

■ 中等职业技术学校旅游服务模块教材

中式

面点制作知识与技能



LÜYOU FUWU
MOKUAI JIAOCAI



中国劳动社会保障出版社

- ◇ 责任编辑 / 傅 磊
- ◇ 责任校对 / 王红樱
- ◇ 封面设计 / 张美芝
- ◇ 版式设计 / 朱 妹

中等职业技术学校旅游服务模块教材

前厅服务知识与技能

客房服务知识与技能

餐厅服务知识与技能

烹饪基础

中式烹饪知识与技能

中式面点制作知识与技能

ISBN 7-5045-1676-7



9 787504 516763 >

ISBN 7-5045-1676-7

定价：11.00 元

中等职业技术学校旅游服务模块教材.....

中式面点制作知识与技能

劳动和社会保障部教材办公室组织编写

中国劳动社会保障出版社

图书在版编目(CIP)数据

中式面点制作知识与技能/卓光兰编写. —北京:中国劳动社会保障出版社, 2005
中等职业技术学校旅游服务模块教材

ISBN 7-5045-1676-7

I. 中… II. 卓… III. 面点-制作 IV. TS972.116

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 024498 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: 张梦欣

*

新华书店经销

北京印刷集团有限责任公司印刷二厂印刷 北京顺义河庄装订厂装订

787 毫米×1092 毫米 16 开本 6.75 印张 168 千字

2005 年 6 月第 1 版 2005 年 6 月第 1 次印刷

印数: 4000 册

定价: 11.00 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

前 言

为加快职业技术教育改革的步伐，探索技能人才的培养模式，近年来，职业教育战线不断进行着教学理念的更新和教学方法的改革。中等职业技术学校中的模块教学法，就是其中颇有代表性的一种新的教学方法。

模块教学法的核心是：依据学生从事某一职业所必需的岗位能力，设计教学内容、确定教学过程、评估教学效果。即按照职业教育的教学要求，将所学内容和需要掌握的职业技能设计成独立的课程模块，而每一个课程模块都有着明确的教学目标和教学内容，且为一个完整的授课单元。

模块教学法重视学生的主体地位，改变了教师讲、学生听的灌输形式。教师可以根据不同的教学目标，选择讲授、参观、讨论、案例分析等不同授课方式。在学习过程中和完成后，及时安排相应的职业技能鉴定训练，避免了学习的重复和与职业岗位要求的脱节。

为配合旅游服务模块教学的需要，我们组织编写了饭店服务和烹饪两个系列的模块教材。包括：《前厅服务知识与技能》《客房服务知识与技能》《餐厅服务知识与技能》《烹饪基础》《中式烹饪知识与技能》《中式面点制作知识与技能》。与传统的饭店服务和烹饪教材相比，本套教材不追求学科体系的完整，而是将重点放在培养学生的综合素质和实践能力上面，注重专业知识与职业技能的有机结合，将学生学习的过程作为他们提高专业技能的过程，通过观察了解、体验感受、案例分析等各种教学活动，提高学生对知识的理解和专业技能的掌握。

模块教材的编写刚刚起步，在教材内容的取舍、框架的安排、表现方式等方面还存在着许多问题，特别是师生互动的形式还有待探索，希望各地在教材的使用过程中提出意见和建议。

教材的编写得到了湖北省劳动和社会保障厅教研室、宜昌市劳动保障局职业技术研究室及有关学校的大力支持，在此表示衷心的感谢。

劳动和社会保障部教材办公室

2005年3月

简 介

本教材依据国家职业标准、专业技术规范及企业对旅游服务人员素质的要求编写。编写中充分考虑了中等职业技术学校的教学规律和教学特点，强调学生实际操作能力的培养，注重知识与技能的紧密结合，具有较强的针对性和可操作性。

教材采用图文并茂的形式，形象地讲述了中式面点制作的知识与技能，突出操作技能的训练。每一学习单元后配有知识与技能测试题，方便学生技能鉴定的考前复习。

本教材适用于中等职业技术学校旅游服务专业教学，也可用于饭店员工的岗前培训、在职培训、职业技能鉴定前的培训和员工自学。

本教材由卓光兰编写，刘志全审稿。

目 录

模块一 面点制作基本功训练	(1)
学习单元 1 和面与揉面	(1)
学习单元 2 搓条与分剂	(5)
学习单元 3 制皮与上馅	(9)
模块二 调制馅心	(15)
学习单元 1 馅心制作要求	(15)
学习单元 2 咸馅制作工艺	(18)
学习单元 3 甜馅制作工艺	(24)
模块三 面团的调制及运用	(29)
学习单元 1 水调面团的调制及运用	(29)
学习单元 2 膨松面团的调制及运用	(36)
学习单元 3 层酥面团的调制及运用	(48)
学习单元 4 米粉面团的调制及运用	(55)
模块四 成形工艺	(61)
学习单元 1 搓、包、卷、捏	(61)
学习单元 2 叠、摊、擀、按	(68)
学习单元 3 抻、切、削、拨	(71)
学习单元 4 剪、拧、挤注	(75)
学习单元 5 钳花、模具、滚沾、镶嵌	(78)
模块五 熟制工艺	(82)
学习单元 1 蒸、煮	(82)
学习单元 2 炸、煎	(85)
学习单元 3 烤、烙	(88)
模块六 筵席点心的组合与美化	(92)
学习单元 1 筵席点心的组合	(92)
学习单元 2 筵席点心的美化	(95)
附录 烹饪专业模块考试试卷	(100)

面点制作基本功训练

学习单元 1 和面与揉面

学习目标 在学习本单元基础知识和基本技能的基础上,培养学生良好的操作规范和基本功素质,熟练掌握和面、揉面的方法和要领,使其具备独立操作能力。

一、和面与揉面的要求

和面是依据面点制品的要求,将粉料与水或其他原料加以混合而调制出面坯的过程。和面是整个面点制作的最初一道工序,是制作面点的重要环节。揉面是在面粉颗粒吸收水分发生黏结的基础上,通过反复揉搓,使各种面点原料混合均匀,形成面团的操作过程。揉面是调制面坯的关键,面坯调制质量的好坏,直接影响到点心制作的程序和成品质量。

二、和面的方法及要领

1. 和面的方法

(1) 机器和面 机器和面是将面点原料通过机械的搅拌,调制出面点制作所需要的各种不同性质的面团。

(2) 手工和面

1) 抄拌法 在粉料中掺入水或其他面点原料后,用双手由下向上反复抄拌,使原料与水或其他面点原料混合均匀,互相黏合的操作方法,如图 1—1 所示。



图 1—1 抄拌法

2) 调和法 将粉料在案板上围成坑塘,加入水或其他原料后,手插入中间,五指张开,从外向内进行调和,待粉料与水或其他原料混合后,揉成面团的操作方法,如图 1—2 所示。

3) 搅和法 将粉料倒入案上或器皿中,边加水边用手或工具搅拌成团的操作方法,如图 1—3 所示。



图 1—2 调和法



图 1—3 搅和法

2. 手工和面的操作要领

(1) 掺水量要适当 掺水量应根据不同的品种、不同的季节和不同的面坯而定。掺水时切勿一次加大量的水,而应根据粉料的吸水情况分次加入,以方便操作和粉料均匀吸水,保证面坯质量。

(2) 动作干净利落 无论采用哪种和面方法,都要求投料准确,掺水适当,符合面坯的性质和质量要求。

(3) 饧面 面团和好后,一般都要盖上洁净的湿布静置一段时间,使面团中未吸足水分的粉粒有一个充分吸收的时间,从而保证面团质量,防止面团表面干燥、结皮和裂缝。这个过程称为饧面。

三、揉面的方法和要领

1. 揉面的方法

揉面的方法主要有:揉、捣、揣、摔、擦、叠等 6 种。

(1) 揉 通过双手反复揉搓,将和好的面团揉匀、揉透、揉光滑的操作方法。有双手揉和单手揉两种,如图 1—4 所示。

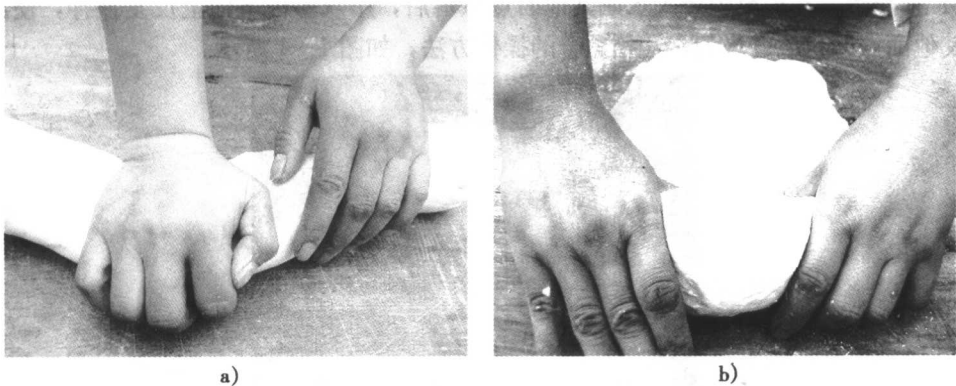


图 1—4 揉

a) 单手揉 b) 双手揉

(2) 捣 在面团和好以后，双手握拳在面团各处用力从上向下捣压的操作方法。

(3) 揣 面团和好以后，双手握拳，交叉在面团上揣压，使面团向四周摊开，卷拢再揣的操作方法，如图 1—5 所示。



图 1—5 揣

(4) 摔 双手或单手拿住和好的面团，举起后反复用力摔在案板上，使面团摔匀增加劲力的操作方法，如图 1—6 所示。

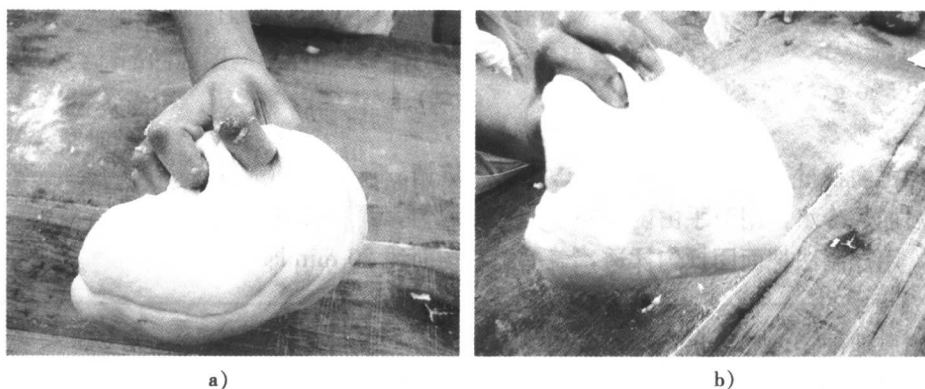


图 1—6 摔

(5) 擦 粉料与油脂等面点原料混合后，用双手掌根反复逐层向外推擦，使面点原料混合均匀，增强其黏稠性的操作方法。常用于油酥面团和部分米粉面团的揉制，如图 1—7 所示。

(6) 叠 粉料与油脂、蛋、糖等原料混合后，用上下叠压的方法使原料混合均匀的操作方法。主要用于混酥面团制品，防止面团产生筋力，如图 1—8 所示。

2. 揉面的要领

(1) 姿势正确，便于用力。

(2) 揉面既要用力，又要揉“活”，手腕着力，力度适当。

(3) 有序顺向揉制，否则面团形成的面筋网络就会被破坏，面团不易达到光洁的效果。

(4) 掌握揉面的时间。一般来说，冷水面团适用多揉，使面团光洁有劲；酵面则不宜久揉，否则会把面揉“死”而达不到膨松的效果。

(5) 面团揉好后，一般要饧面 10 min 左右。



图 1—7 揉

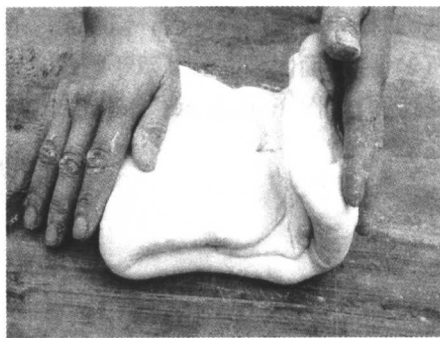


图 1—8 叠

四、和面、揉面的质量标准

和面的质量标准是：水面交融，软硬适度，不夹生、不伤水，符合面团工艺的性能要求。

揉面的质量标准是：揉匀揉透，面团光洁、柔润。

五、制作实例

实例一 冷水面团

1. 用料

面粉 500 g，冷水约 250 g。

2. 操作步骤

- (1) 将面粉过筛后放在案板上，中间开一坑塘。
- (2) 加入冷水，用双手由内向外逐步抄拌均匀，调和成面团。
- (3) 用揉制法把面团揉匀揉透，盖上湿布饧面约 20 min 即可。

3. 质量要求

面团质地硬实，筋力足，韧性强，均匀光洁。

4. 注意事项

- (1) 面团加水适当，掌握面团软硬程度。
- (2) 面团和好后，一般要饧面 10~20 min，盖上湿布，以防表皮风干。

实例二 热水面团

1. 用料

面粉 500 g，沸水 250 g，冷水 50 g。

2. 操作步骤

- (1) 将面粉过筛后放在案板上，中间开一坑塘。
- (2) 倒入沸水，用木棒搅和，边加水边搅拌，洒上冷水揉团，摊开晾凉。
- (3) 盖上湿布饧面 5 min 左右即可。

3. 质量要求

面团柔软劲小，可塑性好，略带甜味。

4. 注意事项

- (1) 沸水要浇匀，和面时动作要迅速，防止面粉生熟不均。
- (2) 面团烫熟后，要洒些冷水揉面团，并要散发热气，盖上湿布，外皮才不会枯硬。

(3) 加水要适量。和面时要一次性加足水量，否则很难揉匀，影响面团质量。

知识技能测试

一、填空题

1. 手工和面的方法主要有_____、_____和_____。
2. 揉面的方法主要有_____、_____、_____、_____、_____和_____。

二、判断题

1. 和面是整个面点制作中的最初工序。 ()
2. 无论何种面团，和面掺水时应一次性掺足。 ()
3. 揉面既要用力，又要揉“活”。 ()

三、选择题

1. 揉面的时间要根据面团制品的需要而定，适宜多揉的是 ()。
- A. 冷水面团 B. 温水面团 C. 膨松面团
2. 混酥类制品的面团，不能上劲，采用的揉面方法为 ()。
- A. 揉 B. 擦 C. 叠

四、技能训练题

要求在 5 min 内，完成 500 g 面粉的面团调制过程（即和面、揉面两道工序），并达到面光、手光、案板光。将操作训练情况记入下表。

技能标准化训练要求（面粉 500 g）

分数 项目 \ 指标	标准时间	面团软硬程度	面团光洁程度	姿势正确	卫生	合计
标准分	20	40	20	10	10	100
扣分						
实得分						

学习单元 2 搓条与分剂

学习目标 在学习本单元基础知识和基本技能的基础上，熟练掌握搓条与分剂的方法，提高双手协调能力和操作实践能力。

搓条与分剂是两项不同的操作技术，是成形工艺的中间环节，大多数品种都要使用这两项技术操作，搓条、分剂运用得好否，对成形质量影响极大。

一、搓条

1. 搓条的技法

搓条是将揉好的面团搓成条状的操作过程，是分剂的准备步骤。操作时，将饧好的面团揉拉成长条，然后双手掌根压在条上，适当用力，前后推搓滚动面团，同时两手向两侧用力，使面团向两侧慢慢延伸，成为粗细均匀的圆形长条。搓条的手法如图 1—9 所示。



图 1—9 搓条

2. 搓条的基本要求

搓成的面条要圆、光洁（不起皮、不粗糙）、粗细一致，为分剂创造条件。其操作要领是：

- (1) 搓条时用力均匀，轻重有节。
- (2) 手法灵活，连贯自如。
- (3) 圆条的粗细要根据制品的需要而定，无论粗细都必须均匀一致。

二、分剂

分剂也叫下剂，是将搓条后的面坯分成大小一致的剂子的操作过程。分剂关系着点心成形后的规格，影响到下道工序的操作。根据各种面坯性质，常用的分剂方法有揪剂、挖剂、拉剂、切剂和剁剂等。

1. 揪剂

又称摘剂，用于软硬适中的面团。操作方法是：将搓好的剂条用左手捏住，露出相当于坯子长短的一截，然后用右手大拇指与食指轻轻捏住面剂，使劲顺势揪下，如图 1—10 所示。一般适用于 50 g 以下坯子的分剂操作，如水饺、蒸饺、烧卖等的剂子。操作要求是方法正确，手法熟练，坯剂规格一致。

2. 挖剂

又称铲剂，多用于较粗的剂条。操作方法是：搓条后，将剂条放在案板上，左手按住，右手四指弯曲呈铲形，手心向上，从剂条下面伸入，四指向上挖下剂子，如图 1—11 所示。一般用于 50 g 以上坯子的分剂操作，如包子、烧饼、面包等剂子采用的都是挖剂的分剂方法。操作要求是方法正确，用力合适，动作协调，剂子大小一致。



图 1—10 揪剂



图 1—11 挖剂

3. 拉剂

也叫掐剂，多用于较为稀软的面团。操作方法是：左手按住剂条，右手五指抓住剂子，用力拉断即成一个剂子，抓住一块，拉下一个，如此重复，如图 1—12 所示。如馅饼的下剂属于这种分剂方法。操作要求是拉剂手法正确，动作熟练，规格一致。

4. 切剂

切剂就是将剂条用刀切成均匀的剂子。操作方法是：将剂条放在案板上，用刀切成大小一致的面剂，如图 1—13 所示。常用于层酥面团的明酥和油饼的分剂。操作要求是快刀直切，动作协调，大小一致。



图 1—12 拉剂



图 1—13 切剂

5. 刹剂

刹剂就是将搓好的剂条放在案板上拉直，根据面点品种的要求确定剂量的大小，用刀均匀地将剂子刹下，如图 1—14 所示。如砖形馒头的下剂就是采用刹剂的方法。操作要求是方法准确，双手配合协调，动作干净利落，剂子均匀一致。刹剂对于某些品种来说具有成形的意义，这时更应该注意剂子的规格和形态。

无论采用何种下剂方法，都要求手法正确，动作干净利落，下的剂子均匀一致，大小分量准确，符合制品的需要。

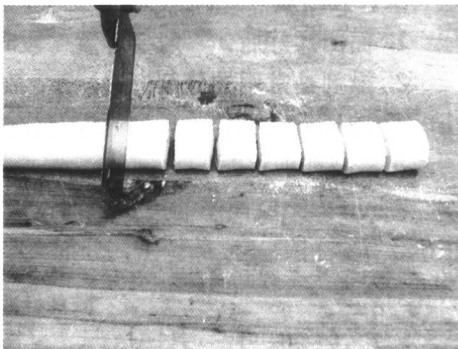


图 1—14 刹剂

三、制作实例

实例一 一品蒸饺

1. 原料

温水面 500 g。

2. 制作

- (1) 将揉好的面团揉拉成长形。
- (2) 用手掌根揪实推搓，两手着力均匀，搓成较细的圆条。
- (3) 用手揪成 50 个剂子。

3. 质量要求

搓条粗细均匀、条圆光洁。揪剂圆整、均匀、大小一致。

4. 注意事项

- (1) 搓条时两手用力要一致，防止用力不均产生粗细不匀的现象。

(2) 揪剂时两手要配合协调, 每揪一次, 剂子翻一次身, 这样揪下的剂子会更圆。

实例二 烧饼

1. 原料

酵面 500 g。

2. 制作

(1) 将面揉至光滑。

(2) 两手掌压住面团, 从中间向两侧推搓成较圆的粗条。

(3) 左手按住剂条, 右手四指向上, 伸入剂条下面挖下剂子。

3. 质量要求

挖下的剂子呈长圆形, 大小一致。

4. 注意事项

(1) 剂条较粗, 搓条时应把握力度, 否则粗细不匀。

(2) 挖剂手法正确, 两手配合协调, 剂子摆放有序。

(3) 搓条后应马上分剂, 否则剂条容易枯皮。

知识技能测试

一、填空题

1. 搓条是将揉好的面坯搓成_____的操作过程, 它是分剂的_____。

2. 常用的分剂方法有_____、_____、_____和_____等。

二、判断题

1. 面团揉好后, 一般要静置一段时间, 即饧面。 ()

2. 揪剂是常用的分剂方法。 ()

3. 搓条粗细不均, 对分剂没有什么影响。 ()

三、技能训练题

2 min 内完成面团的搓条揪剂过程 (250 g 面粉, 分剂 25 个)。要求: 动作协调, 手法正确, 搓条粗细一致、光洁, 分剂大小均匀、圆整。将操作训练情况记入下表。

技能标准化训练要求 (面粉 250 g)

分数 项目	指标	标准时间	条圆光洁	粗细均匀	手法正确	剂子圆整	分量准确	卫生	合计
	标准分		10	20	10	10	20	20	10
扣分									
实得分									

学习单元 3 制皮与上馅

学习目标 在学习本单元基础知识和基本技能的基础上，掌握常见的制皮技法和上馅技法，能熟练擀制饺子皮、烧卖皮、馄饨皮，提高基本技能的综合运用能力。

一、制皮技法与要求

制皮是将剂子制成符合制品要求的面皮的操作过程。制皮技术要求高，操作方法较为复杂，制皮质量的好坏直接影响包捏和制品的成形。由于各类品种要求不同，制皮方法也多种多样。常用的制皮方法有：按皮、拍皮、捏皮、摊皮、压皮和擀皮等。

1. 按皮

按皮是一种基本的制皮方法。操作方法是：将分好的剂子截面向上，用掌边、掌根按成周边薄、中间厚的圆形面皮，如包子皮。操作要领是：按皮必须用手掌根按压，厚薄适当，如图 1—15 所示。

2. 拍皮

拍皮是一种简单的制皮方法，即把分好的剂子截面向上，用手指撒压后，再用手掌沿剂边拍打成中间厚、周边略薄的圆形面皮，如图 1—16 所示。操作要领是：拍皮用手掌根，边拍边按顺时针方向转动。

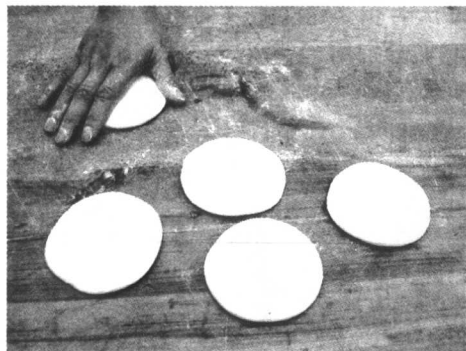


图 1—15 按皮



图 1—16 拍皮

3. 捏皮

捏皮是将搓成圆球的剂子用双手捏成圆壳形，称为“捏窝”，如图 1—17 所示。适用于米粉面团制作和澄面制品。捏皮的要领是：用手将面剂反复捏匀，要求厚薄适当，不破皮、不穿底。

4. 摊皮

摊皮是一种较为特殊的制皮方法，主要用于稀软面团的制皮，需借助炉灶和锅具加热，

如春卷皮、锅饼皮等采用的都是摊皮方法，如图 1—18 所示。

(1) 摊春卷皮的操作方法是：将锅加热，右手拿起面坯不停地抖动，顺势向锅内一摊，面在锅内粘一层，受热成熟后揭下，再摊第二张。



图 1—17 捏皮

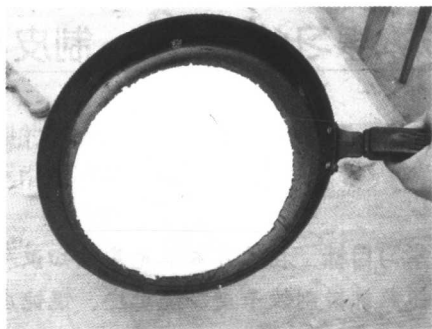


图 1—18 摊皮

(2) 摊锅饼皮的操作方法是：铁锅架于火上（火不能大），将适量稀糊倒入锅中，随即转锅，使稀面糊随锅流动成圆形坯皮状，待水分蒸发后，即形成一张平整的坯皮。其坯皮的大小可随锅体或品种而定。操作要领是：掌握好火候大小，所用锅要洁净，适量抹油，操作动作连贯，皮子形圆且厚薄均匀。

5. 压皮

压皮是一种特殊的制皮方法，主要用于澄面点心的制皮，如图 1—19 所示。操作方法是：将剂子放在案板上（案板上抹少许油），用刀或平整的工具按压并旋转，压成圆皮。操作要领是：持刀压皮时，双手配合好，用力要匀，皮圆不破。

6. 擀皮

擀皮是应用最广泛的制皮方法，技术性较强，是使用擀面杖等工具将剂子（或面团）擀制成符合制品要求的面皮的制皮方法。根据使用工具的不同及点心要求，擀皮的方法有很多种，常用的制皮工具有擀面杖、橄榄杖、走槌等，它们分别用于水饺皮、蒸饺皮、馄饨皮、烧卖皮的制作。

(1) 水饺皮 将冷水或温水面团揪成的剂子用擀面杖擀成中间稍厚、周边略薄的圆皮，如图 1—20 所示。

观察思考
同学之间互相检查
擀皮的动作手法是否正确。老师点评后，再按正确的动作手法训练至熟练为止。

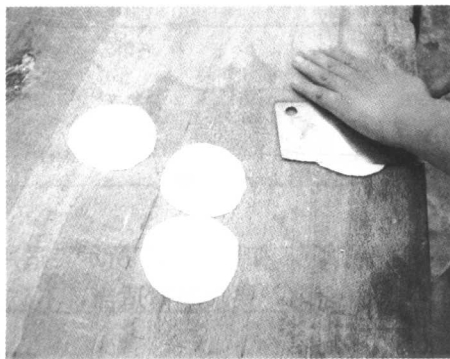


图 1—19 压皮



图 1—20 水饺皮