



# 四川

舒国重 编著

# 小吃 大全



内容提要

本书全面系统地介绍了四川蒸菜的有关知识。包括四川蒸菜的特点、种类及使用的器具、四川蒸菜的制作原则及要求、原料选购与加工、四川蒸菜的调味与运用、四川蒸菜的造型与火候、四川蒸菜的制作及运用、四川蒸菜的创新方法等内容。本书收集了500余种四川蒸菜，基本包含了四川蒸菜的全部品种。全书采用传统的分类方法，以畜肉类、禽蛋类、水产类、素菜类等分类进行介绍，每种蒸菜制作过程比较具体，书后还附有四川蒸菜的名词解释和轶闻趣事等。本书具有全面性、可操作性、系统性等特点，是一本十分全面的四川蒸菜菜谱。

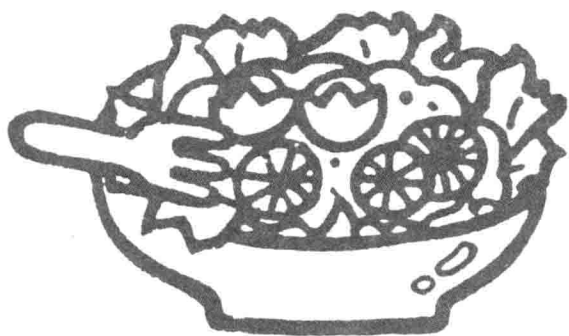
本书可作为餐厅、酒楼、饭店制作蒸菜的参考使用，也可供广大川菜烹饪爱好者阅读参考。

四川出版集团·四川科学技术出版社

四川省烹饪协会审定推荐

# 四川 小吃 大全

舒国重  
编著



四川出版集团·四川科学技术出版社  
·成都·

## 图书在版编目(CIP)数据

四川小吃大全/舒国重编著. -- 成都:四川科学技术出版社, 2012.3

ISBN 978 - 7 - 5364 - 7367 - 6

I. ①四… II. ①舒… III. ①风味小吃 - 四川省 IV. ①TS972.142.71

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第033772号

## 四川小吃大全

编著者 舒国重  
责任编辑 李蓉君 苟兴  
封面设计 韩健勇  
版面设计 康永光  
责任出版 邓一羽  
出版发行 四川出版集团·四川科学技术出版社  
成都市三洞桥路12号 邮政编码610031  
成品尺寸 230mm × 170mm  
印张 18.25 字数 370千  
印刷 成都双流鑫鑫印务有限公司  
版次 2012年3月第一版  
印次 2012年3月第一次印刷  
定价 33.00元  
ISBN 978 - 7 - 5364 - 7367 - 6

### ■ 版权所有·翻印必究 ■

■本书如有缺页、破损、装订错误,请寄回印刷厂调换。

■如需购本书,请与本社邮购组联系。

地址/成都市三洞桥路12号 电话/(028)87734035  
邮政编码/610031



## 前言

四川素有“天府之国”之称的美誉,地理条件优越,气候温和适宜,雨量充沛,物产丰富。自古巴蜀人就有“尚滋味,好辛香”的饮食习俗,孕育出天下闻名的川菜菜系。在川菜百花园中,有一枝奇葩——四川小吃争相怒放,它是巴蜀饮食文化的一个重要组成部分。

四川小吃来自民间,历史悠久,相传在三国时期,诸葛亮率军南征,将渡泸水时,“土俗杀人首祭神,亮令以羊豕代,取面画人头祭之”。从此有“馒头”(原音“蛮”、“馒”相近),“食品馒头本是蜀饌”之说。随后逐渐演变成当今的各式风格的包子、馒头。

巴蜀的人们自古喜爱小吃食品,千百年来四川的各类小吃,经历代民间庖厨、家庭主妇、官宦家厨、酒楼名师的继承发展创新,逐步形成自己独有的特色——浓郁的地方风味。

四川小吃品类繁多,不胜枚举。据不完全统计,四川各地常见流行的小吃,多达上千个品种,从川东达州的“灯影牛肉”、“担担油茶”、“奶汤羊杂米粉”,到川北的“顺庆羊肉米粉”、“阆中白糖蒸馍”、“梓潼片粉”、“张飞牛肉”、“川北凉粉”;从川南的“自贡火边子牛肉”、“泸州白糕”、“宜宾燃面”、“乐山棒棒鸡”,到川西的“怀远叶儿耙”、“邛崃奶汤面”、“钵钵鸡”、“新都银丝面”、“崇州查渣面”,以及成都市的“钟水饺”、“担担面”、“龙抄手”、“赖汤圆”、“夫妻肺片”、“蛋烘糕”、“鲜花饼”、“麻婆豆腐”等等,各类型小吃琳琅满目,争奇斗艳。

四川小吃是祖国文化遗产的一部分,也是一门技术性较强的专门技术。由于大多工艺流程烦琐,且以原始手工操作为主,随着时代变迁很多传统的一些小吃品种失传。近年来尽管政府想挖掘打造四川小吃的品牌,使它同川菜一样成为旅游业、第三产业的支柱产业,但由于市场经济等诸多因素,川菜蓬勃发展却带来了社会上“重红轻白”、“重菜肴轻小吃”,加上四川小吃技艺靠传统手工操作为主,制作效率较低,专业经费成本居高不下,因而小吃的经营相对困难重重。专业技术人员流失转行现象比比皆是,四川小吃传统技艺青黄不接,后继无人的现象已初现。这对我国我省蓬勃发展经济,打造川菜烹饪王国,振兴四川旅游业的发展极不协调,为此我们专业技术人员有责任将四川小吃继承和发扬,使之成为名符其实的四川小吃,为丰富人们日新月异的饮食生活作出应有的贡献。

编者





# 目 录

## 四川小吃的制作知识

- 第一章 四川小吃作用特点与分类 / 2
- 第二章 四川小吃的原料制作用具 / 4
- 第三章 四川面点小吃操作方法与面性知识 / 10
- 第四章 四川面点小吃馅心与面臊的运用 / 16
- 第五章 四川面点小吃熟制方法的掌握 / 19
- 第六章 四川小吃的创新方法 / 22

## 四川小吃菜谱

### 米制品小吃

- |            |                   |
|------------|-------------------|
| 赖汤圆 / 26   | 鸡油大汤圆 / 37        |
| 老成都汤圆 / 26 | 麻酱汤圆 / 37         |
| 翡翠肉汤圆 / 27 | 三六九肉汤圆 / 38       |
| 珍珠圆子 / 28  | 龙眼水晶杯 / 39        |
| 乡球圆子 / 28  | 翡翠玉杯 / 39         |
| 郭汤圆 / 29   | 凤眉饺 / 40          |
| 榨菜肉汤圆 / 30 | 鲜虾玉盒 / 41         |
| 芝麻圆子 / 30  | 枣泥雪卷 / 41         |
| 海参芙蓉包 / 31 | 流沙汤圆 / 42         |
| 豆芽米饺 / 32  | 玫瑰汤圆 / 42         |
| 彩蝶玉饺 / 32  | 桂花汤圆 / 43         |
| 四喜米饺 / 33  | 糖油果子 / 43         |
| 枇杷汤圆 / 34  | 凉瓜圆子 / 44         |
| 玉米汤圆 / 34  | 鸡肉珍珠圆 / 44        |
| 苋菜汤圆 / 35  | 辽参米饺 / 45         |
| 绿豆团 / 35   | 人参汤圆 / 46         |
| 醪糟小汤圆 / 36 | 蒸蒸糕(又名“梆梆糕”) / 46 |



- 马蹄糕 / 47  
 午时糕 / 48  
 叶儿粑 / 49  
 碧绿鲜贝盏(又名“翡翠玉盏”) / 49  
 怪味兔丁凉饺 / 50  
 鱼香玉兔米饺 / 51  
 三大炮糍粑(又名“三大炮”) / 51  
 豆沙凉糍粑 / 52  
 玫瑰凉糍粑 / 53  
 三合泥 / 53  
 窝子油糕 / 54  
 方块油糕 / 55  
 芝麻黑珍珠 / 55  
 担担油茶(又名“川味油茶”) / 56  
 成都凉粉(又名“米凉粉”) / 56  
 油 芯 / 57  
 羊肉米粉(又名“顺庆羊肉粉”) / 58  
 炖鸡米粉 / 59  
 白蜂糕 / 59  
 馓头糕(又名“鸡蛋馓斗糕”) / 60  
 五香糕 / 61  
 包心白糕 / 61  
 崇庆冻糕 / 62  
 水晶凉糕 / 63  
 青城白果糕 / 63  
 蛋油米糕 / 64  
 风雪糕 / 64  
 果仁米煎糕 / 65  
 绿茶米糕 / 66  
 蛋黄黑米糕 / 66  
 艾蒿馍 / 67  
 鸳鸯叶儿粑 / 67  
 白玉烧卖 / 68  
 泸州黄粑 / 69  
 芝麻糯米凉卷 / 69  
 米包子 / 70  
 红糖粽子 / 70  
 什锦肉粽 / 71  
 炸麻圆 / 72  
 甜板饽饽 / 72  
 玫瑰红柿 / 73  
 五仁苹果(青苹果) / 73  
 八宝仙桃 / 74  
 蛋黄梅花饼 / 75  
 白莲玉鹅 / 75  
 橘红雏鸡 / 76  
 伦敦糕 / 77  
 双色米糕 / 77  
 白糕(又名“发糕”) / 78  
 酒粮饼 / 78  
 大米凉虾 / 79  
 芝麻酥条 / 80  
 大竹醪糟 / 80  
 大米凉糕 / 81  
 糯米凉卷 / 81

## 面制品小吃

- 成都担担面 / 82  
 重庆正东担担面 / 83  
 自贡担担面 / 83  
 简阳牌坊面 / 84  
 邛崃奶汤面 / 85  
 宋嫂面 / 85  
 新繁银丝面 / 86  
 新都金丝面 / 87

- 青菠面 / 87  
豆花面 / 88  
宜宾燃面 / 89  
成都甜水面 / 89  
铜井巷素面 / 90  
脆臊面 / 90  
牛肉荞面 / 91  
川味凉面 / 92  
什锦烩面 / 92  
炉桥面 / 93  
豆沙挞挞面 / 94  
豌豆扯面 / 94  
新繁面鱼 / 95  
三鲜猫耳面(又名“支耳面”) / 95  
海螺面 / 96  
旗子面(又名“旗花面”) / 97  
麻花面 / 98  
柳叶面 / 98  
铺盖面 / 99  
沙锅煨面 / 99  
伊府面 / 100  
鱼香面 / 101  
鳝鱼面 / 101  
猪肝面 / 102  
排骨面 / 103  
酸辣面 / 103  
稀卤面 / 104  
清汤杂酱面 / 105  
素椒杂酱面 / 105  
罐罐面(牛肉臊) / 106  
牛肉丝汤面 / 106  
炆锅面 / 107  
长寿面 / 108  
虾仁面 / 108  
鸡坩菌面 / 109  
原汤鲍鱼面 / 110  
奶汤海参面 / 110  
红汤口蘑面 / 111  
干煸牛肉面 / 111  
豇豆面 / 112  
渣渣面 / 113  
鸡杂面 / 113  
肉松面(又名“毛面”) / 114  
鸡米面 / 114  
辣鸡面 / 115  
煎蛋面 / 116  
麻辣面 / 116  
鱿鱼面 / 117  
酸菜面 / 117  
樱花面 / 118  
银芽肉丝炒面 / 119  
玻璃烧卖 / 119  
梅花烧卖 / 120  
翡翠烧卖 / 121  
麦邱烧卖 / 121  
粉蒸烧卖 / 122  
什锦烧卖 / 122  
八宝烧卖 / 123  
牛肉烧卖 / 124  
海味烧卖 / 124  
龙抄手(原汤) / 125  
清汤抄手 / 126  
红油抄手 / 126  
酸辣抄手 / 127  
鸡肉抄手 / 127  
牛肉抄手 / 128  
过桥抄手 / 128  
虾肉抄手 / 129  
豆瓣抄手 / 129  
翡翠鱼茸抄手 / 130



- 麻婆抄手 / 131  
金汤抄手 / 131  
钟水饺 / 132  
温江红油水饺 / 133  
清汤菠饺 / 133  
酸汤水饺 / 134  
红油虾饺 / 135  
牛肉煎饺 / 135  
鸡汁锅贴 / 136  
烫面蒸饺 / 137  
滴油蒸饺(又名“小生帽蒸饺”) / 137  
南瓜蒸饺 / 138  
龙凤蒸饺 / 139  
小笼蒸饺 / 139  
韭黄马蹄饺 / 140  
养生壮阳饺 / 141  
扬州蒸饺 / 141  
鸳鸯蒸饺 / 142  
酸菜蒸饺 / 143  
烫面酥饺 / 143  
羊肉锅贴饺 / 144  
龙珠玉饺 / 145  
桂花蒸饺 / 145  
奶汤红花饺 / 146  
碧玉饺 / 147  
鸡冠蒸饺 / 147  
白菜饺 / 148  
金鱼饺 / 148  
四喜饺 / 149  
清汤豌豆饺 / 150  
原汤双色饺 / 150  
凤尾虾饺 / 151  
花士林蒸饺 / 152  
梅花饺 / 152  
蚝油抄手 / 153  
豆腐抄手 / 154  
山椒鱼汤抄手 / 154  
南瓜抄手 / 155  
番茄抄手 / 156  
野菌抄手 / 156  
豇豆抄手 / 157  
海味抄手 / 158  
四味蒸抄手 / 158  
炸抄手(又名“炸响铃”) / 159  
韩包子 / 159  
破酥包子 / 160  
豆芽包子 / 161  
鸳鸯包子 / 162  
菠汁蒸饺 / 162  
酥皮鸡饺 / 163  
酥皮葱饺 / 164  
五仁酥皮饺 / 164  
鲜肉大包 / 165  
口蘑小包 / 166  
金钩包子 / 166  
痣胡子龙眼包子 / 167  
温江龙眼包子 / 168  
小笼汤包 / 168  
虾仁汤包 / 169  
鱼香汤包 / 170  
豆苗汤包 / 170  
松茸汤包 / 171  
家常汤包 / 172  
菌王包子 / 173  
富油包子 / 173  
酱肉小包 / 174  
川式叉烧包 / 175  
生煎包子 / 175  
家常牛肉包 / 176  
海式包子 / 177





- 素菜包子 / 177  
回锅肉包子 / 178  
柳叶包子 / 179  
红糖包子 / 179  
金沙包子 / 180  
凤翅包子 / 181  
梅花包子 / 182  
寿桃包 / 182  
大王包子 / 183  
海参葱煎包 / 184  
洗沙大包 / 184  
水晶包子 / 185  
老面馒头 / 186  
高桩馒头(又名“千层馒头”  
或“门丁”) / 186  
开花馒头(又名“开口笑”) / 187  
白结子(又名“小开花”) / 187  
玉米馒头 / 188  
奶油馒头 / 188  
椒盐花卷 / 189  
葱油花卷 / 189  
如意花卷 / 190  
海棠花卷 / 191  
梅花花卷 / 191  
寿桃花卷 / 192  
菊花花卷 / 192  
燕窝饼(又名“燕窝粿”) / 193  
荷叶饼(又名“荷叶软饼”  
或“荷叶夹”) / 194  
红枣油花 / 194  
窝丝油花 / 195  
火腿油花 / 196  
玫瑰一窝丝 / 196  
提丝发糕 / 197  
泸州猪油发糕 / 198  
子面发糕(又名“子面猪油发糕”)  
/ 198  
银丝发糕 / 199  
阆中蒸馍(又名“白糖蒸馍”) / 200  
猪油发糕(成都) / 200  
面筋团 / 201  
千层发糕(又名“千层糕”) / 202  
红枣发糕 / 202  
火腿层层糕 / 203  
八宝枣糕 / 203  
红糖油糕(又名“烫面油糕”) / 204  
波丝油糕 / 205  
蜘蛛粿 / 205  
韭菜盒子 / 206  
三鲜盒子 / 207  
太白盒子 / 208  
海味盒子 / 208  
片耳饽饽 / 209  
红糖油钱 / 210  
韭香油糕 / 210  
炸油酥圈 / 211  
焦皮酥 / 211  
油 条 / 212  
馓 子 / 213  
麻 花 / 213  
笑 果 / 214  
穿 卷 / 215  
炸香果(又名“素笑果”) / 215  
蛋酥麻花 / 216  
椒盐烧饼 / 216  
芝麻烧饼 / 217  
核桃酥饼 / 218  
回族烧饼 / 218  
子面焦饼 / 219  
牛肉焦饼 / 220



- |                      |                    |
|----------------------|--------------------|
| 碎米酥牛肉焦饼 / 220        | 梓潼酥饼 / 237         |
| 缠丝牛肉焦饼 / 221         | 白菜鲜花饼 / 238        |
| 猪肉焦饼 / 222           | 军屯锅盔 / 238         |
| 瓦块酥牛肉焦饼 / 222        | 老成都白面锅盔 / 239      |
| 火烧鸡肉饼 / 223          | 白面锅盔 / 240         |
| 葱烧火腿饼 / 224          | 混糖锅盔 / 240         |
| 水晶燕窝饼(又名“燕菜饼”) / 224 | 旋子锅盔 / 241         |
| 九九重阳饼 / 225          | 成都油旋锅盔 / 241       |
| 茉莉鲜花饼 / 226          | 达州芝麻锅盔 / 242       |
| 千层葱油饼 / 226          | 烤芝麻方酥 / 243        |
| 鲜肉油旋饼 / 227          | 凤尾酥 / 243          |
| 火腿焦饼 / 228           | 眉毛酥 / 244          |
| 红糖馅饼 / 228           | 龙眼酥 / 245          |
| 萝卜丝酥饼 / 229          | 玉带酥 / 245          |
| 菠汁牛肉饼 / 229          | 太极酥 / 246          |
| 鳝丝酥焦饼 / 230          | 荷花酥 / 247          |
| 腊肉煎饼 / 231           | 菊花酥 / 247          |
| 麻辣仔鸡饼 / 231          | 鸳鸯酥 / 248          |
| 破酥肉松饼 / 232          | 百合酥 / 249          |
| 金钱鸭饼 / 233           | 花瓶酥 / 249          |
| 三鲜塔丝饼 / 233          | 盆花酥 / 250          |
| 三丝春卷 / 234           | 佛手酥 / 250          |
| 埋沙酥饼 / 235           | 海参酥 / 251          |
| 椒盐麻饼 / 235           | 元宝酥 / 252          |
| 锅贴虾饼 / 236           | 千层酥(又名“层层酥”) / 252 |

## 杂粮制品小吃

- |                       |              |
|-----------------------|--------------|
| 玫瑰紫薇饼(又名“玫瑰苕饼”) / 253 | 梅花苕饼 / 257   |
| 红苕鸡腿 / 254            | 芝麻苕圆 / 258   |
| 冰汁枇杷苕 / 254           | 火腿苕卷 / 259   |
| 苕 枣 / 255             | 玉米松糕 / 259   |
| 八宝苕梨 / 255            | 鲜奶玉米蜂糕 / 260 |
| 松花苕蛋 / 256            | 腊肉玉米糕 / 260  |
| 鲜苕油糕 / 257            | 玫瑰玉米盏 / 261  |



水晶玉米冻 / 261  
鲜汁玉米苞 / 262  
玉米金元宝 / 262  
炸玉米饼 / 263  
肉包谷粑 / 263  
玉米酥盒 / 264

川北凉粉 / 264  
成都张凉粉 / 265  
成都黄凉粉(又名“洞子口凉粉”) / 266  
荞面凉粉  
红苕凉粉  
梓潼片粉

## 其他类制品小吃

蛋烘糕 / 268  
鲜藕丝糕 / 269  
冰桂藕圆 / 270  
象生萝卜果 / 270  
香芒翡翠卷 / 271  
枇杷羹 / 272  
冰糖芋儿泥 / 272  
蛋丝糕 / 273  
西瓜饼 / 273  
菠萝饼 / 274

金瓜烙 / 274  
苹果饼 / 275  
通江银耳羹 / 276  
青城茅梨冻 / 276  
夜露霜 / 277  
杏仁豆腐 / 277  
山药凉糕 / 278  
绿豆糕 / 278  
鲜蚕豆糕 / 279



# 四川小吃制作知识





## 第一章 四川小吃作用特点与分类

### 1. 四川小吃的特点

四川小吃之所以闻名是因为具有制作精细、方便食用、讲究味道、物美价廉、地方风味浓郁的特点,而且很讲究食的艺术,常常配大菜,大菜带小吃,这也是四川小吃的两个显著特点。四川小吃大多小巧量少,花样繁多,性价比高,适应性强,既可单吃,组合小吃,又可自成小吃筵席,还可搭配于川菜筵席中、穿插于大菜间,调节口味,点缀席面。四川小吃可为冷餐会、酒会的主辅食品、菜点,并可携带旅行,馈赠亲朋好友,十分方便。因此需求量十分巨大,是一个潜力很大的餐饮行业(还包括早点、夜宵供应品种)。

四川小吃的制作,从选料到成品的各个环节,都有着十分严格的技术要求和质量标准。如成都名小吃“赖汤圆”,在从选料、淘米、泡米、换水、掺和、磨浆、制馅、包捏、煮制和供食操作环节上,若有一个环节有问题,就不可能达到它的质量标准:“香甜白糯,细腻滋润。”

四川小吃味道浓淡厚薄分明有序,特别善于调味,用料精细考究,如成都名小吃“龙抄手”就有干吃、带汤吃之分,有清鲜醇厚之别,清鲜的如“清汤抄手”、“原汤抄手”、“海味抄手”等,味美汤鲜,皮薄馅嫩;醇厚味浓的有“红油抄手”、“酸辣抄手”等,却辣而不烈,滋味鲜香。又如“担担面”、“宋嫂面”、“甜水面”、“红油素面”、“脆臊面”、“豆花面”等面条,且都用了辣椒,但又辣味各不相同,有微辣、有香辣、有酸辣、有麻辣、有甜中带辣、辣中带酸,其味道之妙,天下无双。还有清淡适口的“清汤金丝面”、“酸菜银丝面”、“奶汤海参面”、“鸡肉青菠面”等众多清爽味鲜,做工精细的小吃面条类品种。除了面食类,还有独具四川特色风格的米制品小吃,如“赖汤圆”、“珍珠丸子”、“白蜂糕”、“蒸蒸糕”、“海参芙蓉包”、“凤翅玉盒”、“银芽米饺”、“四喜米饺”等。

另外,四川小吃除包括面米杂粮制品的小吃外,还包括不少肉类制品类的小吃,如“夫妻肺片”、“治德号小笼蒸牛肉”、“棒棒鸡”、“樟茶鸭”、“广汉缠丝兔”、“乐山甜皮鸭”、“邛崃钵钵鸡”、“天主堂鸡片”等众多小吃品类。

### 2. 四川小吃的分类

四川小吃品种繁多,风味各异,涉及范围很广,从细粮、粗杂粮,到时令蔬菜瓜



果,从家禽家畜,到山珍海味,无所不有。品类众多,用料广泛也是四川小吃一大特色。

从广义概念来分为:面点类小吃和菜品类小吃两个大类。

面点类小吃:传统叫做“点心”,涉及的工种技术称为“白案技术”(也称面案),其品类泛指各种面条类、包子类、花卷馒头类,各种糕点、米团、饼、粥、羹等制品。

菜品类小吃:指一些制作风味独特,地域文化浓厚,制法讲究,用着尝奇品味的地方名食,更确切说是,不是为了饱肚子,方便食用的部分菜肴,也属于小吃类。如“陈麻婆豆腐”、“夫妻肺片”、“灯影牛肉”、“张飞牛肉”等菜肴类。

从原料上又可分为:米制品小吃、面制品小吃、杂粮制品小吃、肉类制品小吃,和其他类制品小吃五大类。



## 第二章 四川小吃的原料制作用具

四川小吃所用原料大部分是用米、面为主要原料所制作的风味面点小吃,还包括一些杂粮薯类、家禽家畜类、时蔬瓜果类、油、糖、干果等原料。因此,按原料制品分类,就分为米制品、面制品、杂粮制品和肉类制品等。

### 一、四川小吃的原料

#### (一)米制品

选用大米、糯米制作成四川独特的风味小吃,一直是人们十分喜爱的品种,如“赖汤圆”、“白蜂糕”、“方块油糕”、“糖油果子”、“三大炮”等,凡是用大米、糯米经加工后制作成的面团,称为米粉面团。用它来制作各式点心、小吃,具有花色品种繁多、软糯适口、精巧细致、形态美观的特点。由于米粉性质有别于面粉,有其独自的特点和制作方法、工艺流程。

#### 1. 米的种类选择与加工

四川小吃所选用的米类,主要有糯米、粳米和籼米三种。糯米黏性强,吃口软糯,适合制作“汤圆”、“糖油果子”、“凉糍粑”等。籼米是稻米中唯一能发酵后制成松泡洁白的各种糕类制品,如“白蜂糕”、“伦敦糕”等。粳米黏性弱于糯米但强于籼米,可用来制作年糕和与其他米粉混合制成糕点小吃。

选用大米、糯米制作四川小吃,首先要将其淘洗干净,然后用清水泡发,泡米时应注意以下四点:①根据米的质地和特点,正确掌握泡发的时间。②根据米的质地,结合气温的变化来掌握用水的温度。例如在冬季应选用温水(30℃)而夏季则用冷水。③泡发过程中,应勤换水,以防止变酸。④以泡发至米无硬心即可。

#### 2. 各种米粉的加工方法

米粉加工质量的好坏,直接影响小吃的品质。米粉又分为三种类型,即干磨粉、湿磨粉、水磨粉。

①干磨粉:干磨粉是将大米(籼米、粳米)糯米等不经水浸泡而制成。这种米粉便于保存,但口感较差。行业中应用较少。

②湿磨粉:用清水淘去米粒中尘渣,并使米粒吸收水分,松脆,便于磨碎、磨白。淘净后要静放一定的时间,中途淋水,冬天可多淋些水,夏天热宜少淋些。过后磨粉。可用石磨或机器磨粉,磨的时候不再加水,这种磨粉质地细腻,制品口感软糯。如四川小吃中的“蒸蒸糕”就是这种类型,只不过做蒸蒸糕的湿磨粉,需将其炒



制后再磨成粉。这种类型的米粉含有一定水分,不易存放,特别是夏天应随用随磨。才可保证制品的质量和特色。

③水磨粉:水磨粉是指将米淘洗净后,浸泡一昼夜,中途换水,直至把米浸泡透心,再用石磨或机器磨制而成,边磨边加水,这种粉叫水磨粉。水磨粉在四川小吃中应用很广泛,很多风味别具的四川小吃的原料,都是采用水磨粉加工而制成的。根据水磨粉的不同特点,一般又分为“水浆”、“吊浆”、“发浆”三种类型。

A.水浆:大米经淘洗、浸泡、加水磨细即为水浆。水浆在四川小吃制作中,用于如“凉糕、凉粉、凉虾、米粉”一类制品,其中加水量视具体品种而定。

B.吊浆(又称混合吊浆):用大米和糯米经浸泡、磨浆加工而成(以吊干方式),一般这类吊浆均需按不同品种、质地加入不同比例的米来混合,有的品种是以大米为主糯米为辅,如“银芽米饺”、“凤翅玉盒”、“海参芙蓉包”、“鱼翅玉芙蓉”等。而“赖汤圆”、“珍珠丸子”、“叶儿粑”这种类型的小吃,是以糯米为主,大米为辅的吊浆所制作的。水磨粉中的吊浆在四川小吃中制作应用很广,许多有名的川点小吃,都是用吊浆所制作的。制作吊浆时,应根据制品特点掌握好大米与糯米的混合比例,有“三七开”和“二八开”之做法。

C.发浆:发浆是用大米为原料,经淘洗、浸泡后磨制成米浆后,加进适量的“老酵米浆”(俗称“老发浆”),待其发酵而成。发浆有两种制法,第一种是将大米(上等)淘净浸泡12小时左右,滤干水分加清水,熟米饭(500克大米,需加50克熟米饭)混合磨成干稀适度的米浆,盛入缸内,加老酵浆(按10:1的比例),搅匀,待其发酵。第二种是将大米浸泡后,直接磨成米浆,按10:1的比例留一小部分,倒入锅中加热成熟(俗称“打热芡”)。再将熟浆混合在米浆中,加发酵老浆发酵而成。发酵时间的长短,根据气温高低,“酵浆”多少而定,一般夏天发酵5~6小时左右,冬天发酵10~12小时左右。发浆有老嫩之分,老发浆酵重,嫩浆轻,制作时有酸味,应加适量的小苏打中和酸度。发浆在四川小吃中主要制作如“白蜂糕”、“米发糕”等之类小吃。

老发浆的制法:大米发浆加入25%~30%的醪糟汁搅匀待其发酵即成。也可用干酵母作发酵引子。

另外,米制品原料的加工制作,除上述3种制法外,还有其他用途一定的制作方法,如整米制作小吃点心。将糯米淘净后蒸熟可制作“八宝饭”、“醪糟”、“方块油糕”。用生糯米浸泡后,包入粽叶内成“粽子”等品种。

另外,还有一种叫黑米的米类,是近年来一种新型的米种类,黑米具有一定的滋补性,营养价值十分高,是现在营养学提倡食用的健康食品。黑米可用来制作“黑米八宝粥”、“黑米糕”等小吃,还可将黑米制成“吊浆”,制作成黑色的“汤圆”、“黑珍珠丸子”等。

## (二)面制品

面制品小吃在四川小吃中占有非常重的位置。面粉是制作小吃最主要的原





料。不同质地面粉,对各种小吃质量有较大的影响。因此,选择和了解面粉的质地,根据所制作小吃的不同要求,有区别地使用面粉,才可保证小吃的品质。

面粉通常分特制粉和标准粉两种。

**1.特制粉(俗称富强粉,简称特粉)。**特制粉色白,颗粒细,面筋质含量较高,麦麸含量少,吸水量较大,筋力强。一般多用于制作色泽要求高,发酵力强的较精细的小吃。

**2.标准粉(俗称普通粉)。**标准粉色带微黄,颗粒较粗,面筋质含量低于特粉,麦麸含量较多,筋力差,多用于普通大众面点小吃。

同类面粉中,由于受小麦品种不同以及生长地区的气候条件、光照长短、土壤性质、栽培方法等不同,直接影响到面粉的面筋含量。总的来说,北方小麦含蛋白质多(麦胶蛋白和麦麸蛋白),筋力强;而南方小麦含淀粉质多,筋力较弱。四川小麦就属后一种类。

另外还有一种面粉叫“澄粉”。澄粉主要用于广式点心,近年逐渐传入四川。澄粉是面粉经加工取面筋后,沉淀淀粉水浆,滤去水分,将沉淀粉质晒干或烘干,研细筛去杂质便成了澄粉。

用澄粉制作面团(必须用沸水烫制而成),白净纯滑,透明度较高,可塑性较强,特别适合制作各种象形点心以及筵席高级点心。

### (三)杂粮制品

四川面点小吃原料除米面外,还有很多选用各种杂粮来制作。杂粮的范围十分广,包括豆类、薯类、荞麦、玉米及一些瓜果、干果类等。四川小吃中的杂粮制品制作精细,选料讲究,口味鲜美,具有浓厚的地方特色。有不少杂粮小吃,在高级筵席中起到了画龙点睛的作用。现代人们消费观念日趋回归自然,追求绿色健康食品,而四川杂粮制作的小吃,将越来越受人们的喜爱。

#### 1.玉米

玉米又称包谷,四川各地均有出产。玉米有黄色玉米、白色玉米、杂色玉米三种,有糯玉米、水果玉米、一般玉米之分,白玉米黏性好,适合制作各种小吃点心。制作小吃一般选用玉米粉,玉米粉加工后,和面粉或糯米粉、白糖等原料配合使用,可制作各式玉米类小吃,如“玉米糕”、“炸黄金糕”、“象形玉米”、“玉米酥盒”等风味特色小吃。

#### 2.薯类

四川小吃选用薯类作为原料的品种也不少,常用的有土豆、红苕等,由于薯类原料富含淀粉,制作出的小吃均有质感细腻、软嫩、滋糯适口的特点。

①土豆(俗称洋芋):土豆按季节分冬土豆、春土豆,从质地看,冬土豆质好、体大、软糯,春土豆质地次之,一般用于菜肴制作。用土豆(洋芋)制作小吃,须先将土豆去皮煮制成熟后,压成泥茸状,制成皮料,经包入馅心成形后,再经煎、炸成各式