

中國點心

2

• 餅糕・酥皮點心
• 糯米點心
• 發麵與包子

江獻珠 編著

珠璣小館

點心技法教室

萬里機構・飲食天地出版社出版



中國點心 2

江獻珠 編著

珠璣小館

點心技法教室

萬里機構・飲食天地出版社 出版



珠璣小館點心技法教室

中國點心 (2)

著者

江獻珠

叢書統籌

余紅霞

編輯

李子鑫

攝影

梁贊坤

設計

朱靜 王妙玲

出版

萬里機構・飲食天地出版社

香港鰂魚涌英皇道1065號東達中心1305室

電話：2564 7511 傳真：2565 5539

網址：<http://www.wanlibk.com>

發行

香港聯合書刊物流有限公司

香港新界大埔汀麗路36號中華商務印刷大廈3字樓

電話：2150 2100 傳真：2407 3062

電郵：info@suplogistics.com.hk

承印

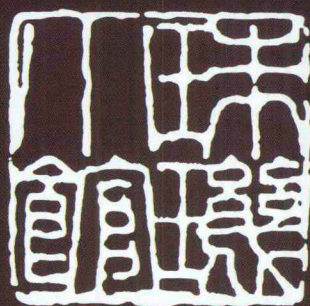
美雅印刷製本有限公司

出版日期

二〇〇九年八月第一次印刷

版權所有・不准翻印

ISBN 978-962-14-4091-4



前言

這些年來，香港的點心樣式，無疑日見增多，但除了幾家老字號尚能一本初衷，維持良好傳統之外，一般而言，點心變得徒有其表，質素日趨下降，很多店子還倚靠港外大生產商的供應；那些近乎大量集中工業製造的點心，固無特色可言，用料馬虎，都是同一式樣，同一味道。以前每家食肆各領風騷、百花齊放的情景，早已不再存在，而老師傅相繼退休，同時入行的年輕人，連年遞減，點心行業內更出現了人材缺乏的恐慌。

猶憶我當初寫這本點心書的目的，乃鑒於坊間的點心食譜，大部分都是由點心師傅口述，他人執筆，能做的不能寫，能寫的又不懂得做，兩者之間有一大鴻溝，亟待銜接。於是決意從美國回港，得我姑姐相熟的廚師包容，教我冒充點心女工，住到尖沙咀的蘭宮酒店，以便清晨走去彌敦道的金冠酒樓，穿起白衫黑祆，拖着丹麥木屐，開始每天冗長的學師日程。

這是十分寶貴的經驗，我不但得到幾位高明的師傅指點，而且親身接觸了不同點心的製作過程，尤其在包點上，手感至為重要，很多傳統包皮的起發和揉麵，每一步驟都由麵糰的手感去決定。如非每天刻板地不斷揉麵、執包，以後實習時便很難成功。上午的麵糰，是用麵種（老酵）起發的，午市若賣光了麵種又燒包，便要以化學膨鬆劑發麵代之，由此又學到快速發麵與麵種發麵的不同手感和口感。現時的新一代，連這兩種方法的成品有何不同，都缺乏認識，難怪今日市上充斥着粗製濫造的化學包皮的叉燒包。

那時滿漢筵席流行，很多時我還會留下來幫忙師傅摺些精美細緻的點心，因此學得更多。一個暑期就這麼過去了，到回美國前，師傅讓我從廚房牆上抄下每道點心的材料單，給我一塊麵種，就算是出師了。但因為保存不得法，麵種很快便死掉了，我只好到專科學校去研究西式麵包，學到酸麵種做法，才徹底解決了麵種的問題。

之後從賣了幾千個叉燒包的經驗，完成了「發麵與包子」一章。我又將抄來極大份量的材料單，分成適合家庭製作的小量，一一加以實驗，希望能達到上乘酒家的水準。我在家中加開點心班，一邊教一邊寫譜，鼓勵學生發問，互相切磋。自 1974 年起，經過五年時間，點心食譜的手稿算是稍具雛型。到 1983 年我的英文中菜食譜《漢饌》在紐約出版，並得出版商拜倫氏給我點心食譜的合約，全書在 1984 年我們旅居德國海德堡時完成。

很可惜我一番心血寫成的點心食譜，過不了美國市場調查這一關，結論認為中國點心太難做，美國人沒有這種耐性，一定打不開銷路，結果合約被取消。在香港我也多方奔走，也沒有出版商願意印一本這麼大的食譜。於是一擱多年，直至認識了「萬里機構」的吳錦銳先生，得他首肯，便立即進行把食譜從英譯中，並加插圖片和製作的過程，使讀者能依着製作圖片的層次，按步跟進。這樣由作者一人自行製作、拍攝後寫譜，在當時直至現在，仍相當罕見。到第一次印刷時已是 1994 年 10 月了。總計從 1984 年開始，點心食譜等了整整十年方能面世。

自從 1994 年《中國點心製作圖解》出版至今，轉眼又過了十五年，先後印刷共十三次，銷量達二萬餘本。「萬里機構」徵得我同意，將本書重行改編，改進以前未盡善之處，以冀留傳。我花足了前後二十年時間方能出版的書，簡直就像自己親生兒女般珍貴。際茲今日印刷技術已非昔日，處理圖片的手法亦大為進步，希望經過精心的整理，本書能以嶄新的面貌和讀者見面。

我年事已高，氣力和手勢都大不如前，再不能操勞，想在圖片方面加以刷新，已是力不從心，深以為憾！

江獻珠

2009 年 5 月寫於香港中文大學
時年八十三

前言	4
酥皮點心.....	8
北方酥皮基本做法.....	10
咖喱酥角	12
變化一：蘿蔔絲酥餅	14
變化二：蓮花酥	16
變化三：豬肉酥餅	17
簡化北方酥皮基本做法.....	18
變化一：花式酥點	20
變化二：螺旋酥點	24
變化三：直酥	25
粵式酥皮基本做法.....	26
粵式酥皮	27
酥皮蛋撻	28
變化一：酥皮奶撻	32
變化二：酥皮椰撻	32
變化三：煙肉洋葱撻	33
變化四：叉燒千層酥	33
變化五：三角酥	34
變化六：四瓣酥	35
鵪鶉千層酥	36
蟹肉螺絲酥	38
粵式揉合酥皮基本做法.....	40
穗市雞角	41
變化：小雞批	44
蓮茸蛋黃甘露酥	47
變化：叉燒甘露酥卷	48
迷你小果撻	50

餅糕類.....	52
餅類.....	53
餡餅	53
蔥油燒餅	56
變化：麻醬燒餅	58
棗泥鍋餅	61
南乳小餅	62
核桃酥	63
糕類.....	64
蘿蔔糕	64
變化：芋頭糕	66
椰汁生磨馬蹄糕	67
馬豆糕	68
紅豆糕	68
椰汁凍糕	69
芒果布甸	70
西米布甸	72
清蒸蛋糕	74
馬拉糕	75
黑白芝麻糕	76

目錄

糯米點心	78
北京元宵	79
寧波湯糰	82
賴湯圓	84
粵式湯圓	85
椰絲糯米麻糰	86
陰陽江米糕	89
變化：桂花江米糕	90
鹹水角	92
糯米雞	95
變化：珍珠雞	96
粽子	96
裹蒸粽	97
鹹肉粽	100
鹼水粽	102

發酵與包子	104
老酵做法及培養	105
老酵	105
西式老酵	106
老酵的保養	106
發酵麵糰	107
發酵麵糰基本做法	107
發酵麵糰的測試	108
一般包子基本做法	110
一般包子成形方法	110
饅頭	114
烤饅頭	115
花卷	116
花式饅頭	117
四瓣卷·菊花卷	
蝴蝶卷·小花卷	118

荷葉卷·豬蹄卷·元寶卷	120
菜肉包子	122
粵式包子基本做法	124
粵式發麵法	125
叉燒包	126
變化一：雞包仔	128
變化二：生肉包	131
酵母發麵基本做法	132
湖南銀絲卷	134
北京銀絲卷	136
西烤叉燒包	138
生煎菜肉包	140
快捷發麵基本做法	142
常用甜餡心做法	143
芝麻茸	143
紅豆沙	144
蓮茸	145
棗泥	145
壽桃包	146
蛋黃蓮茸包	148
蛋黃千層糕	150

常用點心工具	152
成熟工具	152
成形工具	154
雜項	156
輔助器具	156

酥皮點心

酥皮點心最早的記載溯自 800 年前的杭州，但中國有酥皮點心應在更早，可能由中亞細亞經絲綢之路傳到華北。甚至有人認為酥皮點心先由中國傳去中亞細亞亦有可能。

華北的酥皮點心通常由麵粉、脂肪（油或豬油）及水調合成外皮，包裹着餡子，捏製而成。

一般酥皮點心並無特別的味道，多靠甜味的餡子，諸如豆沙、蓮茸、棗泥、栗泥等；

酥皮點心也可不帶餡，成形之後，灑些乾果、果仁和糖在面上。

因為酥皮的製作有一定比例，變化不大，餡子品種亦有限，欲求多樣，只好在形狀上下工夫。花式酥皮點心，以花、鳥、獸、果為形，以食用色素染上不同的顏色，常見於大型的筵席上。

對於南方人，尤其是廣東人，酥皮點心的形狀和色彩，看來並不重要，最值得重視的反而是口味的多樣化。廣東酥皮絕不似北方的單調；只有麵粉、油和水，而是摻入了雞蛋、牛奶、牛油與及好些外來的作料，而餡子的種類甚為豐富；往往鹹的比甜的較為精美，所用作料之廣，使粵式酥皮點心更具吸引。

酥皮的製作，廣東人亦有自己的一套，引用了不少西方的作料：

牛油與植物油幾與豬油及花生油平行使用；

一種叫「吉士粉」的英國做布甸用的作料，很多甜點心的酥皮及餡子都不能缺少它；

不同味道的香油精、椰汁、玉米粉、魚膠粉、各式各樣的乳品，都常用在粵式酥皮點心的製作上。

不單只用料上受到西方的影響，烤爐的使用，令酥皮點心烹製方法更富彈性，不必局限於炸法。法式的酥皮餅模及撻盞，予點心的形狀有很大的自由度，已遠離傳統之外，但風味仍屬廣東的。

酥皮點心有幾種常用的甜餡子，在 143 ～ 145 頁有詳細做法。而酥皮製法則大別為北方酥皮及粵式酥皮兩大類。

北方酥皮基本做法

一般的北方酥皮，是由一塊水油麵糰包着一塊油和麵粉和成的油酥而成。不同的工序，可製成不同結構的酥皮。若將水油麵糰及油酥心個別分成小劑，以一塊水油麵，包着一塊酥心，擀薄，捲起成筒狀，再擀薄，捲起，然後開成圓塊或方塊，包起餡子成形。因為油酥把水油皮重重隔着，便產生了很多薄薄的層次，受熱後空氣把每層分開，吃來便有鬆酥的感覺。

水油皮用的脂肪（通常是豬油），是麵粉量的十分之一。油酥皮麵粉的用量，是水油皮的一半，而脂肪則是麵粉的一半。水油皮的水分，約為麵粉量四分之一。視乎麵粉的濕度而稍有增減。

這裏的份量，可做成 36 個酥角子。若用作酥包子及酥盒子，可分 32 份。也可將水油皮及油酥各分為 2 或 4 大份，包好後摺疊多次而不用捲起，擀開成一大片，切出塊狀的酥皮，然後用各種不同的切法，構成不同形狀的花式。

- 1 水皮、油酥各分成 36 等份
- 2 水皮按成圓片，油酥搓成球，置油粒於水皮上
- 3 水皮包住油酥
- 4 四週摺合成小包
- 5 雙掌搓小包成長條
- 6 擀薄麵條
- 7 捲起麵條成小卷
- 8 將小卷從中分向兩端擀開
- 9 再擀薄成長條，捲起

水油皮用料

普通麵粉 1¾ 杯

高筋麵粉 ¼ 杯

豬油 4 湯匙

幼鹽 ½ 茶匙

溫水（攝氏 38 度，
華氏 100 度）8～9 湯匙

準備

- 1 案板上篩下麵粉，中央開一穴，放入豬油及鹽。逐少加入溫水，邊加邊與豬油和勻，至豬油軟化，便將穴旁之麵粉慢慢撥入，和成一麵糰為止，蓋以微濕毛巾，醒 20 分鐘，是為水油皮（和麵圖解請參看 26 頁「粵式酥皮」）。
- 2 油酥用之麵粉篩在案板上，加入豬油，以手指輕將麵粉及豬油和勻成雪花狀，置於膠袋內按緊，集成一球。待用，是為油酥。

油酥皮用料

普通麵粉 1 杯

豬油 6 湯匙

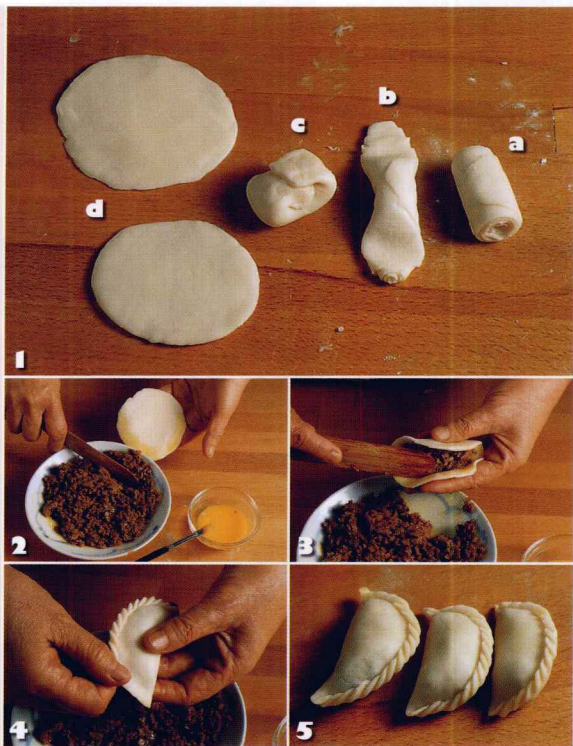


酥皮做法

- 1 水油皮及油酥各分成 4 份。取一份水油皮，搓成 23 厘米長之圓條，切成 9 份。取一份油酥，壓成方形，分成 9 小方塊（見圖 1）。
- 2 置一塊水油皮之切口向上，用掌心按平成圓形。將一塊油酥搓成粒狀，放在水油皮的中央，四週摺合成一小包（見圖 2～4）。
- 3 用雙掌將小包麵糰搓成條，約為 $8 \times 1\frac{1}{2}$ 厘米（見圖 5）。
- 4 平放麵條在案板上，以麵杖擀薄成一長條，約為 30×3 厘米，愈薄愈好（見圖 6）。
- 5 從小的一頭將麵條捲起成一小卷，壓平小卷，從中向兩頭擀開，再擀薄成長條，多卷一次便可用。共做 36 卷（見圖 7～9）。

咖喱酥角

依基本方法做好用水油皮包着酥心的小卷叫小包酥，可以擀開成圓塊，包上餡子，捏製成不同形狀的酥皮點心。這種酥皮的層狀是暗而不露的，故又稱暗酥。除了包作酥角子，也可包成酥包子。用咖喱肉末做餡子，本是廣東口味，但在香港十分普遍，故用以作例。改用甜餡亦可。



- 1 a 捲起長條成卷；b 壓平兩端；c 覆上兩端；
d 擀薄成圓皮
- 2 撥餡入酥皮中央
- 3 覆上一方酥皮，捏合成角
- 4 沿角邊捏麻繩邊
- 5 酥角生坯



作料

基本北方酥皮 1 份
(見 10 頁)

油 6 杯

雞蛋黃 1 個

餡料

絞碎豬肉或牛肉 450 克

小洋蔥 1 個，切細粒

咖喱粉 1 湯匙

油 3 湯匙

調味料

老抽、生抽、紹酒
各 1 湯匙

生粉、糖各 2 茶匙

雞蛋白 1 個

鹽 ½ 茶匙

芡汁料

雞清湯 ½ 杯

生粉 1 湯匙

餡做法

- 1 碗內加入碎肉及調味料同拌勻。
- 2 置鑊於大火上，極紅時下油 1 湯匙，加入洋蔥粒，炒至身軟後下咖喱粉，多炒數下，鑊出。
- 3 鑊內加油 2 湯匙，燒至熱時下碎肉，不停鏟動至肉碎分離，加咖喱洋蔥同鏟勻。
- 4 撥開肉碎留出空位，逐少吊芡汁入內，鏟至汁稠便與肉碎同拌勻。試味後移出待涼。



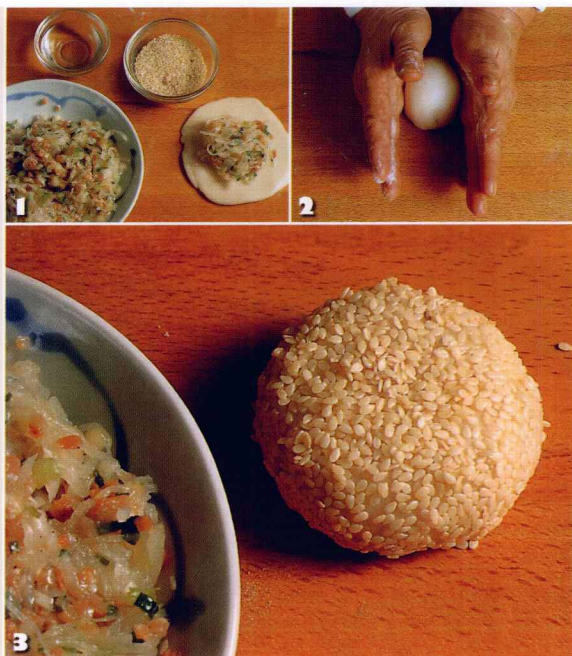
酥角成形法

- 1 取一小卷酥皮，用麵杖從中央向兩頭擀長，壓平兩端，覆起互相疊合（見圖 1）。
- 2 先將酥卷依米字形交叉擀開成一厚片，再擀薄成一四週較薄中間較厚之圓片，半徑約為 7 厘米。
- 3 置一圓酥塊皮在掌上，用小筆沿邊塗一圈蛋黃，另一手持餡挑，撥 2 茶匙餡子至酥皮中央（見圖 2）。
- 4 將酥皮從近身的一邊對摺，蓋住餡子，捏緊邊沿使成半月形，扭麻繩邊後便成酥角。一共做 36 隻（見圖 3～5）。

炸法

置鑊於中火上，熱油溫至攝氏 135 度（華氏 275 度）時，先用熱油把疏孔炸籬搪一下，然後排 12 個酥角在籬內，整籬放入油內，炸約 7 分鐘或至酥角皮色微黃便移出瀝油。繼續分 2 批炸完餘下之酥角。

變化一： 蘿蔔絲酥餅



- 1 置蘿蔔絲於酥皮上，包起成球
- 2 直立雙掌搓圓酥包
- 3 按平酥包，塗上糖水，滾在芝麻內

用蘿蔔做餡，是北方及江南的習俗，加了火腿和蔥花，餡子和酥皮相得益彰。餅面灑上芝麻，烤起來香酥可口，不似炸的油膩。

作料

基本北方酥皮 ½ 份
(見 10 頁)

芝麻 3 湯匙

糖 2 茶匙 + 水 2 湯匙

餡料

白蘿蔔 450 克

鹽 2 茶匙

金華火腿茸 3 湯匙

蔥花 ¼ 杯

調味料

胡椒粉 ⅓ 茶匙

糖 2 茶匙

鹽少許

麻油 1 湯匙

做法

- 1 蘿蔔去皮，切薄片，再切絲約 3 毫米寬，置疏箕內，拌入鹽，擱置 1 小時至蘿蔔絲身軟。
- 2 疏箕下置一大碗，用沸水淋下蘿蔔內，稍浸一下，瀝水後盡量擠去水分，置大碗內，加入調味料及火腿茸，用前方可加蔥花同拌勻。

成形法

- 1 將水油皮及酥心各分成 2 大份，每大份分 8 小等份。依照北方酥皮基本做法以 1 份水油皮包 1 份油酥，再依「咖喱酥角」法，循序開成圓塊，直徑約 9 厘米，共 16 塊。
- 2 置 1 塊酥皮在掌上，以餡挑撥 1 湯匙餡子至酥皮中央並按實。沿邊摺褶，邊摺邊捏緊，至最後在中央一扭收口，便成包子形，收口向下（見圖 1）。
- 3 直豎雙掌，將包子搓圓。按平包面，塗上糖水，放入芝麻內一滾便好。如法做完 16 個（見圖 2～3）。

烤法

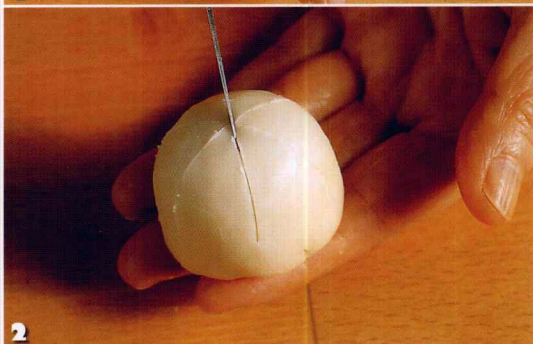
預熱烤爐至攝氏 190 度（華氏 375 度，煤氣烤爐 5 字）。排 16 個酥餅在烤盤上，入爐焗 25 至 30 分鐘至芝麻金黃為止。



a 蘿蔔絲酥餅 b 豬肉酥餅

變化二：蓮花酥

酥皮包着豆沙或蓮茸餡，在包子面上切三刀成米字，炸時層層的酥皮便會張開，似一朵綻開的蓮花，非常可愛。這種筵席上近乎觀賞性的點心，多用食用色素染成不同顏色，江南一帶較為流行，在一般家庭，則其少製作。為使花瓣不易碎，和水油麵糰時加入一部分高筋麵粉，就是這個原因。



1 豎立雙掌，搓圓，搓高酥包

2 用小刀割酥包頂

3 成一米字形

作料

基本北方酥皮 ½ 份
(見 10 頁)

蓮茸 ½ 杯

炸油 8 杯

成形法

- 1 照「蘿蔔絲酥餅」成形法(2)，每塊酥皮包入 ½ 茶匙蓮茸餡，修成包子形。豎立雙掌，搓圓、搓高包子，置冰箱內冷藏(見圖 1)。
- 2 熱油時方可從冰箱取出蓮花酥生坯，置於左手四指上，以鋒利小刀在包面割一米字形如圖，但切割深度不能及於餡子，否則炸時餡子會散在油中。做好一批炸一批(見圖 2～3)。

炸法

熱油至攝氏 135 度(華氏 275 度)照「咖喱角」炸法，分 2 批炸至蓮花酥在油內散開，色呈微黃便移出瀝油。