

★最有心意的
伴手赠礼

幸福
应景

中式糕饼点心

中秋 端午 春节

值得收藏的中国 **三大节日糕点大全**

★传统地道的
庆祝糕点

颜金满

著

亲手制作的
欢笑团圆味

辽宁科学技术出版社



中式糕饼点心



中秋 端午 春节



颜金满 著

辽宁科学技术出版社

沈阳

本书繁体版权由中国台湾邦联文化授权出版

© 2014, 简体中文版权归辽宁科学技术出版社所有。

本书由中国台湾邦联文化事业有限公司授权辽宁科学技术出版社在中国大陆出版中文简体字版本。著作权合同登记号：06-2014第82号。

版权所有·翻印必究

图书在版编目 (CIP) 数据

幸福应景的中式糕饼点心 / 颜金满著. —沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2014.8

ISBN 978-7-5381-8682-6

I. ①幸… II. ①颜… III. ①糕点—制作 IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第120565号

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 29 号 邮编: 110003)

印刷者: 辽宁一诺广告印务有限公司

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 168mm × 236mm

印 张: 8

字 数: 150 千字

出版时间: 2014 年 8 月第 1 版

印刷时间: 2014 年 8 月第 1 次印刷

责任编辑: 康 倩

封面设计: 袁 舒

版式设计: 袁 舒

责任校对: 李 霞

书 号: ISBN 978-7-5381-8682-6

定 价: 36.00 元

投稿热线: 024-23284367 987642119@qq.com

邮购热线: 024-23284502

<http://www.lnkj.com.cn>



目录

contents

春节



3 作者序

4~5 本书使用说明

8~11 中式糕点基础材料介绍

12~19 基本馅料自己做

红豆沙馅、白豆沙馅、抹茶馅、
绿豆沙馅、枣泥馅、莲蓉馅、金
黄地瓜馅、芋泥馅



农
历
新
年

全家庆团圆的

22 甜年糕、红豆年糕

年糕变化吃：酥皮烤年糕

24 桂花年糕

25 夹心年糕

26 客家九层糕

28 发糕

美味延伸：红曲发糕

30 红龟粿

美味延伸：草仔粿

32 客家菜包

34 包仔粿

35 芋头糕

36 港式萝卜糕

萝卜糕变化吃：XO酱萝卜糕

38 客家咸甜板

40 红豆松糕、芝麻松糕

42 马蹄糕

44 福州芋泥

45 八宝米糕

46 芝麻汤圆

变化口味外皮：南瓜、紫芋地瓜、抹茶

48 酒酿汤圆

变化口味馅料：山药馅、巧克力馅

49 客家咸汤圆

50 枣泥核桃糕

52 牛轧糖

54 花生软糖



月圆人团圆的

中秋节

第3篇



除温祛疫的

端午节

第2篇



- 58 常见粽子包法
- 60 台湾北部粽
- 62 台湾南部粽
- 64 客家板粽
- 66 碱粽、红豆碱粽
- 68 野姜花一口粽
- 70 湖州鲜肉粽、豆沙粽
- 72 菖蒲粽
- 74 广式裹蒸粽
- 76 荷叶粽
- 77 粽子蘸酱自己做
甜辣酱、蒜蓉酱、梅子酱
- 78 绿豆糕
美味延伸：冰心绿豆糕



- 82 基础饼皮的制作
- 89 糕饼的包馅与整形
- 94 蛋黄酥
美味延伸：松子酥
- 96 绿豆凸
- 98 紫芋酥、抹茶酥
- 100 总统三Q饼
新口味馅料：奶油地瓜馅
- 102 咖喱饼
- 104 番薯饼、芋头饼
- 106 黑糖太阳饼
- 108 苏式月饼
- 110 苏式椒盐月饼
- 112 凤梨酥
美味延伸：杂粮酥
- 114 台式月饼
新口味馅料：桂圆豆沙馅
- 116 广式大月饼
- 118 广式五仁月饼
- 120 XO酱广式小月饼
新口味馅料：红茶豆沙馅
- 122 冰皮月饼
新口味馅料：蓝莓馅
- 124 肚脐饼
- 126 扁月烧





中式糕饼点心

中秋 端午 春节



颜金满 著

辽宁科学技术出版社

沈阳

作者简介



颜金满

【证照】

中国台湾烘焙丙级技术士证照
中国台湾烘焙乙级技术士证照
中国台湾中餐烹调丙级技术士证照
中国台湾中式面食乙级技术士证照（酥糕浆皮类）

【现任】

中国台湾芳和国中特教班烘焙老师
中国台湾实践国中特教班烘焙老师
中国台湾烹饪补习班中式点心老师
中国台湾中正社区大学中式点心老师
中国台湾育达高职餐饮科夜间部中式点心老师

【著作】

《最赚钱的路边摊》
《老店饼铺》
《果酱果醋水果酒》
《包出好点心》
《皇帝最爱的宫廷点心》
《开家赚钱的中式早餐店》
《馅料轻松做》
《中式点心轻松做》
《糕与粿》



作者序



亲爱的读者们久违了，再次出点心书籍已经隔了三年，很感谢各位读者的支持，使我有动力再次出书；而这次做的这本书是以目前重要的三大节庆为主。而这些节日也是很多人会想要自己动手做点心与应景的食物，所以找了很多有代表性意义的糕点，希望大家会喜欢这本书，也期待借由在做这些糕点的过程，找回逐渐消失的年节味。

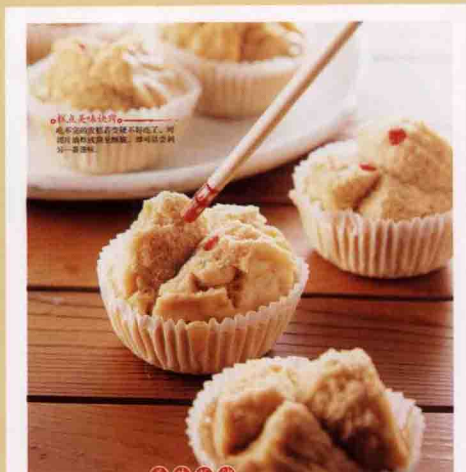
中秋节时，本书介绍了很多人喜欢的蛋黄酥、凤梨酥、绿豆凸、紫芋酥、咖喱饼等点心，还有很经典的广式大月饼、广式小月饼、台式月饼、苏式月饼及冰皮月饼，甚至有做法繁杂、一般食谱书少见的五仁月饼，这些月饼自己亲手做，可自用或送礼更相得益彰。

而过年必备的年糕、发糕、红龟粿、港式萝卜糕、芋头糕、八宝米糕等全部都包含在内，甚至还有近年流行的牛轧糖、枣泥核桃糕也都有。

至于每年端午节一定要吃粽子，书中有最经典的北部粽、南部粽、客家板粽、湖州鲜肉粽、紫米粽及我爱的咸粽等各式粽子口味，在这里提供给大家，可依各自喜欢挑选适合的口味制作，与家人好友品尝。

这些年节必备的糕点，为能让读者轻松地准备，我们很精心地拍摄了详细的制作过程，希望您也能轻松快乐地准备过每个节庆应景糕点。

顏金滿



●**糕点美味诀窍**
糕点类的软度若变硬不好吃了，可把馅料或馅料调软，即可让其变得软一些。

中华名点

红曲发糕 | 分量：20~25个(4厘米大小纸杯装) | 烹制期：约40分钟



- 【材料】
A 糯米粉200克、低筋面粉200克、泡打粉12克
B 二砂糖200克、红曲素100克、水400克
- 【做法】
①材料A和粉类过筛了粉类。
②加入搅拌均匀，再加入红曲素和水再次搅拌均匀，静置20分钟。
③将馅料或馅料加入小纸杯中后，放入蒸锅中，再倒入八分满的粉浆，每序倒完放入蒸锅中，以大火蒸30~40分钟即可。

9

1 2 4

【发糕】

发糕的软度若变硬不好吃了，可把馅料或馅料调软，即可让其变得软一些。

- 【材料】
A 糯米粉300克
低筋面粉100克
泡打粉12克
B 二砂糖150克
黑糖70克
水450克



01
材料A粉类过筛于纸盆中。



02
加入二砂糖、黑糖拌匀，再继续加入水拌匀成粉浆，静置30分钟。



03
将蒸糕纸杯放入小纸锅中后，再放入蒸锅中，再倒入八分满的粉浆。



04
依序将粉浆倒入纸杯后，静置1分钟。



05
蒸锅中放入水煮沸，将蒸糕放入，盖上汽盖，以大火蒸30~40分钟即可。

●蒸糕时注意火候，避免打烂蒸糕，蒸好后立即取出并尽快食用。

7

3 5 6



【台式月饼】

台式月饼
糕皮：2个
馅料：2个
馅料：2个
馅料：2个

- 【材料】纸壳/个
【糕皮】
A 奶油42克
糖粉43克
麦芽糖28克
奶粉10克
盐2克
B 全蛋28克
C 小苏打粉1克
D 低筋面粉140克
【馅料】70克/个
奶油红豆沙840克
【装饰】
蛋黄液适量

【做法】

01 取糕皮材料参照P96的糕皮做法01~06将材料制作完成，并分成每个25克的糕皮，备用。

02 将奶油红豆沙分成每个70克的10份，团圆备用。

03 参照P96的包馅方法01~04，将每个糕皮摊成圆片，包入1个内馅，再参照P93压模做法01~04，排列为饼状中。

04 放入烤箱中，以上火230℃、下火220℃烤约5分钟至饼皮上色，取出后刷上蛋黄液并调头，续烤8~10分钟即可。

◆ ◆ ◆ ◆ ◆

桂圆豆沙馅

分量：中或7天、中或14天



- 【材料】(分量为1000克)
白豆沙600克、桂圆肉200克、细砂糖60克、麦芽糖100克、蛋液150克

【做法】

01 将白豆沙馅放入蒸锅或锅中，加入细砂糖与麦芽糖，以小火不断翻炒至完全软化。

02 加入桂圆肉或甜馅料均匀翻炒至时，最后加入开壳干油，续翻炒至油分完全吸收收且不散即可。

03 将馅料制成时，摊平于不黏制皮盘中，待其完全冷却后即可使用，冷藏封存冷冻保存。

●糕点美味诀窍
●油类馅料制成时需注意，3次左右再翻炒，风味更佳。
●馅料类的糕点若变硬不好吃了，可把馅料或馅料调软，即可让其变得软一些。

●将馅料制成时，摊平于不黏制皮盘中，待其完全冷却后即可使用，冷藏封存冷冻保存。

●将馅料制成时，摊平于不黏制皮盘中，待其完全冷却后即可使用，冷藏封存冷冻保存。

10

8



本书使用说明

- 1 糕点故事：** 此道名点的由来或相关故事，为增加学习的小解说。
- 2 糕点名称：** 本道糕点的中文名称。
- 3 分量：** 依本配方制作出来的参考食用数量，会因每个人的操作过程与食量有些微出入。
- 4 赏味期：** 本道糕点最新鲜美味的食用期限，建议放室温、冷藏或冷冻可保存的期限。室温保存的糕饼类一定要放到中心温度变凉，才可以包装。
- 5 材料：** 制作本道糕点所需的材料及其分量。并依据容易了解的分类再细分如“外皮”、“油皮”、“油酥”、“内馅”、“其他”等细项。
- 6 做法：** 以详细文字说明制作过程及搭配步骤图片叙述制作方式。
- 7 Point：** 本道糕点操作过程的重点提示，以避免失败。
- 8 糕点成功诀窍或美味诀窍：** 制作本道糕点的注意要点或建议事项。
- 9 美味延伸：** 针对糕点可衍生出的变化点心。
- 10 新口味馅料：** 适合糕点建议的其他口味馅料。

注 意 事 项

- * 本书中1大匙为15毫升、1小匙为5毫升；电饭锅水量为使用量米杯量取的杯数（1量米杯 \approx 180mL）。
- * 为确保做出口感正确且完美外形的糕饼，请不要任意增减书中的配方，务必依照书中标示的分量与做法实地操作。
- * 为使每个步骤进展顺利，请先将做法、图片与Point仔细阅读。
- * 烘烤类的糕点，烘烤前一定要预热，并在中途调头，以免成品上色不均匀。
- * 烤箱的温度与烘烤时间，会因为电力或烤箱机种互有差异，所以请以书上的标示作基准，观察您自己的烤箱状况做调整。
- * 蒸制类的糕点，必须放入八分满的水，等水滚开后才能放入蒸笼中，并开始计时，蒸的过程不可打开锅盖，以免蒸汽散出蒸不熟。
- * 保存天数也会因为环境与气候不同有所差异，因此请以书上的标示作参考基准。

目录 contents

春节



- 3 作者序
- 4~5 本书使用说明
- 8~11 中式糕点基础材料介绍

12~19 基本馅料自己做

红豆沙馅、白豆沙馅、抹茶馅、
绿豆沙馅、枣泥馅、莲蓉馅、金
黄地瓜馅、芋泥馅



农 历 新 年

全家庆团圆的

- 22 甜年糕、红豆年糕
年糕变化吃：酥皮烤年糕
- 24 桂花年糕
- 25 夹心年糕
- 26 客家九层糕
- 28 发糕
美味延伸：红曲发糕
- 30 红龟粿
美味延伸：草仔粿
- 32 客家菜包
- 34 包仔粿

- 35 芋头糕
- 36 港式萝卜糕
萝卜糕变化吃：XO酱萝卜糕
- 38 客家咸甜板
- 40 红豆松糕、芝麻松糕
- 42 马蹄糕
- 44 福州芋泥
- 45 八宝米糕
- 46 芝麻汤圆
变化口味外皮：南瓜、紫芋地瓜、抹茶
- 48 酒酿汤圆
变化口味馅料：山药馅、巧克力馅
- 49 客家咸汤圆
- 50 枣泥核桃糕
- 52 牛轧糖
- 54 花生软糖



中秋节

第3篇



除温祛疫的

端午节

第2篇



- 58 常见粽子包法
- 60 台湾北部粽
- 62 台湾南部粽
- 64 客家板粽
- 66 碱粽、红豆碱粽
- 68 野姜花一口粽
- 70 湖州鲜肉粽、豆沙粽
- 72 菖蒲粽
- 74 广式裹蒸粽
- 76 荷叶粽
- 77 粽子蘸酱自己做
甜辣酱、蒜蓉酱、梅子酱
- 78 绿豆糕
美味延伸：冰心绿豆糕



- 82 基础饼皮的制作
- 89 糕饼的包馅与整形
- 94 蛋黄酥
美味延伸：松子酥
- 96 绿豆凸
- 98 紫芋酥、抹茶酥
- 100 总统三Q饼
新口味馅料：奶油地瓜馅
- 102 咖喱饼
- 104 番薯饼、芋头饼
- 106 黑糖太阳饼
- 108 苏式月饼
- 110 苏式椒盐月饼
- 112 凤梨酥
美味延伸：茶糰酥
- 114 台式月饼
新口味馅料：桂圆豆沙馅
- 116 广式大月饼
- 118 广式五仁月饼
- 120 XO酱广式小月饼
新口味馅料：红茶豆沙馅
- 122 冰皮月饼
新口味馅料：蓝莓馅
- 124 肚脐饼
- 126 扁月烧



基础材料介绍

中式糕点

中式糕点多半是由各种粉类、糖类及油脂类做成，为了增添香味可加入果干及坚果增香，以下针对这四大类食材作说明，让读者能更深入地了解。



中式点心中最常使用的粉类是面粉和米粉，面粉以低筋面粉和中筋面粉使用量最多；而米粉则以粳米粉、蓬菜米粉及糯米粉3种用得最多，各有各的特性，分别介绍如下。

【低筋面粉】内含7%~8%蛋白质，粉质细白、筋性较弱，适用于松软的糕点上，如：发糕及月饼皮。

【蓬菜米粉】由蓬菜米研磨成粉状，制成的中点口感较松软，也可混合糯米粉调节，使口感适中，制成红豆松糕、芝麻松糕等。

【澄粉】由小麦面粉加工制成，粉质细白，为除去筋度的淀粉，会和其他粉类搭配使用。

【粳米粉】属于米粉，由粳米研磨成粉状，适合制成口感较硬的糕点，如萝卜糕、芋头糕等。

【中筋面粉】内含9%~11%蛋白质，粉质略粗，筋性较高，最常用來制作中式点心，也被称作“多用面粉”；而高筋面粉则少用于中式点心，多当手粉使用。

【地瓜粉】是由番薯研磨成粉状，粉质稍粗而白，糊化后胶体较硬且有弹性，但不透明。

糖 类

糖在中式点心中的功能不单单只是增加甜度，还可以改善糕点的外观及色泽、调节面粉筋性使产品保持柔软，以及延长糕点的保存期限，要依照各种糕点种类选择适合的糖。



【黑糖】 又称红糖、金砂糖，呈现红褐色，是未经脱色的砂糖，味道略带焦香味及带一点咸味，有些甜点使用黑糖会比细砂糖更恰当且更有风味。

【绵白糖】 又称翻糖，是细砂糖煮过底下留下的细糖，传统中式点心最常使用的一种糖，质地细软、颗粒细小，常用于需要溶化较快而均匀的成品，也可以代替糖粉使用。

【糖粉】 是用细砂糖磨成的粉末状，因溶解速度快，常用于中式点心中。

【细砂糖】 又称白糖、砂糖，是点心常用的糖类，颜色白亮、甜度高，遇水即溶化，是供给面点甜味、增加柔软度的重要原料。

【二砂糖】 又称黄砂糖、赤砂糖，是未经脱色精制的砂糖，外形为褐色颗粒状，是制作糖水常用的糖。

【冰糖】 纯度高、颗粒大，中医认为其有润肺止咳效用。建议使用未经漂白的有机红冰糖，风味与营养都较佳。

油类

油脂分成植物性和动物性两种，动物性有猪油、奶油和酥油；植物性则是花生油、芥花子油及色拉油，油脂好坏会影响做出来的糕点酥脆度。

【酥油】即无水奶油，由于熔点比奶油高，所以很适合制作需擀制多次的酥皮类点心。

【花生油】由花生提炼出来的油，带有特殊的香味，本书主要是用在制作广式月饼外皮。

【猪油】为动物性油脂，用猪的生板油或肥肉熬炼制成，呈软质膏状、色泽洁白。起酥性与融合性良好，是制作油酥类点心的最佳材料。



【芥花子油】是植物油，由芥花种子提炼而成，具耐高温、油烟少的特性，适合长时间油炸，本书中使用的植物油会选用芥花油。

【奶油】是从牛奶中提炼出来的动物性油脂，分为含盐与无盐两种，做糕点时建议使用无盐的。

制作点心时最常使用的坚果类为核桃、松子、瓜子仁、芝麻等，常用于拌和内馅增添风味，或作为装饰材料。黑白芝麻常用于装饰点心或增香使用，研磨成粉的芝麻粉在使用上最常见芝麻馅。这些坚果类使用前要根据食谱标示使用，并注意是否需要烤熟。

果干类的金橘饼、青木瓜丝、红木瓜丝、蔓越莓干、葡萄干、橘皮干、蜜莲子、小甘纳豆、甘纳豆，常用于装饰中式糕点，如：八宝米糕及福州芋泥，使糕点表面颜色鲜艳，引人食欲。

【金橘饼】是用新鲜的金橘腌制而成，可用在馅料中增加酸甜味，可去甜腻感。

【核桃】常用于拌入甜馅料中增添口感和风味。



金橘饼



核桃



蜜莲子



蔓越莓干

坚果类、果干类



瓜子仁



橘皮干

【蔓越莓干】酸酸甜甜含有丰富的营养素，是近年来很流行的养生食材，常拌入甜馅料中使用。

【瓜子仁】坚果类的一种，可加入馅料中增香。

【蜜莲子】又称鹰嘴豆，属于干货的一种，使用前要浸泡，可和糯米搭配做成粽子的内馅，以增加风味。

【橘皮干】取其酸酸甜甜的口感，加入甜馅料中可解腻。

基本 馅料 自己做



成功做馅料的重点

- 1 挑选新鲜当季的豆子，涩味少、较柔软、味道较好，购买时请特别注意包装上的生产日期标示。如果要制作粒馅，建议选择大颗粒的红豆来制作。
- 2 洗豆子时轻轻冲洗即可，若有掺杂小石子或杂质就拿掉，冲掉表面灰尘即可，请勿大力搓洗。
- 3 炒豆沙时也可加入少许盐，中和甜腻感。



红豆沙馅

分量：约250克
保质期：冷藏三天、冷冻三天

【材料】

红豆600克、水800克、二砂糖400克、麦芽糖80克

浸豆及煮豆 01

红豆洗净，加入水盖过红豆，浸泡4小时后沥干，放入电饭锅内锅，另外加水盖过红豆，外锅加2杯水，蒸至红豆开口即可。

Point

煮至红豆可以轻易捏破，不残留硬芯程度为最佳。

