



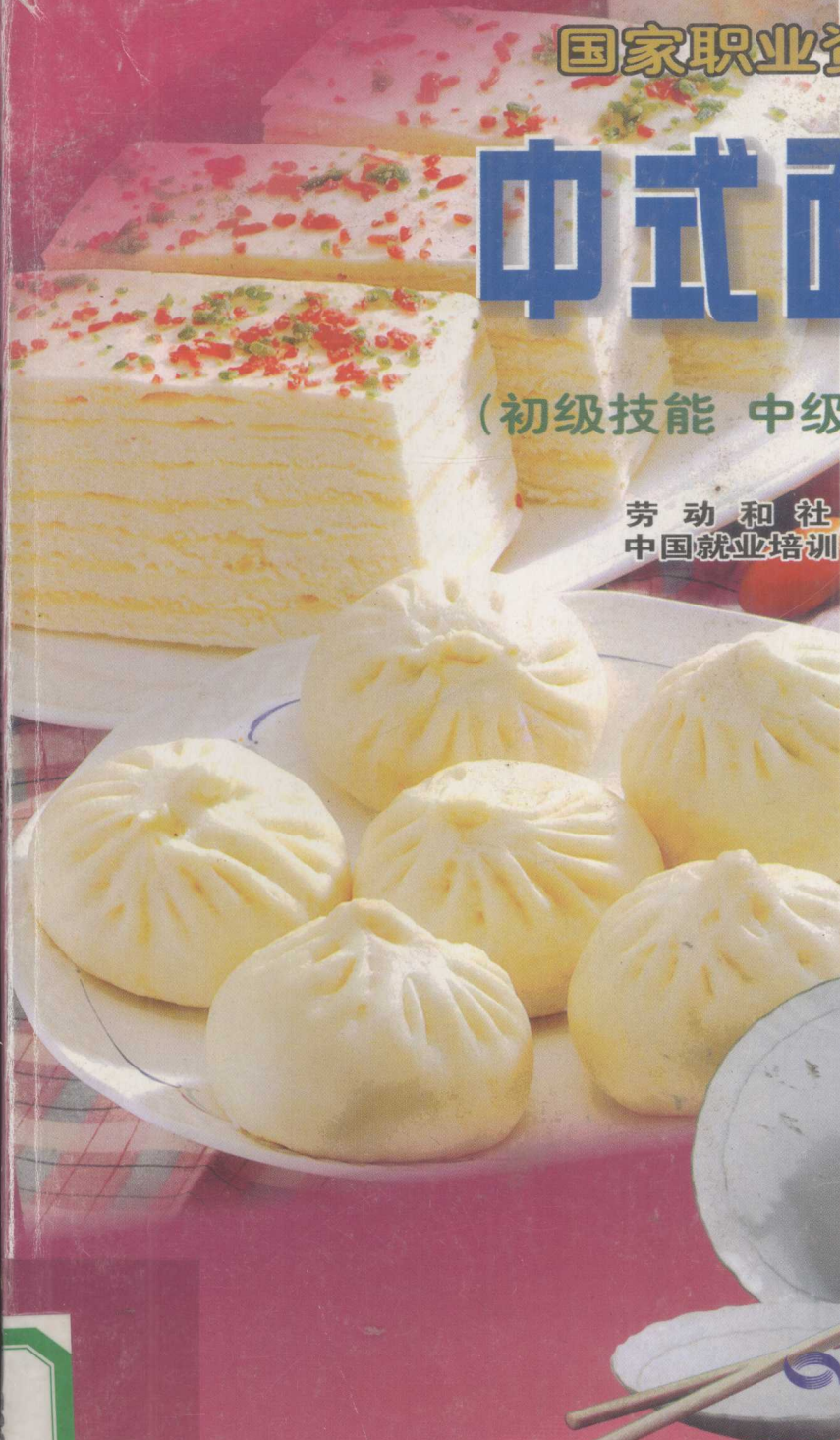
● 专用于国家职业技能鉴定

国家职业资格培训教程

中式面点师

(初级技能 中级技能 高级技能)

劳动保障部
中国就业培训技术指导中心 组织编写



中国劳动保障出版社

ZHONG SHI MIAN DIAN SHI

专用于国家职业技能鉴定

国家职业资格培训教程

中式面点师

(初级技能 中级技能 高级技能)

劳动和社会保障部 组织编写
中国就业培训技术指导中心

中国劳动社会保障出版社

图书在版编目(CIP)数据

中式面点师：初级技能 中级技能 高级技能/劳动和社会保障部中国就业培训技术指导中心组织编写. —北京：中国劳动社会保障出版社，2001.2

国家职业资格培训教程

ISBN 7-5045-3015-8

I. 中…

II. 劳…

III. 面点-制作-技术培训-教材

IV. TS972.116

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 59965 号

中国劳动社会保障出版社出版发行

(北京市惠新东街1号 邮政编码：100029)

出版人：唐云岐

*

世界知识印刷厂印刷装订 新华书店经销

787毫米×1092毫米 16开本 11印张 267千字

2001年2月第1版 2006年3月第6次印刷

印数：10000册

定价：18.00元

读者服务部电话：010 - 64929211

发行部电话：010 - 64911190

出版社网址：<http://www.class.com.cn>

版权专有 侵权必究

举报电话：010 - 64911344

国家职业资格培训教程

中式烹调师 中式面点师 西式烹调师 西式面点师

编审委员会

主任	陈宇						
委员	宋建	葛玮	袁芳	刘永澎	王美萍		
	郭亚东	高山	王美	刘国云	梅晓章		
	南洪江	毛坤	白玉洁	吴美云	张明		
	林泉	赵红	董桐生	闫文胜	刘总路		
	恽嘉林	王璞	刘宇	王瑞秋	孟祥萍		
	苑树堂	于康	王新国	王国培	臧纯跃		
	张晨	于杰	郭文彬	张人诚	崔琳		
	陈永浚	朱锡彭					

中式面点师技能编审人员

主编	王美					
编者	王美	郭文彬	张人诚	崔琳	陈永浚	
	刘总路	恽嘉林				
审稿	白玉洁					

前 言

为推动烹调师、面点师职业培训和职业技能鉴定工作的开展，在烹饪专业从业人员中推行国家职业资格证书制度，劳动和社会保障部中国就业培训技术指导中心在完成《国家职业标准》制定工作的基础上，组织部分参加标准编写和审定的专家及其他有关专家，编写了中式烹调师、中式面点师、西式烹调师、西式面点师4个职业的《国家职业资格培训教程》。

《教程》紧贴《标准》，内容上力求体现“以职业活动为导向，以职业技能为核心”的指导思想，突出职业培训特色；结构上，《教程》是针对各职业的职业活动的领域，按照模块化的方式，分初、中、高、技师、高级技师5个级别进行编写的。《教程》的章对应于《标准》的“职业功能”，节对应于《标准》的“工作内容”，节中阐述的内容对应于《标准》的“技能要求”和“相关知识”等内容。针对《标准》中的“基本要求”，还专门编写了这4个职业共用的《烹饪基础知识》，《烹饪基础知识》包括职业道德、饮食卫生、饮食营养、成本核算、厨房安全与卫生等方面的内容，是这4个职业各个级别的从业必备知识。

《国家职业资格培训教程——中式面点师（初级技能 中级技能 高级技能）》适用于初级、中级、高级中式面点师的培训，是职业技能鉴定的指定辅导用书。

本《教程》由王美、郭文彬、张人诚、崔琳、陈永浚编写，王美主编统稿，白玉洁审稿。由于时间仓促，不足之处在所难免，欢迎提出宝贵意见和建议。

劳动和社会保障部中国就业培训技术指导中心

目 录

第一部分 中式面点师初级技能

第一章 操作前的准备	(1)
第一节 操作间的整理及个人着装.....	(1)
第二节 面坯的基础操作技术要领.....	(4)
第二章 设备与工具	(10)
第一节 常用设备.....	(10)
第二节 常用工具.....	(14)
第三章 面点原料常识	(17)
第一节 稻谷与稻米.....	(17)
第二节 小麦与面粉.....	(19)
第三节 杂粮.....	(20)
第四章 制馅工艺 (一)	(24)
第一节 常用咸馅原料的初加工.....	(24)
第二节 常见的咸馅.....	(25)
第五章 面坯调制工艺 (一)	(29)
第一节 水调面坯.....	(29)
第二节 化学膨松面坯.....	(33)
第三节 杂粮面坯.....	(35)
第六章 成型工艺 (一)	(40)
第一节 搓、擀、卷.....	(40)
第二节 切、包、模具.....	(41)
第七章 熟制工艺 (一)	(44)
第一节 烤.....	(44)
第二节 煮.....	(46)
第三节 烙.....	(48)

第二部分 中式面点师中级技能

第八章 面点原料知识	(50)
第一节 制馅原料	(50)
第二节 常用的辅助原料	(55)
第三节 面点原料的保管	(58)
第九章 制馅工艺(二)	(61)
第一节 常用甜馅原料的初加工	(61)
第二节 常见的甜馅品种	(62)
第十章 面坯调制工艺(二)	(66)
第一节 生化膨松面坯	(66)
第二节 层酥面坯	(70)
第三节 物理膨松面坯	(74)
第四节 米及米粉面坯	(76)
第五节 其他面坯	(78)
第十一章 成型工艺(二)	(83)
第一节 叠、摊、按、剪	(83)
第二节 拧、捏、滚粘、镶嵌	(84)
第十二章 熟制工艺(二)	(87)
第一节 蒸	(87)
第二节 烤	(89)
第三节 烙	(91)
第十三章 装饰工艺(一)	(94)
第一节 构图	(94)
第二节 面点的色彩	(96)

第三部分 中式面点师高级技能

第十四章 综合知识	(99)
第一节 点心价格计算	(99)
第二节 合理烹调,降低营养素的损失	(103)
第十五章 面点原料	(107)
第一节 食品添加剂	(107)
第二节 大米和面粉的工艺性能	(115)

第三节	复合调味品	(118)
第十六章	制馅工艺 (三)	(120)
第一节	馅心概述	(120)
第二节	特色馅心制作工艺	(122)
第三节	特色馅心品种	(124)
第十七章	面坯调制工艺 (三)	(127)
第一节	膨松面坯	(127)
第二节	层酥性面坯	(128)
第三节	米粉面坯	(133)
第四节	其他面坯	(135)
第十八章	成型工艺 (三)	(142)
第一节	抻、削、拨	(142)
第二节	钳花、挤注	(143)
第十九章	熟制工艺 (三)	(145)
第一节	炸	(145)
第二节	煎	(148)
第三节	复合熟制法	(149)
第四节	热能运用的一般原则	(152)
第二十章	装饰工艺 (二)	(155)
第一节	盘饰工艺	(155)
第二节	工艺美术在裱花技巧上的运用	(158)
第三节	造型蛋糕制作实例	(159)
第二十一章	市场营销知识	(162)
第一节	市场与市场营销	(162)
第二节	产品营销策略	(163)

第一部分 中式面点师初级技能

第一章 操作前的准备

第一节 操作间的整理及个人着装

一、操作间卫生整理

1. 面点操作间的基本环境卫生要求

- (1) 操作间干净、明亮、空气畅通，无异味。
- (2) 全部物品摆放整齐。
- (3) 机械设备（和面机、轧面机、绞馅机等）、工作台（案台、墩子）、工具（面杖、刀剪、箩、秤等）、容器（缸、盆、罐等）做到木见本色，铁见光，保证没有污物。
- (4) 地面保证每班次清洁一次。灶具每日打扫一次。
- (5) 屉布、带手布要保证每班次严格清洗一次，并晾干。
- (6) 冰箱内外要保持清洁、无异味，物品摆放有条理、有次序。
- (7) 严禁在操作时吸烟，操作间内不得存放私人物品。

2. 工作台的清洗方法

- (1) 先将案台上的面粉用扫帚清扫干净，并将面粉过罗倒回面桶。
- (2) 用刮刀将案台上的面污、粘着物刮下，扫净。
- (3) 用带手布或板刷带水将案台上的粘着物清洗干净，同时将污水、污物抹入水盆中。注意：绝不能使污水流到地面上。
- (4) 最后再用干净的带手布将案台擦拭干净。

3. 地面的清洁方法

- (1) 先将地面扫净，倒掉垃圾。
- (2) 将墩布沾湿后，拧去墩布表面的水分，按次序、有规律地擦拭地面。
- (3) 擦拭地面时，要注意擦拭案台、机械设备、物品柜的下面部分，不留死角。
- (4) 擦拭地面应采用“倒退法”，以免踩脏刚刚擦拭的地面。

4. 带手布的清洁方法

- (1) 先用洗涤剂洗净带手布。
- (2) 将带手布放入开水中煮 10 分钟（如油污较多，可在水中放适当碱面）。

(3) 再将带手布放入清水中清洗干净。

(4) 将洗净的带手布拧干水分，晾晒于通风处。

5. 面点操作间的卫生制度

操作间的卫生制度是制约每一位员工的基本条例，全国各地根据本地区的具体情况，均有自己不同的操作间卫生制度。下例是北京某饭店面点间的卫生制度，供参考：

(1) 面点间员工必须持有健康证、卫生培训合格证。

(2) 面点间员工必须严格执行《食品卫生法》中有关规定，把好卫生关。

(3) 面点间员工必须讲究个人卫生，达到着装标准、工服清洁，不允许着工服去与生产经营无关的岗位。

(4) 原料使用必须符合有效期内的规定，散装原料要符合国家卫生标准和质量要求，不准使用霉变和不清洁的原料。

(5) 面点间食品存放必须做到生熟分开，成品与半成品分开，并保持容器的清洁卫生。

(6) 随时注意案台、地面及室内各种设备用具的清洁卫生。保持良好的工作环境。

(7) 每天按卫生分工区域做好班后清洁工作。操作工具、容器、机械必须做到干净、整洁，接触成品的用具、容器以及屉布、带手布等要清洗干净。

二、个人着装

1. 总体要求

干净、整齐，工作服穿戴整洁，不露发迹，系好风纪扣。男不留胡须，女不染指甲。

2. 基本着装

见图 1—1、图 1—2、图 1—3、图 1—4、图 1—5、图 1—6。

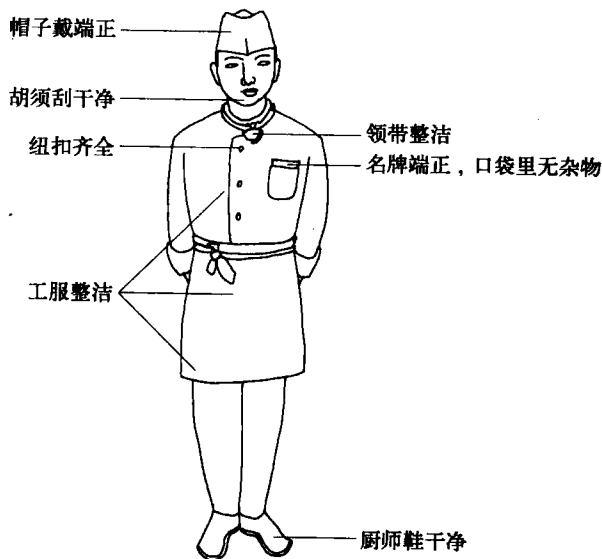


图 1—1 男厨师正确着装（正面）



图 1—2 男厨师错误着装（正面）

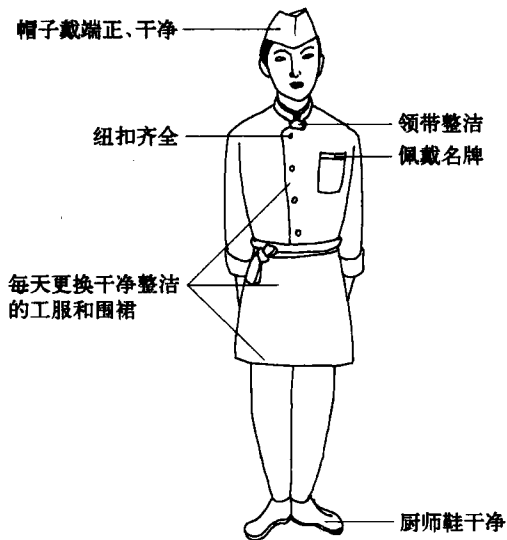


图 1—3 女厨师正确着装（正面）

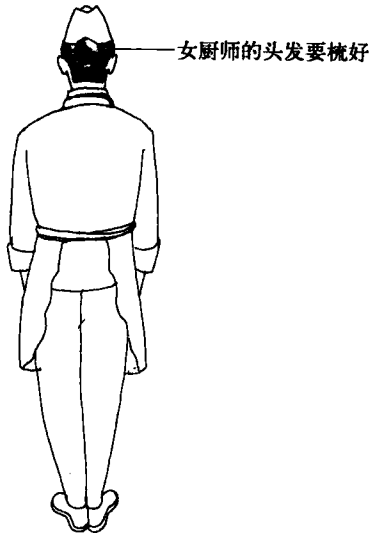


图 1—4 女厨师正确着装（背面）

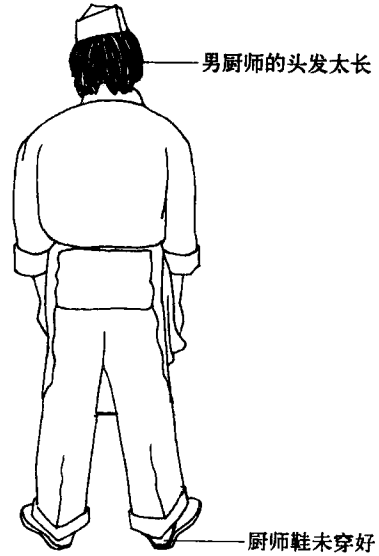


图 1—6 男厨师错误着装（背面）

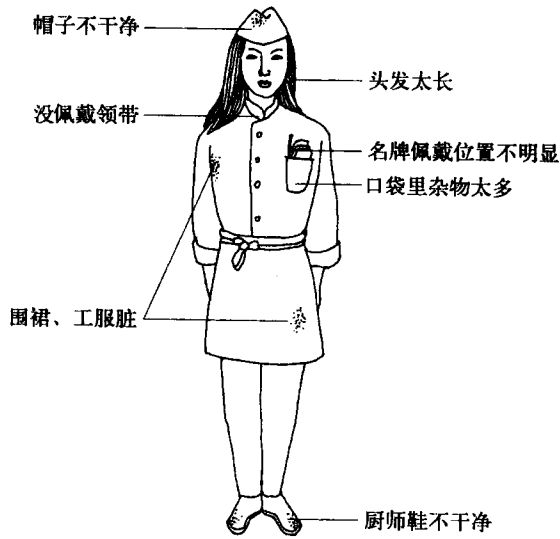


图 1—5 女厨师错误着装（正面）

第二节 面坯的基础操作技术要领

中式面点制作工艺是一项较为复杂的过程，它大致包括 10 个程序（见图 1—7）。

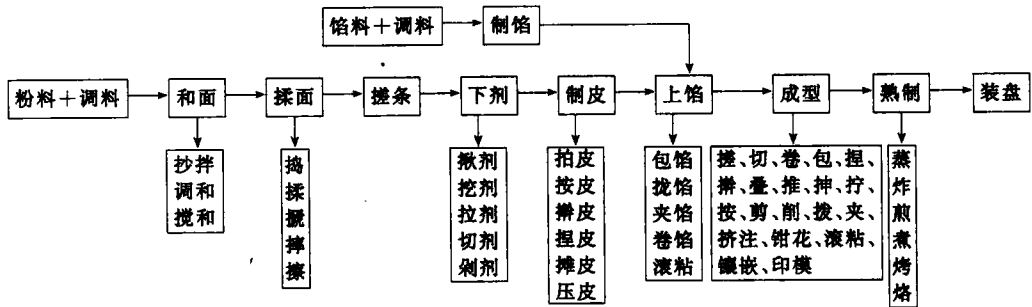


图 1—7 中式面点制作工艺过程

一、和面

和面又称调面，是指将粉料与其他辅料（如水、油、蛋、添加剂等）掺和并调制成面坯的过程。和面是整个面点工艺制作中最初的一道工序，是制作点心的重要环节，和面质量的好坏，直接影响着点心加工工艺程序的进行以及成品的质量好坏。

1. 和面的要领

在调制面坯时，需用一定强度的臂力和腕力。为了便于用力，应两脚稍分开，站成丁字步。和面时，首先，面入缸内或案台上后，在面中间扒一凹塘，然后分次将水或其他辅料掺入，拌成“雪花状”，最后洒上少量水揉制成面坯。

2. 和面的一般要求

(1) 掺水量要适当 掺水量应根据不同的品种、不同季节和不同面坯而定；掺水时应根据粉料的吸水情况分几次掺入，而不是一次加大量的水。

(2) 动作迅速、干净利落 无论哪种和面手法都要求投料吃水均匀，符合面坯的性质要求。和面以后，要做到手不粘面、面不粘缸（盆、案）、面坯表面光滑。

3. 和面的手法

和面的手法大体上有三种，即抄拌法、调和法、搅和法，其中以抄拌法使用最为广泛。

(1) 抄拌法 将面粉放入缸或盆中，中间扒一凹塘，分次放水，用双手将粉料反复抄拌均匀，揉搓成面坯。如：水调面坯工艺等宜使用此手法。

(2) 调和法 将面粉放在案台上，围成中间薄周边厚的窝形（也称为“开窝”），将水或其他辅料倒入窝内，双手五指张开，将窝内原料混合均匀，再从内向外逐渐拨入面粉调和，面成雪片状后，再经过搓、摔等工艺方法使面坯光滑。如：水油面坯工艺等宜使用调和法。

(3) 搅和法 将面粉放入盆内，左手浇水，右手拿着面杖或竹筷搅和，边浇边搅，搅成均匀的面坯，如：烫面工艺等宜使用搅和法。

在面点制作工艺中，无论采用哪种和面手法，和好的面坯一般都要用干净的湿布盖上，以防止面坯表面干燥、结皮、裂缝。

二、揉面

揉面是在面粉颗粒吸水发生粘连的基础上，通过反复揉搓，使各种粉料调和均匀，充分吸收水分形成面坯的过程。揉面是调制面坯的关键，它可使面坯进一步增劲、柔润、光滑。

1. 揉面的要求

揉面时脚要稍稍分开，站成丁字步，上身稍弯曲，身体不靠案台。面坯要揉透，使整块面坯吸水均匀，不夹粉茬，揉至面光、缸光、手光。

2. 揉面的手法

揉面的手法主要有捣、揉、擀、摔、擦5种。

(1) 捣 就是在面和成团后，将面团放在缸盆内，双手紧握拳头，在面的各处用力向下均匀捣压，力量越大越好，面被捣压，挤向缸的周围时，再将其叠拢到中间，继续捣压，如此反复多次，直至把面坯捣透上劲为止。

(2) 揉 就是用双手掌根压住面坯，用力伸缩向外推动，把面坯摊开、叠起，再摊开、再叠起，如此反复，直至揉透。

(3) 擀 就是双手握拳，交叉在面坯上擀压，边擀、边压、边推，把面坯向外擀开，然后卷拢再擀。擀比揉的劲大，能使面坯更均匀、柔顺、光润。

(4) 摔 它分为两种手法。一种是固态面坯的摔法：手拿面坯，举起来，手不离面，摔在案台上，摔匀为止，水油面的调制就是采用此法；另一种是稀软面坯的摔法：用手拿起面坯，脱手摔在盆内，摔下，拿起，再摔，直至将面坯摔均匀，春卷面的调制就是运用此法。

(5) 擦 主要用于油酥面坯和部分米粉面主坯的制作。方法是在案台上把油与面和好后，用手掌根把面坯一层层向前推擦，使油和面相互粘连，形成均匀的面坯。

3. 揉面的要领

(1) 揉面时要用“巧劲”，既要用力，又要揉“活”，必须手腕着力，而且力度要适当。

(2) 揉面时要按照一定的次序，顺着一个方向揉，不能随意改变，否则不易使面坯达到光洁的效果。

(3) 揉发酵面时，不要用“死劲”反复不停地揉，以避免把面揉“死”，而达不到膨松的效果。

(4) 揉匀面坯后，不要紧接着做成品，一般要醒10分钟左右。

三、搓条

搓条就是将揉好的面坯搓成条状的一种工艺手法，它是下剂前的准备步骤。操作时，将醒好的面坯先切成长条状，然后用双掌根将面推搓成粗细均匀的圆形长条。

1. 搓条的基本要求

条圆，光洁，粗细一致。

2. 搓条的要领

两手着力均匀、平衡；要用掌根推搓，不能用掌心，否则不易搓匀。

四、下剂

下剂又称掐剂子，就是将搓条后的面坯，分成大小一致的坯子。下剂直接关系到点心成型后的规格大小，也是成本核算的标准。根据各种面坯的性质，常用的下剂方法有揪剂、挖挤、拉剂、切剂、剁剂等。

1. 下剂的基本要求

大小均匀，重量一致，剂口利落，不带毛茬。

2. 下剂的手法

(1) 揪剂 又称摘坯或摘剂。方法是：将搓好的剂条，用左手捏住，露出相当于坯子大小的截面，然后用右手大拇指与食指轻轻捏住面剂，用力顺势揪下。

揪剂的基本要领是：左手不能用力太大，揪下一只剂子后，左手将面条转 90°，然后再揪。

(2) 挖剂 又称铲剂，多用于较粗的剂条。方法是：搓条后将剂条放在案台上，左手虎口按住剂条，右手四指弯曲成铲形，手心朝上从剂条下面伸入，左手向下右手四指向上挖下剂子。

挖剂的要领是：右手在挖剂时用力要猛，要使其截面整齐、利落。

(3) 拉剂 多用于较为稀软的面坯。由于面坯较软，不宜将剂条拿在手中下剂，因而采用此法。操作方法是：左手按住剂条，右手五指抓住剂子，用力拉下。

(4) 切剂 就是将剂条用刀切成均匀的剂子。其方法是：将剂条放在案台上，用刀切成大小一致的面剂，如圆酥的剂子宜用切剂的方法。

切剂的要领：下刀准确，刀韧锋利，切剂后剂子截面成圆形。

(5) 刹剂 刹剂就是将搓好的剂条放在案台上，根据品种要求的大小，用刀均匀地将剂子刹下，如制作花卷、馒头等时宜用刹剂。

五、制皮

制皮就是将剂子制成薄片的过程。面点工艺中有很多品种都需要制皮，制皮技术性较强，操作方法也较为复杂。制皮质量的好坏直接影响着包捏工序的进行和点心的最后成型。由于各类品种的要求不同，制皮方法也有所不同。常用的方法有按皮、擀皮、拍皮、捏皮、摊皮和压皮等。

1. 按皮

按皮是一种较为简单的制皮方法。操作方法是：将下好的面剂截面向上，用掌根将其按扁，再按成中间稍厚，四周稍薄的圆皮。

按皮的要领是：必须用掌根按。

2. 拍皮

将下好的面剂截面向上，用手先掀压一下，然后用手掌沿着剂子周围用力拍，边拍边顺时针方向转动皮子，将剂子拍成中间厚、四周薄的圆形皮子。

3. 擀皮

擀皮是应用最广的制皮方法，它技术性强，要求较高。根据使用工具及点心要求的不同，擀皮的方法有许多种。常用的制皮工具有单手杖、双手杖、走槌等，它们分别用于水饺皮、蒸饺皮、烧卖皮以及馄饨皮、油皮酥等的制作。

4. 捏皮

捏皮适用于无筋力的面坯制皮，如：米粉面坯、薯蓉面坯的制皮。操作方法是：将剂子用手揉匀搓圆，再用双手手指捏成碗状，俗称“捏窝”。

捏皮的要领是：要用手将面坯反复捏匀，使其不致裂开而无法包馅。

5. 摊皮

摊皮是一种较为特殊的制皮方法，主要用于稀软面坯。操作方法是：将锅置于中小火上，锅内抹少许油，右手拿起面坯，不停抖动（因面坯很软，放在手上不动就会流下），顺势向锅

内一摊，使面坯在锅内粘上一层，即成圆形皮子。随即拿起锅，继续抖动面坯，待面皮边缘略有翘起，即可揭下成熟的皮子。

摊皮的要求是：皮子形圆，厚薄均匀，无砂眼，大小一致。

摊皮的操作要领是：要掌握好火候的大小，动作要连贯，所用锅一定要洁净，并适量抹油。

6. 压皮

压皮也是一种特殊的制皮方法，主要用于澄面点心的制皮，操作方法是：将剂子用手均匀地揉成圆球状，置于案台上（要求案台光滑平整无裂缝），案上抹少许油，右手持刀，将刀平放在剂子上，左手按住刀面，向前旋压，将剂子压成圆皮。

操作要领是：要用手将面坯反复揉匀，使其不致裂开而无法包馅。

六、制馅

制馅是将食品原料制碎、调味的工艺过程。它是多数面食制品的重要组成部分，行业里习惯将制馅的成品称为馅心。馅心在面点制作工艺中具有体现面点口味、影响面点形态、形成面点特色和使面点花色品种多样化的特点。

中式面点的馅心品种繁多，类别复杂，按其口味和成熟与否，一般将其分为生咸馅、熟咸馅、生甜馅和熟甜馅四种。

馅心的调制方法将在以后章节专门阐述。

七、上馅

上馅也叫包馅、塌馅、打馅等。即是在坯皮中间放上调好的馅心的过程。它是制作有馅品种的一道重要工序，上馅的好坏，会直接影响成品的包捏和成型。根据品种不同，常用的上馅方法有包馅法、拢馅法、夹馅法、卷馅法、滚粘法等。

1. 包馅法

包馅法是最常用的一种方法，用于包子、饺子、合子（一种夹馅的面饼）、汤圆等绝大多数点心品种。根据品种特点，又可分为无缝、捏边、卷边、提褶等。上馅的多少、部位、手法随所用方法不同而变化。

（1）无缝类 此类品种有豆沙包、水晶馒头等，一般要将馅上在中间，包成圆形或椭圆形，不宜将馅上偏。

（2）捏边类 此类品种有水饺、蒸饺等，馅心较大，上馅要稍偏一些，这样将皮折叠上去，才能使皮子边缘合拢捏紧，馅心正好在中间。

（3）提褶类 此类品种有南翔小笼包子、狗不理包子等，因提褶面呈圆形，所以馅心要放在皮子正中心。

（4）卷边类 此类品种有酥合子、鸳鸯酥等，它是将包馅后的皮子依边缘卷捏成型的一种方法，一般用两张面皮，中间上馅，上下覆盖，依边缘卷捏。

2. 拢馅法

拢馅法就是将馅放在皮子中间，然后将皮轻轻拢起，不封口，露一部分馅，如烧卖等。

3. 夹馅法

夹馅法即一层料一层馅。上馅要均匀而平，可以夹上多层馅。对稀糊面的制品，则要蒸

熟一层后再上馅，再铺另一层，如三色蛋糕等。

4. 卷馅法

卷馅法就是先将面剂擀成片，然后将馅抹在面皮上（一般是细碎丁馅或软馅），再卷成筒形，做成制品，熟后切块，露出馅心，如蛋糕等。

5. 滚粘法

滚粘法较特殊，是将馅料切成块，蘸上水，放入干粉中，用簸箕摇晃，使干粉均匀地粘在馅上。

八、成型

成型是运用调制好的各类面坯，配上各式馅心（或不用馅心）制成形状多样的成品生坯的过程，它对成品的形态、质量有直接的影响，通过成型工艺，可将点心制成各种几何形状和像生形态。

九、熟制

将已成型的面点生坯（半成品），运用各种加热方法，使其成为色、香、味、形俱佳的熟制品，这个由生变熟的过程称熟制。

十、装盘

这是中式面点的最后一道工序，因此，这道工序不仅要把好卫生关，而且还要掌握装盘的最基本方法。

1. 随意式

随意式是最简单的装盘形式。这种形式只需要选择适当的餐具与点心组合。装盘时，要注意留有适当的空间，既不显空疏，又不能壅塞，一般以视觉舒适为宜。适合于成品体积较小的品种，如：茶点中的小麻花、花生粘等。

2. 整齐式

整齐式在随意式的基础上又进了一步，要求点心成品的形状统一，排列整齐、匀称、有规律，或围或叠，或圆或方。

3. 图案式

图案式是在运用上述两种方法外，根据成品的特点进行图案装饰，用各类成品进行组合，或对称、或均衡、或呈几何形、或是装饰绘画形。如两种点心的“双拼”以及有起伏线、对角线、螺旋线、“S”形构图以及各种形式掺杂起来的综合运用的构图。

4. 点缀装饰式

点缀装饰式是在上述三种方法的运用之外，加上点缀装饰，画龙点睛。如在白色“荷花酥”的表面，点缀粉红色的白糖，在白色烧卖的表面点缀红色的火腿末或黄色的蛋丝。

注意：不能将内容与形式无任何联系的饰物用来点缀，否则会是画蛇添足的效果。

5. 象形式

象形式造型要求最高，难度也最大。它必须紧扣宴席主题，精心构思，设计出具有高雅意境的画面。设计此种装盘，除应具备上述四种设计技能外，还需具备较强的绘画技巧和主题构思能力。这需要在实践中不断学习，才能掌握。