

# 面点制作技术

张廉明 刘光伟 编

山东科学技术出版社

中等职业教育读物

# 面点制作技术

张廉明 刘广伟编

山东科学技术出版社

一九八八年·济南

中等职业教育读物  
**面点制作技术**  
·张廉明 刘产伟、编

山东科学技术出版社出版  
山东省新华书店发行  
旭升印刷厂印刷

\*  
787×1092毫米32开本 5.75印张 114千字

1984年4月第1版 1988年4月第5次印刷

印数：101101—110200

ISBN 7-5331-0003-4/TS·2

定价 1.20元

## 出版说明

为了适应我省中等职业教育发展的需要，我社受山东省教育厅委托，编辑出版了《中等职业教育读物》。

这套读物的分册将逐步增加，陆续出版。已出版的有12种，有《黑白电视机修理技术》、《半导体收音机修理技术》、《盒式录音机修理技术》、《摩托车维修技术》、《钟表修理技术》、《电机修理技术》、《制描图技术》、《服装裁剪技术》、《菜肴烹调技术》、《面点制作技术》、《家具制作技术》、和《电工基础与电工技术》。希望各地在试用中能够给我们提出宝贵意见，以便再版时修改。

这套读物在编写过程中，力求做到理论联系实际，文字通俗易懂，除简明讲述基础知识外，着重介绍了修理、制作技术，以达到实用、速成的目的。这套读物主要作为中等职业学校或短训班的选用教材，并可供有关行业的修理工人及广大业余爱好者阅读。

## 前 言

“民以食为天”。人们天天离不开饮食，特别是米面食品，在我国被称为主食，其历史悠久，制作技艺精湛，长期以来形成了一套操作技术。由于受气候、物产、饮食习俗等方面的影响，久有“南米北面”之俗，因此米制品、面制品南北各有特色，形成了丰富多采的面点品种，风味各异，是人们不可缺少的食品。

本书是以常用的面点制作技术为主体，编写中参考了上海、沈阳、吉林等地及商业部统编烹饪教材，实例品种参考了已出版的《中国小吃》（中国财政经济出版社）的部分品种。

由于编者水平所限，谬误之处，敬请读者批评指正。

编 者

1984年1月

# 目 录

<b>第一章 概 述</b> .....	( 1 )
第一节 中国面点的历史演变.....	( 1 )
第二节 面点制作程序及基本操作知识.....	( 4 )
第三节 设备与工具.....	( 6 )
<b>第二章 原 料</b> .....	( 10 )
第一节 选料常识.....	( 10 )
第二节 主要原料.....	( 12 )
第三节 制馅原料.....	( 21 )
第四节 调味和辅助原料.....	( 24 )
<b>第三章 制 馅</b> .....	( 35 )
第一节 馅心制作的重要性和特点.....	( 35 )
第二节 咸馅制作.....	( 38 )
第三节 甜馅制作.....	( 50 )
<b>第四章 水和面团</b> .....	( 57 )
第一节 水和面团的形成原理.....	( 57 )
第二节 冷水面团的调制.....	( 59 )
第三节 沸水面团的调制.....	( 61 )
第四节 温水面团的调制.....	( 63 )
<b>第五章 膨松面团</b> .....	( 67 )
第一节 酵母膨松法.....	( 67 )
第二节 化学膨松法.....	( 81 )
第三节 物理膨松法.....	( 85 )

<b>第六章</b>	<b>油酥面团</b> .....	(89)
第一节	油面的调制.....	(89)
第二节	水油面的调制.....	(91)
第三节	包酥的方法.....	(93)
<b>第七章</b>	<b>其他面团</b> .....	(103)
第一节	米粉面团.....	(103)
第二节	蛋和面团.....	(113)
第三节	矾碱面团.....	(117)
<b>第八章</b>	<b>成型</b> .....	(120)
第一节	揉、卷、包、捏.....	(120)
第二节	抻、切、削、搓、拔.....	(131)
第三节	擀、叠、摊.....	(134)
第四节	钳花、模印、镶嵌.....	(137)
<b>第九章</b>	<b>成熟</b> .....	(140)
第一节	蒸、煮.....	(140)
第二节	炸、煎.....	(145)
第三节	烤、焙.....	(148)
<b>第十章</b>	<b>地方风味品种</b> .....	(154)
第一节	京津、山东风味.....	(154)
第二节	苏沪浙风味.....	(163)
第三节	粤闽、川蜀风味.....	(169)
第四节	晋陕风味.....	(173)

# 第一章 概 述

## 第一节 中国面点的历史演变

中国以米面制品作为主食，来源已久。在人们还不懂得种植粮食作物之前，是依赖渔猎和采集野生植物的果实、种子、块根、嫩茎叶为生。神农氏尝草别谷，教民耕艺，民始食谷，人们才学会了栽培粮食作物。我国考古中，发掘西安半坡新石器时代遗址时，发现有一陶罐中盛有已炭化过的谷子。到了青铜时代的殷商，种植谷物已多，在甲骨文中“卜黍”之占记载甚多，说明这时用于饮食的农作物，已成为主要食物。我国的农作物以五谷为主，即：黍、稷、麦、稻、菽。这些植物的种子——粮食，取代了过去的食品。开始时是吃蒸煮熟的颗粒状米粒，这就是延续至今的主食米制品。这种食品当时称为“餐”或“饵”。据郑康成注释：蒸成的米制品称“饵”，用米制成饼样的叫“餐”。我国南方河湖纵横，最宜种稻，自古至今南方人以稻米为主食。而用米制糕类食品，约始于汉末。

将颗粒状的粮食磨成粉，是从麦子开始的。小麦在我国北方种植为多，战国时种植已很普遍；将麦子磨成面粉，大约是在秦汉时代开始的。自从有了面粉，随之也就产生了面食制品，当时一切面食品统称为“饼”。《释名》称：“饼，并也，溲面使合并也。”上笼蒸制的称“蒸饼”；用水煮熟



者称“汤饼”；撒有胡麻（芝麻）者叫“胡饼”。自汉代至明清都用这些名字。将面团发酵制食品，也是汉代的事。南北朝时的《齐民要术》载有“馅淪法”，注释称：“起面也，发酵使面轻高浮起，炊之为饼。”这就是较早的关于蒸制的馒头之类的食品。面食和菜肴有些相似之处，我国北方黄河流域以北的地区，是以山东为主体，历史悠久，制法多样。东汉时赵歧流落北海（在山东临淄北），在市内贩卖胡饼（《资治通鉴》汉桓帝延熹三年——公元一六〇年），这是关于经营烧饼的较早记载。明代诗称：“傅家面食天下功，制法来自东山东。美如甘酥色莹雪，一匙入口心神融。”可见山东面食之精美。

点心，是从面食延伸出的一种精细品种，因为个小量少，所以不是主食。“点心”之名始于唐代，据宋·吴曾撰之《能改斋漫录》载：“世俗例以早晨小食为点心，自唐时已有此语。”到宋代时称为“从食点心”，从早点到夜宵都有点心作为饮食市场的重要品种，供应食者。我国点心，品种多样，有南、北两大风味，各有特色。以口味有甜、咸之分；以制法及成熟情况，有干、湿点心，水点心（如水饺、馄饨之类），花色点心之别。制点心以酥制者为佳，相传油酥面团约出现在三国时代，是由北方匈奴外族传入的。清《随园食单》称：“用山东飞面作酥为皮，中用松仁、核桃仁、瓜子仁为细末，微加冰糖，和猪油作馅，食之不觉甚甜而香松，柔腻回异寻常。”此“山东飞面”就是用油炒熟的油酥。

我国面点与节日习俗紧密联系，有些食品还有历史传说，渊源流长，有口皆碑。我国北方正月初一吃水饺，浙江

吃汤圆，广东吃煎堆；正月十五吃元宵；二月二炒棋豆；五月端午吃粽子，是祭楚国爱国诗人屈原的食品，流传至今已有一千多年历史了。夏至吃凉面，古称“冷淘面”。八月中秋吃月饼，九月九日重阳糕，冬至馄饨。十二月初八腊八粥，源于北宋，即日“诸大寺作浴佛会，并送七宝五味粥与门徒，谓之腊八粥，都人是日各家亦以果子杂料煮粥而食也。”十二月二十三日吃炊糖；至到除夕夜阖家吃团圆饭。这些食俗，有的沿袭至今。

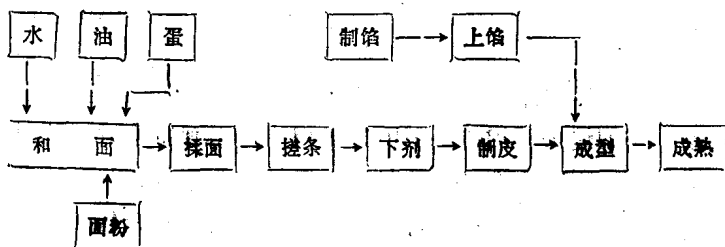
其他米面食品还有许多历史的传说。如：油条这种全国各地皆有的早点食品，相传是在南宋时，人民对卖国贼秦桧恨之入骨，临安（今杭州）丁姓小食贩，把面团做成人形，两手两足，入油锅炸之，取名“油炸桧”。就是演变至今的油条。又如馒头，相传是三国时蜀相诸葛亮渡泸水时，曾以面团包羊、豕肉，外呈人首状以作祭品，称作“馒首”，又云“蛮首”。今南方的馒首还有包馅者，北方则无馅，又叫“馍馍”，是人们日常饮食的主食品。苏东坡有“馓子”诗；李时珍《本草》有食疗食品；蒲松龄的《日用俗字·饮食章》书山东食品曰：“饅饅压如麻线细，扁食捏似月牙弯。上盘薄脆连甘露，透油飞果有套环。油馓霜熟兼五味，糖食酥饼亦多般。”以上种种，都成为中国饮食与历史文明相结合的例证。

我国面食经历了数千年的历史演变，形成了“南米北面”的饮食特点，有许多节日名食，和千百种小吃糕点，丰富了人们的生活，这都是经历代面点厨师的不断实践，创造和发展而来的。品种繁多，形美味香的面点制品，都是我国宝贵的文化遗产的一部分。

## 第二节 面点制作程序及基本操作知识

面点制作发展至今，形成了一套科学而行之有效的程序和方法。这些程序和方法，虽因原料、成型、成熟的方法有别，但其基本程序是大同小异的。制作面点一般包括和面（各种不同面团）、揉面、搓条、下剂、制皮、上馅、成型、成熟等程序。

面点制作的一般程序



### 一、基本操作的任务和作用（不包括机械）

#### 1. 调制面团

调制面团包括和面与揉面两个过程，因为各种面团的不同，有水的面、油的面、蛋的面，以及发酵面等，要根据不同面团的性质进行和制，使调制成的面团均匀、柔软、光滑、软硬适宜。由于各面团的要求不同，操作动作和所起的作用也不相同。如冷水面团要求韧性强、有劲，因此和面与揉面时，要用捣、揉、摔、压和反复揉搓等动作，以使面团吃水均匀、表面光滑、柔润。有时有些硬面食品，还需用杠子来压，才能更好地把面团的筋性揉出来。热水面团（烫

面)则不同,在和面、揉面时,需边和边加水,边搅,边揉搓。和好面团后一般不再揉搓(或少揉几下),防止产生筋性。

蓬松面团(发酵面)和面时,劲力要适中,不能用劲过大,但要揉匀揉透,加碱时要用揉的动作,这叫“揉碱”,使碱水能均匀分布在面团中。矾碱面团和面时,又必须反复捣、翻、叠翻、饧面,以达到面团既蓬松,又有劲的要求,炸油条的面团就是这样和制的。

油酥面团和面时,要用擦的动作,称为“擦酥”,不能用揉的动作。因为面粉中掺入油脂,油比水的渗透性慢,特别是容易凝固的猪油更应注意,否则油、面不易结合成团。而在水油面团时,情况又有不同,需要用揉的动作,这样才能使它们结合成团。

## 2.成型的准备工作

包括搓条、下剂、制皮、上馅的过程。为面点制品的成型打下基础,也是操作技术的重要内容。

搓条,是把面块搓成圆形的长条(粗细以品种不同而异)便于下剂。下剂是把搓成圆条的面团下成一个个剂子(又叫坯子),下剂的方法是用掐、揪、切等。制皮是用按、擀的方法,把面皮擀成扁薄的圆形皮子;上馅,就是把馅料加放在皮子上,包入馅心。以上这一系列的操作动作,是在很短的时间内完成的,每个动作都为下道工序打下基础。所以在操作中,每个动作的好坏都会影响产品的质量。

## 3.成型与成熟

这是面食制作的最后两个程序,也是最关键的操作过程。成型时要根据品种的不同制成各种样式,用抻——抻面、

捏、折、摊、包、兜、压、叠等方法。动作要细致，手法要熟练，达到个个均匀，造型相同。另外，还有些特殊的操作方法，如刀削面是用刀削面团成薄片直接入锅；春卷的皮子是将稀软的面团在热铁勺内摊皮，动作要求快而圆。

成熟，是将已经制作成型的各种面食制品，经过蒸、煮、煎、炸、烙、烘烤等方法，制成熟食，然后就可以食用了。成熟时与各种传热介质有关，蒸制品是用水蒸气，多用旺火大气快熟；煮是用沸水为介质，制品要在水沸后下锅，旺火煮熟；炸制品所用油温根据品种不同又有区别，面点的酥制品要用中低温油，炸元宵、炸糕则要中温（高温会炸裂放炮），炸油条、馓子、麻花油温要高；山东煎饼的成型与成熟则是同时完成的，将稀米面糊舀一勺倒在烧热的鏊子上，用耙子摊成圆形，熟后揭起。

在成熟过程中，掌握火候是重要的。过早、过晚、过快、过慢都不会成功，会出现生、糊、老、塌……，都使成品不能食用，或破坏了色形味。因此成熟过程的操作动作更要熟练快速。通过各种不同的手法，完成了操作任务，是面点制作中时刻都要注意的。

### 第三节 设备与工具

面点制作是以手工操作为主，除正确的掌握操作技术外，还要学会合理恰当地选择和使用工具。

#### 一、常用工具

##### 1. 案板

案板，是制作面点的工作台。在制作面点时，和面、擀

皮、成型等工序，都需在案板上操作。案板有面案、油案两种，大小不一，多以木板制成，表面要求平整、光洁。木质以枣木、松木为好，柳木次之。

## 2. 擀面杖

擀面杖，是制作面点擀薄成皮的工具。木质要纹理顺直，表面光滑，结实耐用。以枣木制作为好。根据用途和尺寸大小不同，分为以下几种：

面杖：有大中小三种。大的长170厘米，粗5厘米；中的长70厘米左右，粗3厘米左右许；小的长27~33厘米。

单手杖（单手棍）：中间稍粗、两头较细，长约尺余，用作擀单饼、包子皮等。

双手杖（双手棍）：较单手杖细，两头粗细一致。擀皮时两根合用，双手擀皮。用作擀水饺、包子皮等。

走锤：分为平、圆两种（图1）。中间都是通孔，轴可插入，轴的两端用手握住推动走轴擀制面皮。圆走锤呈鼓形，用作擀稍麦皮等。

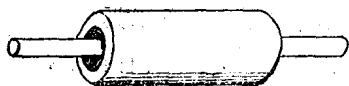


图1

## 3. 粉筛

粉筛，亦称罗，有大小、形状的不同，筛眼亦分粗细大小。筛底由绢棕、马尾、钢丝做成，用作筛粉料。

## 4. 粉帚

粉帚，又叫炊帚，用棕苗制成，作掸扫案板、粉料之用。

## 5. 小簸箕

小簸箕，用铝铁或柳条制成，作盛粉或扫粉后的盛器之用。

#### 6. 刮板

刮板，用铝铁铜片制成，薄板上有握手，用来刮面团、刮粉、切面团、轧糕点等。

#### 7. 笊篱、铁丝筛子

笊篱、铁丝筛子均用铁丝编制而成。笊篱有长柄，有漏孔，用于捞水饺、面条或油炸制品等；筛子是用铁丝编成的凹形罩，用于油炸制品沥油。

#### 8. 调馅、调料工具

调馅、调料工具有刀、砧板、筷子、馅盆、打蛋桶、蛋甩帚等。

#### 9. 成型工具

成型工具有模子、印子、花筒等。

#### 10. 花饰、着色工具

花饰、着色工具有花钳、剪刀、笔刷等。

### 二、常用工具

随着机械化程度的提高，饮食机具也不断增多，特别是面食机具更多一些，从而减轻了体力劳动，提高了工作效率，现介绍几种常用机械。

#### 1. 和面机

和制面团之用，型式不一，有铁斗式、滚筒式，缸盆式等。用电动机带动。

#### 2. 面条机

又叫切面机，轧制面条、馄饨皮之用，由机座、轧辊、切刀组成。切刀的齿牙越密，轧出的面条越细。

### 3. 绞肉馅机

用于绞轧肉馅、豆沙馅等，有用电机带动，亦有用手摇者。

### 4. 上浆拌馅机

用于包子、水饺、煎包、锅贴肉馅等的上浆加料并搅拌均匀。

### 5. 馒头机

有半自动和全自动两种。半自动是将面团分剂后，再用手工揉制成型；全自动则是分剂、成型全部由机械完成。

## 三、设备和工具的使用养护知识

1. 工具要编号登记，由专人保管，用后集中放置，并要便于取用。木质工具用后要洗刷洁净，放在通风干燥处；铁器和铜器工具均要经常擦拭干净，以防生锈。

2. 对机械要注意维护和检修。轴承、辊轴等转动处，要按时加油，使其润滑；电机要保持干燥，开动时间过长或过载都会损坏电机，要按规定时间和容量操作使用。机器要防止杂物和脏东西进入，用后要用机罩盖好。使用前必须检查机器是否正常，然后才能开动机器，以免发生事故。机器还要定期维修，损坏的机件要及时更换。

## 思考题

1. 中国面点的历史演变是怎样的？
2. 试说明面点制作的一般程序。
3. 面点的基本操作的任务和作用是什么？
4. 面点制作中常用的工具有哪些？
5. 面食机具在使用保养中应注意什么？



## 第二章 原 料

用作面点的原料非常广泛，农作物中的麦、米、杂粮，可供食用的动物、植物等，都是作面点的原料。随着国民经济的迅速发展，用以制作面点的原料必将有新的发展。制作面点的原料，按照其用途大致可分为四类：主要原料、制馅原料、调味原料和辅助原料。

### 第一节 选料常识

在制作面点时能否恰当地选用原料，对面点制品是有很大的影响的。各种面点制品都有其质量上的独特之处，因而对各类原料的性质、质量有着不同的要求。选料好坏直接影响成品的质量，在一定程度上还能提高制品的营养价值。通过选料也能防止一些传染病和食物中毒。

选料时应注意以下几点：

#### 一、要熟悉各种原料的性质和用途

面点制作要求选择最合适的原料，做出既物美价廉又富有营养的成品。在所用原料中，麦类、米类原料都含有蛋白质和淀粉，但它们调成面团后其性质不同。麦粉面团有较好的延伸性和可塑性；发酵后又能使成品疏松、柔软有弹性；米粉团则因含蛋白质不能生成面筋，淀粉含量较多，不具备上述性能，从而在制作品种时受到很大限制。但却以吃