

职业技术教育读本

点心制作技术

农业部教育司主编

高贤萼 蔡 暉 编著

农业出版社

出 版 说 明

为了促进农村经济向专业化、商品化和现代化转变，加速产业结构的调整，满足广大人民对实用技术的迫切需要，农业部教育司在《全国统编农民职业技术教育教材》的系列中增编了一套《职业技术教育读本》，供农村开展第三产业实用技术培训以及专业户和农民自学用，也可供城镇职业中学教学用。

这套读本，从农村人民生活日益提高的实际出发，以城镇紧迫需要的服务业为主。它的特点，具有实用性强，操作方法简便易行，容易学习掌握，且能收到良好效果。

丛书内容或文字，若有欠妥之处，恳切希望读者提出意见，以便进一步修订完善。

1986年12月

目 录

第一章 概述	1
第一节 点心在饮食中的地位和作用	1
第二节 点心的分类和各地点心的特点	4
第三节 制作点心的设备和工具	12
第二章 原物料	21
第一节 选用原物料的基本知识	21
第二节 主坯原料	25
第三节 制馅原料	31
第四节 调味和辅助原料	34
第五节 原物料检验和保管	44
第三章 点心基础操作技能	54
第一节 基础操作的重要性	54
第二节 基础操作的基本手法	56
第四章 制馅与成熟	66
第一节 制馅	66
第二节 成熟	92
第五章 主坯的分类	99
第一节 麦粉类——水调面团	99
第二节 麦粉类——膨松面团	127
第三节 麦粉类——油酥面团	160
第四节 米及米粉类	185
第五节 淀粉类	212

第六节 其他类	220
第六章 筵席点心及点心的核算	228
第一节 筵席点心及组合点心	228
第二节 点心的成本核算	233

第一章 概 述

在我国，点心的制作和菜肴的烹调一样，有着悠久的历史和高超的技艺，是整个饮食烹饪技术的重要组成部分，也是祖国珍贵的文化遗产。

点心一般不作正餐食用，而以早晨、午后或夜晚食用为多。从我国古书的记载来看，“凡属饼、饵之类，不以时食者统称为点心。”概括来说，点心就是用米、麦、杂粮等作主料，并配以多种馅料及其他辅料，分别做成糕、糰、饼、面包、饺、酥、羹、汤等不同形式，作为日常点饥或调剂口味、改善生活、丰富筵席的一种食品。

第一节 点心在饮食中的地位和作用

一、点心的起源和发展

我国古代，当人们学会种植谷、麦等庄稼之后就逐步开始发展了点心的制作技术。远在3000多年前的殷周时代，烹饪技术已颇完善，人们已经能制作一些点心。到了春秋战国时期，由于生产力的发展，小麦种植面积的扩大，人们对食品的食用要求也相应提高。到了汉代，面食技术有了进一步发展，文字记载也有所增多，出现了“饼饵麦饭甘豆羹”的

记载。到了唐朝，点心之名已经出现，在宋人吴曾所著的《能改斋漫录》中说：“世俗例，以早晨小吃为点心，自唐时已有此说”。既然食用点心已成为“世俗例”，可见当时的点心已较为普遍。到了清代，点心技术发展到了鼎盛时期，出现了以点心为主的筵席。从用料发展情况来看，则先有米制品，后有麦面和其他用料制品。当时用米制成的点心，凡用蒸的称“饵”，做成饼的叫“饘”。用面粉作为原料出现较迟，相传是从西域传入。在汉朝的书籍中，常见有“饼”字，那时“饼”的含义较广，凡用面粉做的都称为“饼”。如上蒸的称为“蒸饼”，即现在的馒头；饼上有芝麻的称为“胡饼”，即现在的大饼；汤煮的称为“汤饼”，即现在的面条；用凉水冲拌的称“水溲饼”，即现在的凉拌面等。

从制作面团的发展来看，则先有水调的面团所做的制品，然后才有经过发酵加工后的面团制品和其他面团制品。我国远在商朝时虽已懂得发酵方法，但仅用以酿酒，将发酵方法用到点心制作上要到汉朝以后才有。油酥类制面则到三国时才有，相传是由北方匈奴等外族传入。

从制作的形态发展来看，则先有一般的糕、糰、饼、面之类，然后才有各种花色点心。

综上所述，随着年代的不断推进，古老的点心制作技术已有了进一步的发展，经过历代点心师的不断实践，广泛交流，操作总结，创造了品种繁多、色泽鲜艳、口味丰富、形态多样的点心制品，为不断提高点心在饮食中的地位，为丰富人们的饮食内容起到了重要的作用，使中国的点心在国际国内都享有极高的声誉。

二、点心在饮食中的地位和作用

(一) 从点心在饮食烹饪专业中的地位来看 烹饪专业主要包括两部分：一是菜肴配制和烹调，行业中俗称“红案”工种；一是点心制作，行业中俗称“白案”或“面案”工种。这两部分构成了饮食烹饪专业的全部生产业务。“红案”与“白案”虽为两个工种，但却是密切关连，相互配合，不可分割的。不少菜肴在食用时要同时配以点心一起食用，使之更富有特色。如：香酥肥鸭配荷叶夹、烤鸭配荷叶饼、涮羊肉配麻酱饼等。特别是正餐的主、副食结合和筵席上菜点的结合，都体现了两个部分的紧密联系。而且点心除了与菜肴密切配合外，还具有相对的独立性，它可以离开菜肴而单独经营，并成为饮食业不可缺少的一个组成部分。

(二) 从点心供应的对象来看 由于点心价廉物美，小巧精致，食用方便，颇有营养，所以深受广大人民群众欢迎。早晨的早点、下午的茶点、晚上的夜宵，已成为人们日常生活所离不开的饮食内容之一。所以，点心更体现了供应面广、销售量大、服务人次多的特点。

(三) 从点心的特点来看 点心不仅在饭前饭后能作为品味点饥的食品，而且在会亲访友时，能作为表达心意的礼品。既能当主食吃饱，又能上桌配套增添花色。特别是逢年过节，已成为丰富生活、活跃气氛的重要内容。不少点心还和历史或传说有着密切的联系。如：五月端午节吃粽子，八月中秋节吃月饼。

综上所述，可以看出，点心不仅在饮食业中占有重要的地位，而且对丰富人民生活，方便群众，活跃市场，促进生

产起了重大的作用。

第二节 点心的分类和各地点心的特点

一、点心的分类

我国各地按传统习惯和当地的特产，自然形成和发展了许多富有本地特色的点心。有的因其携带方便、价廉物美而深得人们欢迎；有的因其制作精细、用料讲究而博得中外宾客的赞赏；有的则因其选料特殊、富有特色而赢得名牌称号。现将这些点心的花色品种按以下几种方法分类：

(一) 按制作原料分 主要可分为麦粉类制品、米和米料类制品、淀粉类制品和其他类制品。

1. 麦粉类制品 麦粉类制品是点心中占比例较大、花色繁多的一个大类，特别是盛产小麦的地区，麦粉类制品使用更为广泛，品种更为丰富。其成品具有松、软、爽滑、酥脆等特点。

麦粉类制品是用小麦磨成的粉——面粉作为主要原料，制成各种包、饺、酥、饼、面等品种。这类制品一般可根据品种特点、制作方法的不同，大致分为三种面团：

(1) 水调面团制品 即用水与面粉调制的面团。由于水温不同、又可分为冷水面、温水面、开水面三种类型。其成品具有滑、软、韧、脆的特点，一般运用于制作面条、饺子、烧卖、薄饼、家常饼之类点心。

(2) 膨松面团制品 即主要通过化学反应或物理变化的途径，使面团组织达到膨大疏松的目的。根据膨松方法不

同，大致又可分为微生物发酵膨松，化学膨松剂膨松，机械力快速震荡膨松，加热促使蛋白质变性、利用鸡蛋的胀发力膨松等几种不同类型。其成品具有松、软、酥、体积膨大等特点，一般适用于制作包、糕、饼之类点心。

(3) 油酥面团制品 油酥面团是由二块面制成的面团，其中一块是全部用脂与面粉擦和成团的称油酥，另一块是用水和面粉或水、油和面粉，或发酵的膨松面团与油酥相隔包和制成层次分明、吃口酥松的成品，一般适用于制作酥饼、酥卷、酥饺、酥盒之类点心。

2. 米和米粉类制品 米类制品也是我国点心中的一个大类，特别是盛产米的地区，米类制品的花色更多，发展更快，其成品具有软、糯、滑、嫩的特点。根据制作方法要求不同，又可分为两种型类：

(1) 米制品 即用糯米、粳米、籼米为主要原料制成的各种饭、粥、粽、糕、糍等点心。由于在制作时，一般都配有其他辅料，所以点心的风味与辅料息息相关，成品别具一格，有些品种已成为当地的特色佳肴。

(2) 米粉制品 即用糯米、粳米、籼米磨成的粉为主要原料制成的各种糕、糍、粉等点心，其成品具有软、糯、滑、嫩的特点。

3. 淀粉类制品 即用特殊加工过的纯淀粉（包括绿豆淀粉、蚕豆淀粉、菱粉、山芋淀粉、麦淀粉、玉米淀粉等）。加水调制的面团。根据制作方法与用料的不同，有的可单纯用淀粉制成坯皮，有的加入植物性原料，有的加入动物性原料，有的则加入蛋类制成坯皮，其成品具有爽滑、软嫩或松酥、

透亮或全黄的特点，一般适用于做饼、饺、角等点心。

4.其他类制品 即用果类、豆类等作为主料单独制成的点心，一般口味都能突出用料特点，别有风味。

(二)按成熟方法分 主要分为蒸、煮、炸、煎、烤、烙及复合成熟制品。

1.蒸 即用水蒸气传热的一种成熟方法。其成品具有松、软、滑、糯的特点。一般适用于做包、饺、糕、糰、卷、夹、烧卖等点心。

2.煮 即用大量水传热的一种成熟方法。其成品具有爽、滑、软、糯及带有一定汤水的特点。一般适用于做饺、面、糰、汤、粥、羹、冻、馄饨等点心。

3.炸 即用大量油传热的一种成熟方法。其成品具有松酥、香脆的特点。一般适用于做饼、卷、球、饺、角、墩、条、馓等点心。

4.煎 即用少量油或少量油与水传热的一种成熟方法。其成品具有部分软嫩、部分焦香的特点。一般适用于做包、饺、饼等点心。

5.烤 即用空气对流辐射传热的一种成熟方法。其成品具有干、香、松软、酥脆的特点，一般适用于做面包、蛋糕、酥、饼、卷、攀等点心。

6.烙 即用金属传热的一种成熟方法。其成品具有外干焦香、内软嫩的特点。一般适用于做饼等点心。

7.复合 即用二种方法成熟的成品，其具有二种不同方法成熟制品的综合特点。一般所制点心范围较广，包括面、饭、饼、饺、馄饨等。

(三)按口味分 主要包括甜味制品、咸味制品及甜咸味制品。

1.甜味制品 是点心中范围最广、品种最多的制品。主要用蛋、糖、油、乳品及果料、蜜饯、豆类等为原料制成的点心。

2.咸味制品 是点心中品种较多的另一大类制品，主要用动植物为原料制成的点心。

3.甜咸味制品（俗称椒盐味制品） 是点心中占比例较小的部分，其口味一般以甜为主，并带有一定咸味，取料类同甜味制品，点心别有风味。

(四)按形式分类 从全国各地及上海的情况来看，主要包括中点、西点、糕点、糕糊。

1.中点 主要指我国各地的传统点心，用料较广，品种繁多，甜咸、冷热、干湿俱全，大多适合现做现吃，比较新鲜。一般在各种宾馆、饭店、饮食店、餐馆、小吃店、点心店都有供应，有一般食带方便的大众点心，也有制作精细、用料讲究的宴席点心。

2.西点 主要指我国引进欧美国家式样的点心，其主要原料是蛋、糖、油及乳脂品，营养价值较高。一般在宾馆、食品厂门市部、部分饮食店或食品店均有供应。以甜点、干点为主，也有部分咸点、湿点、饮料、冷饮等。

3.糕点 主要包括部分仿西式糕点及中式传统糕点，其主要原料是蛋、糖、油、乳脂品及部分果料、豆类等。以甜点、干点、冷食为主，主要便于携带和保藏，有极少量的咸点。

4.糕粿 主要在我国南方盛产糯米的地区供应较多，其用料主要是米或米粉，特别是糯米（粉）为多。以甜点、干点、冷食为主，也有少量咸点，大都适宜当天出售，新鲜度较强。

（五）按形态分 主要包括饭、粥、羹、冻、糕、饼、糊、包、饺、酥、条等。

（六）按结构分 主要分干点、湿点。

1.干点 一般含水量少，能单个成型，携带、包装都较方便，并能保藏一定时间。

2.湿点 一般含水量较大，有的还带有汤水或卤汁，适宜现卖现吃，保藏时间较短。

尽管从各种不同角度可以有许多分类方法，按照目前中点的情况看，以面团分类的较多，也较利于教学与实习。

二、各地点心的特点

我国幅员广大，各地气候、特产及生活习惯各有不同，所以点心制作在原料选择、口味调配、制作方法上，形成了不同的风格和浓厚的地方特色。从目前全国和上海点心的概况来看，其风味特色大致可分为广式、苏扬式、京式三大类型：

（一）广式点心的特点 广式点心系指珠江流域及南部沿海地区所制作的点心，以广东为代表，故称广式点心。广州地处我国的南大门，来往国际友人及华侨宾客甚多，气候又较炎热，长期来养成了一种“饮茶食点”的习惯，加上其用料广泛、品种繁多，近百年来又吸取了部分西点制作技术和菜肴制作技术的特点，故广式的甜点近似于西点、糕点，部

分咸点近似于菜肴，形成了特殊的风味。其品种丰富多彩，不仅有适应作早餐、午后、夜间食用的早点（茶点）、夜宵饭、粥、粉等，还有作为调剂口味的星期羹点及接待宾客用的制作精细、用料讲究的筵席点心。

广式点心由于它的品种花色多样，决定了它使用面团的范围较广，几乎普及到每一种面团，其中以膨松面团、油酥面团、其他面团为多。面皮更是种类繁多，至少有30种以上。一般面皮较软，酵头较大，使用化学膨松剂较多。面皮中使用糖、蛋、油较重，即使咸点的面皮中，也有一定数量的糖分。故面皮吃口除松软、爽滑、酥松外，还带有一定甜味。广式点心特别善于利用果蔬类、豆类、杂粮及鱼虾类为坯料制作一些具有特殊风味的点心。

广式点心的馅心选料讲究，保持原味，口味有淡有浓，咸中带甜，甜中带咸，以虾肉为主，口味鲜嫩，多用熟馅，芡粉较重。甜点中除以糖、蛋、油及茸作馅料外，还有相当一部分点心不用馅心。

广式点心的成熟方法以蒸、烤、炸为多。

富有代表性的点心有：叉烧包、鸡油马拉糕、虾饺、白糖伦教糕、马蹄糕、娥姐粉果、莲茸甘露酥、擘酥鲜蛋挞、荷叶饭、腊味饭、鱼生粥、沙河粉、肠粉、芋头糕、萝卜糕、月饼等。

（二）苏扬式点心的特点 苏扬式点心系指长江中、下游江、浙一带地区（包括上海、浙江、江苏等地）所制作的点心。以苏州为代表的称苏式点心，以扬州为代表的称扬式点心。苏、扬由于地处鱼米之乡，物产丰富，为制作各类点

心创造了良好的物质条件，加上精湛的技艺，使制品具有色、香、味、形俱佳的特点，在国际国内享有极高的声誉。

苏式点心多用米粉面团，其次是水调面团、膨松面团及油酥面团。特别是富有奇特香味的玫瑰猪油包、焦黄香脆的二面黄、香甜软糯的枣泥拉糕及难度较高、色泽鲜艳、形象逼真、栩栩如生的各种动物、花草、水果之类的船点，更被誉为食品中精美的艺术品，使人爱不择手。苏式面点中还有不少品种是节日中很好的礼品及季节中的时令品种。如：元宵的汤糊、清明的青糰、端午的粽子、中秋的月饼、九月的重阳糕、春节的松糕等，都已成为人们日常生活中不可缺少的一种点缀食品。

苏式点心使用的面团，质感较硬，能保持良好的造型性能。馅心以甜馅居多，特别是五仁、百果、蜜饯之类。咸馅色泽较淡，调料较轻，多用生馅，口味鲜嫩。

扬式点心多用膨松面团、水调面团及油酥面团。特别是花色综合小笼，备有多种口味和形式的点心，是一种极好的茶食品，深受大家欢迎。如：扬州富春茶庄的三丁包子，皮薄馅大，口味鲜浓；千层油糕，香甜肥嫩；黄桥烧饼，香、酥、松；翡翠烧卖，碧绿肥甜，驰名中外。尤其是不少宴席细点，给人们留下了极为深刻的印象。

扬式点心使用的面团一般要求较软，面皮较薄，馅心比例较大，故历来有皮薄馅大之称，为此决定了它在技术上要求更高，基本功要求过硬。扬式点心馅心用料讲究，口味浓厚，色泽较深，调料较重，不少品种使用熟馅，富有独特风格。有的使用生馅还掺入适量的皮冻，故汁多味浓。甜馅多

用糖油，但肥而不膩。

苏扬式点心的成熟方法以蒸、煮、炸为多。

富有代表性的点心有：苏式如玫瑰水晶包、百果油包、百果蜜糕、各式糕粿、各式二面黄、各式粽子及形象逼真的船点等。扬式如三丁包、千层油糕、翡翠烧卖、黄桥烧饼、淮安汤包、蟹粉小笼、蟹肉蒸饺、火腿萝卜丝酥饼、各式锅饼、各式煨面、肴肉面、刀鱼面等。

(三) 京式点心的特点 京式点心系指黄河以北的大部分地区，包括山东、东北、华北等地所制作的点心，以北京为代表，故称京式点心。

由于北京曾为金、元、明、清的都城，现在又是我国的首都，来往中外宾客甚多，多方面的需要和其有利的条件，促使它博采了各地之精华，从而使京式点心更加丰富多彩。京式点心以面粉为主要原料，被称为四大面食的面、削面、小刀面、拨鱼面不但制作精湛，而且口味爽滑、筋抖，受到广大人民的喜爱。随着春、夏、秋、冬的季节变化，还能及时地更换品种。每当春回大地、柳枝吐绿的季节，为人们所喜爱的传统小吃艾窝窝、年糕、豌豆黄便相继出现于市场；在骄阳似火、酷暑蒸人的夏天，冷凝脂滑的杏仁豆腐、奶酪、漏鱼等使人清凉解渴；而当金风送爽、子实累累的秋天，江米藕、栗子糕、八宝莲子粥就展现在人们的面前；至于在冰天雪地、北风怒吼的隆冬，热腾腾的盆糕、羊肉杂面、白汤杂碎又可给人驱寒送暖。

京式点心的面团以水调面团、油酥面团、膨松面团为多。皮面质感较硬，发酵较嫩，吃口要求有劲、爽滑，馅心口味

甜咸分明。咸馅喜用葱、姜、黄酱、香油等香料，肉馅多用“水打馅”，不掺皮冻，吃口鲜咸而香，柔软松嫩，具有独特的风味。

京式点心的成熟方法以蒸、烤、烙、炸为主。

富有代表性的点心有：龙须抻面、银丝卷、盘丝饼、一品烧饼、清油饼、清宫仿膳肉末烧饼、艾窝窝、千层糕、豌豆黄、芸豆卷、京八件、天津狗不理包子等。

第三节 制作点心的设备和工具

制作点心是一项手工技艺性较强的专业工种，它一方面通过点心师的双手制作出各种形式的点心，另一方面则要用双手去运用掌握各种设备和工具，为方便制作点心服务，并加快劳动效率和减轻劳动强度。由于我国点心的花色繁多，制作方法和各地习惯也有所不同，因此，所需的设备和工具也各有差异。有些工具、设备是制馅时用的，如：刀、搅肉机、斩菜机等。有些工具、设备是制作成型中用的，如：搅拌机、案板、各种擀棒、各种小工具、各种大小模印等。有些工具、设备是成熟中用的，如：炉灶、锅、勺、笼屉等。有些工具、设备则是存放原料用的，如：缸、桶、盆、钵等。

现在将点心制作中经常使用的主要设备和工具介绍如下：

一、制作点心常用的设备和工具

(一) 炉灶 炉灶是点心成熟的主要设备。由于点心的品种多，成熟方法也各有不同，因此要使用不同的炉灶，有

些与一般烹调时所用的炉灶相同,有些是专门用的特殊炉灶。根据炉灶的结构与形式,制作点心常用的炉灶大致有以下几种:

1. 蒸灶 适用于蒸制馒头、包子、糕、粿、饺等点心的炉灶。从目前及发展情况来看,蒸灶有以下几种形式:

(1) 蒸汽灶 即直接由大锅炉烧出的蒸汽,通过管道传送出来,直接由蒸汽使成品成熟。管道可盘成圆的,也可以是长的或方的,适合大型笼屉蒸点心。

(2) 蒸汽水灶 即由大锅炉烧出的蒸汽,通过管道传出热量,由于管子的传热而将特制水箱里的水煮开,通过开水的蒸汽使成品成熟。式样一般是长方形的,灶面再开出三眼或多眼的出气口。既适合大笼屉蒸,也可用小笼屉蒸。

(3) 煤气灶 即直接用煤气火将铁锅中的水烧开,传出蒸汽使成品成熟。式样一般是圆形的,灶面加上一块铁板,上面开三眼或多眼的出气孔或在灶上垫一个水圈,可蒸大笼屉,也可蒸小笼屉。

(4) 煤气水灶 即由煤气将管子烧热,通过管子的热量将浸没管子的水烧开,通过开水的蒸汽使成品成熟。式样一般是长方形的,灶面再开出三眼或多眼的出气口。既适合大笼屉蒸,也可用小笼屉蒸。

(5) 煤蒸灶 即用煤或柴将铁锅内的水烧开,蒸发出热汽,使成品成熟。式样一般是圆形的,灶面加上一块铁板,上面开三眼或多眼的出气口或水圈,可蒸大笼屉,也可以蒸小笼屉。

2. 烤炉 适用于烘烤面包、蛋糕、酥饼之类点心的炉灶。