古时的主食有米类制品和麦类制品两种。米制品出现比麦制品大约要早二千年左右。目前，有关粮食制品的记载最早见于先秦时期（公元前三百年左右）的古籍《周礼·天官》，其中有这样的记载：“羞箴之实，糗餌粉粢。”①汉代文学家郑玄为这段文字作了注，其中说到：“周礼，饔食有粉粢，米粉也。”“粢为干餌也。”餌字泛指食物，郑玄将其解释为：“合蒸为餌。”即蒸成的米粉制品被称为“餌”。西汉史游所著《急救篇》载有：“溲米蒸之则为餌。”在汉代的古籍中，已经能够见到“饼”字，许慎《说文》对“饼”字这样解释：“饼，以粉及面为薄餌也。”因此，餌是糕餌或饼餌的总称。麦类食品的出现，约在秦汉之间。战国时期，我国北方已普遍栽种小麦，汉代以来的古籍中也多有“蒸饼”、“汤饼”的字样。当时，“饼”字的含义很广，泛指所有的面制品而言，一般是指扁平呈圆形的食品，如上面说到的“蒸饼”，就是用蒸的方法制成的“饼”；“汤饼”，就是用煮的方法制成的“饼”。汉代刘熙著的《释名》中对蒸饼的制作做了进一步的说明：“蒸饼，饼并也，溲面使合并也。”②是说：蒸饼，是用水将面和成面团，然后蒸制而成。南北朝时期，贾思勰所著《齐民要术》中载有“馅谕法”，在注解中说：“起面也，发酵使面轻高浮起，炊之为饼”。这说明在汉末或魏晋时期已出现了发酵

注：①羞：(xiū)进献食品；美好的食品。

箴：(biān)古代祭祀或宴会时盛果实等食品的竹器。

糗：(qiǔ)炒熟的米、麦等谷物。

餌：(ěr)糕饼，也泛指食物。

粢：(zī)谷类的总称。郑玄注：“六粢，谓六谷：黍、稷、稻、粱、麦、苽。”

②溲：(sōu)浸泡。

面食制品。传说诸葛亮祭泸江时，用面团包裹羊肉，在外面画上眼睛、鼻子、嘴等，以此代替人头作为祭品，把它称为馒首，也就是我们现在所说的馒头（有些地区仍然叫馒首）。这也说明了酵面技术的出现是在晋代以前。油酥制品相传是在三国时期由北方匈奴等少数民族地区流传到中原地区的，这就更加丰富了面食制品的花样品种。汉代面食制作技术对后来面点制作技术的发展起了重大的作用。

据有人考证，点心的说法始见于唐朝。宋代吴曾著《能改斋漫录》中说：“世俗例，以早晨小食为‘点心’，自唐时已有此语。”唐代，面食制品的花样增多，在制作工艺水平上也有了很大提高，这在上面的这段文字中不难看出。这一时期的面点，已各具风格，并成为人们生活中的普遍食品，为我国面点的发展奠定了基础。到元、明时代，意大利的马可·波罗和郑和的西洋行，将西餐西点的制作技术带到我国，同时，中国面条制作技法也传到了意大利。从这时起，烹饪这一古老的人类文化便开始了更为广泛的国际间交流。这种交流给面点制作技术以推动作用。清代，面点有了长足的发展，品种也更为丰富，许多地区出现了具有独特风味的面点品种，出现了以面点为主的筵席。传说在清朝嘉庆年间，“光禄寺”（皇家举行宴会的部门）做得一桌面点筵席，用面量竟达六十多千克。可见其品种繁多、规模之大。新中国建立以来，在党和政府的关怀下，各地厨师在继承前人技术的基础上，对面点制作技术不断地进行总结、交流与创新，运用科学的理论作为指导，以工业的发展作为动力，以美的意识作为内容，这将使面点制作技术得到更快的发展。

三、面点的作用与地位

面点是构成中国烹饪的组成部分，它又有相对的独立性。在饮食业中，它与菜肴共同组成并体现中国烹饪的全部；作为主食、点心和小吃，它又能独立存在，特别是面食制作早点、小吃，具有食用方便、风味独特、便于携带等特点，早已成为饮食业销售量很大的品种。有关部门曾进行过统计，我国大中城市有半数左右的人口食用早点、夜宵和小吃。另外，面点制作还能成为独立的行业——糕点业进行生产加工和销售。随着我国的经济繁荣和发展，糕点业生产的营养保健食品、儿童食品等中、高档糕点制品，销售量急剧增加，这充分说明了面点与人们生活的密切关系。

综上所述，面点不仅在饮食业占有重要地位，而且对丰富人民生活、方便人民群众、促进经济发展、推动工农业及旅游业的发展都起着重大的作用。

四、面点的流派与分类

面点的品种繁多，花色复杂，风格各异，制作方法上也千变万化，这就形成了面点分类上的多样化。多彩多姿的面点品种，分别体现了不同流派风格特点。

1. 地理区域形成了面点的风格流派

我国地域广阔，各地区的气候条件不同，物产也不同。同时，不同的地区，人们的生活习惯也存在着较大的差异。所以，在面点制作中的选料、调配口味、制作技法等方面又形成了不同的风格和浓厚的地方特色，构成了人们常说的“南味”、“北味”两大风味，具体又分为“广式”、“苏式”、“京式”三大特色（或流派）。

(1)广式：广式面点以广东地区的点心为代表，故称“广式”，富有南国风味，独具一格。由于它的地理位置和历史的原因，广式点心更多地吸收西点制作的技法，其品种更为丰富多采。广式点心讲究形态、花色和色泽，油、糖、蛋的用量较大，馅心变化多样，制作工艺精细，味道清淡鲜滑，特别善于利用一些根茎类植物如土豆、荸荠、芋头、薯类及鱼、虾等作坯料。具有代表性的品种有：叉烧包、虾饺、甘露酥、马蹄糕、沙河粉等名点。

(2)苏式：苏式面点以江苏地区的面点为代表，故称“苏式”，泛指长江中下游地区制作的点心。苏式点心具有色、香、味俱佳的特点，重视调味，味厚色深，咸点略带甜味，形成了独特风格。馅心中讲究掺冻，汁多肥嫩，味道鲜美。著名的有淮安、镇江的汤包，扬州的三丁包子、翡翠烧麦；更有苏州地区特有的船点，造形多样，形态逼真，栩栩如生，色泽鲜艳，被誉为食品中精美的艺术品。

(3)京式：京式面点和小吃，以北京地区的点心为代表，故称“京式”。京式点心多以面粉为主要原料，擅长于面制食品的制作，具有独特风味和独到之处。京式小吃和点心丰富多采，种类繁多，著名的有：一品烧饼、狗不理包子、肉末烧饼、豌豆黄、芸豆卷、艾窝窝等都享有盛誉。肉馅多采用“水打馅”，并佐以葱、姜、味精、香油等，口味鲜咸，吃口柔软松嫩，具有独特风格。

2.按原料、口味、馅心、形态、制作工艺、熟制方法等分类

(1)按原料分可分为：麦类制品、米类制品、杂粮类制品以及其它类原料制品。

麦类制品是以小麦面粉为原料，经加工制作而成的面点

品种。如小笼包、水饺、龙须面、各种油酥类制品等。

米类制品是以稻米为主要原料制成的面点制品（在我国南方地区，多称这类制品为：“糕”），如：八宝饭、松子糕、粽子、年糕等。

杂粮类制品，是指以杂粮为原料而制成的面点制品，如：以豆类为原料的豌豆黄、芸豆卷、绿豆凉糕、赤豆羹等；以小米（谷子或粟）为主要原料的天津煎饼、山东煎饼等。

其它类原料包括薯类、山药、芋头、果品等，品种有：芋泥小兔、山药泥金枣、核桃酪、杏仁豆腐、红果羹等。

（2）按口味可分为：甜味、咸味、甜咸味和复合味（麻、辣、甜、咸、酸等）。

（3）按馅心可分为荤馅、素馅两大类，它们又有生熟之分。

（4）按制品的形态可分为：饼、团、包、条、粥、羹等。

（5）按熟制方法可分为：蒸、炸、煮、烙、烤、煎等。如：蒸花色饺、烧麦、木樨糕；炸酥盒、土干圈、蜜贡、萨琪玛；煮水饺、馄饨、面条；烧饼、馅饼；烤蛋糕、月饼；煎锅贴、煎包等等。

第二节 面点原料

制作面点的原料非常广泛，要制出符合产品质量要求的面点制品，就应当熟悉所用原料的性质、特点、营养成份以及它们的用途、用法。不熟悉原料这些情况而盲目地进行操作，产品质量就得不到可靠的保证，在制作过程中还会遇到

很多麻烦，而且极易造成浪费。

有关面点使用的主要原料，已在原料知识课中进行详细的讲解，这里仅就选料的一般常识进行说明。

一、选料知识

原料对面点的制作工艺和成品质量有着直接的影响，熟悉原料及其性质对研究面点制作有着重要意义。

制作面点的原料以粮食类为主，如：米、面（特指小麦面粉）、豆类等，多用于制作面点的坯皮。这些原料都有着各自不同的性质、特点，又由于品种不同，使用中又会产生不同的效果。即使是同一种类原料，也会存在不同程度的差异。例如：小麦磨成面粉，会受到小麦原料、贮存时间，干湿程度以及加工中各个环节的影响。面点师傅们都有这样的体会：每批使用的面粉在性质上都存在着差异，有的筋力（俗称“劲”）大一些，有的就小。其它原料也是如此。所以，我们在加工制作面点时，要对原料有目的地进行选择，以便制出符合制品要求的面点品种。

面点制作除以粮食为主要原料外，还广泛地使用肉类、蛋品和蔬菜等辅助原料。这类原料多用于制作馅心。用于制馅的原料还有：水产品、豆制品、干鲜果品等。还有一类用于面点制作的辅助原料和调味原料，如：油脂、糖、乳品、膨松剂（疏松剂），以及改善口味的香精、改善色泽的色素等。

选用原料时，应注意以下几个方面：

1. 熟悉各种粮食类原料的性质和用途

做到选用合理、使用恰当。例如：米、麦及各种杂粮中都含有淀粉、蛋白质、脂肪等，成熟后都具有松、软、粘、

韧等特点，但它们的性质却有着一定的差别。粮食的种类、品种很多，其性质特点也各不同，制作方法随之各异，如果不熟悉原料的性质而使用不当，不但会严重影响成品质量，达不到制作要求，还会造成不必要的损失。

2. 熟悉调料、辅料的使用方法

调、辅料都有着各自的性质和用途，如辅助原料中的油脂、酵母、膨松剂等，主要用于改善面团的性质，使制品形成酥松多孔、柔软体大的特色。调味料一般用于制馅，但有时也可直接用于调制面团或其它坯料，如糖、盐等兼具调味和调节面团性质的双重作用。此外，使用色素、香精、矾、碱、化学膨松剂时，要弄清其性质、使用方法和使用量，否则，不但影响成品质量，还会危害人体健康。

3. 熟悉原料的加工处理方法

有些面点品种，可以用米类、面粉以及其它一些原料直接进行制作，而有些面点品种所使用的原料在使用前还需进行加工处理。例如：有些米类制品需要将米研磨成粉，然后再加工制作。有的制品要求所研米粉粗，而有的就要求细；有的需要从干米直接磨成粉，而有的却要求将米浸润湿透后再磨；还有的需要水磨等等。由于不同的品种对原料要求不一，所以要求对原料的加工处理也不同。如加工处理后的原料不能适应制品的要求，则生产出的成品就不能符合制品的质量标准。又如：面粉在调制面团的过程中，由于所加的水的温度不同，面团的筋力会有很大差别，面团筋力的大小，能影响到成品的口感和外观造形。面团筋力的大小，是通过不同的处理方法来改变的。所以，熟悉原料的加工处理方法是十分重要的。

4. 熟悉馅料的要求

面点中有很很大一部分是包馅制品，馅料的好坏，直接影响成品的色、味、形等重要方面，所以，对所用的馅料必须严格选择。制馅所用的原料，一般都要选择新鲜洁净、没有受过污染的，特别是制作鸡、鸭、肉类、鱼虾馅时，最好选用鲜活原料，并且注意选择最合适的部位。如鸡、鸭肉制馅，脯的肉最好；用猪肉制馅时，以夹心肉为原料较为理想。又如：食用猪油以猪板油最佳，色白，无异味，口感肥嫩且出油率高。在制作鱼、虾茸馅时，适量加入炼熟的猪油，可使成品更加鲜嫩味美；以蛋白制馅可以增加馅心的营养价值，还可以丰富馅心的口感和口味。但要注意，鹅蛋的腥味较浓，其涨发性也差，所以不常用于制馅。用蔬菜作馅时，应以鲜、嫩、脆，质好的为佳。总之，选用馅料，要根据面点制品的要求，按质进行选择，方能保证成品质量。

二、面点制作中的辅助原料

用于面点制作的辅助原料，一般是指那些除主要原料以外，起着使成品形成色、香、味、形等特点的重要作用的辅助性原料。主要的有油脂、乳品、蛋品等。

1. 油脂

油和脂没有严格的区分，一般在常温下呈液态的被称为“油”，呈固态或半固态的称做“脂”。

油脂主要来源于动物和植物的脂肪。食用油脂可分为两类，即植物油和动物油。习惯上，我们称植物油为“素油”，动物油为“荤油”。植物油常见的有花生油、菜籽油、豆油、葵花籽油、香油（芝麻油）等；动物油有猪油、羊油、牛油等。

（1）常用植物油的种类及特点

植物油一般是从植物籽实中提取的油，它具有粘度低、流散性强等特点。它的营养价值要比动物油高，而且很容易被人体吸收。

花生油：从花生仁中提取，有特殊清香气味。一般呈液态，冬季低温下为浑浊的粥状，夏季为浅黄色透明液体。

菜籽油：从油菜籽中提取，有特殊气味。一般呈液态，色泽深黄。菜籽油粗油中含有大量磷脂，并含有少量硫化物，所以，在使用时最好将其经高温烧炼后再用。

大豆油：从大豆中提取，具有浓烈的豆腥味，其性状特点与花生油差不多，为黄色透明液体。

芝麻油：具有浓烈的香味，色泽深黄透红，是一种高级的调味油脂。香油中含有芝麻酚，这种物质具有较强的抗氧化作用，所以，芝麻油比其它油脂不容易酸败。

(2)常用的动物油及其特点

动物油是从动物体脂肪中提取出的油脂，具有凝固点高、流散性差等特点。常用的有猪油、奶油（黄油）等。

猪油：俗称大油，脂肪含量高，是制作面点时常用的动物性油脂。其特点是可塑性强，色泽洁白，能使制品形成细腻、香酥味美的口感。

奶油：又称黄油、白脱油，取自牛乳。它的特点是：亲水性强、容易乳化、营养价值高并具有极强的奶香味。

(3)油脂在面点制作中的作用

油脂既是制馅的调味原料，也是调制面团时的重要辅助原料，油酥面团即是以油脂为主要辅助原料调制成的。另外，在面点的成形操作和熟制过程中也常常使用油脂。油脂的主要作用有以下几方面：

(4)对改善面点制作工艺、改善制品品质和风味起重