

Zhongqing
Xiaochi



钟情小吃

扬州金擀杖面艺工作室 组织编写
刘顺保 方志荣 姚高明 主编



化学工业出版社

钟情小吃

ZHONGQINGXIAOCHI



扬州金擀杖面艺工作室 组织编写
刘顺保 方志荣 姚高明 主编



化学工业出版社

·北京·

本书主要介绍90例江南家常面点、点心的原料配方、分步图解和操作要领等,既有传统经典品种,又有近年创新品种,配方精细,图解详细,更有贴心小贴士提示操作,扬州面点大师倾囊相授,可帮助面点小吃制作经营商户、中式面点师、大众面点爱好者迅速掌握操作技巧,是其良师益友。

图书在版编目(CIP)数据

钟情小吃/刘顺保,方志荣,姚高明主编. —北京:化学工业出版社,2009.5

ISBN 978-7-122-05078-6

I. 钟… II. ①刘…②方…③姚… III. 面点—制作
IV. TS972.116

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第043328号

责任编辑:温建斌
责任校对:凌亚男

装帧设计:春天书装工作室

出版发行:化学工业出版社(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)
印 装:北京画中画印刷有限公司
720mm×1000mm 1/16 印张6字数119千字 2009年7月北京第1版第1次印刷

购书咨询:010-64518888(传真:010-64519686) 售后服务:010-64518899
网 址:<http://www.cip.com.cn>
凡购买本书,如有缺损质量问题,本社销售中心负责调换。

定 价:28.00元

版权所有 违者必究



扬州金擀杖面艺工作室

扬州金擀杖面艺工作室位于风景秀丽的扬州瘦西湖畔，紧依扬州大学师范学院，工作室成立于2007年1月19日，是扬州面点网的点心实验室，二者共同肩负推动和弘扬淮扬面点文化的责任。扬州金擀杖面艺工作室由三位专业面点技师创办，专门从事面点技术培训、点心研究与开发、人才输出；面点生产经营企业技术合作；开业策划、技术顾问等。我们秉承“先做人，后做事”的理念，竭诚为广大面点爱好者、面点经营企业提供优质服务！

地址：江苏扬州四望亭路229号三楼（扬州师范学院向西150米）

邮编：225002

联系电话：0514-85879709

13605279677 刘老师

13882720989 方老师

13852733800 龙老师

http://www.yzmdw.com

E-mail: jgzmy@163.com

技术培训：培训采取滚动式、配方式、师徒式教学相结合的方法，包教包会，随到随学！

- 1《扬州早茶》：学期35天，从零开始，系统讲授淮扬风味早茶、小吃等40种面点。
- 2《宴席点心》：学期30天，内容为常用宴会点心、基本造型点心，常用甜品、主食等。
- 3《馅心制作》：学期7天，内容为经典面点的20余种馅心制作，完全配方式教学。
- 4《船点盘饰》：学期15天，内容以面点围边、主题看盘为主，力求符合卫生、快捷、实用等原则。
- 5《特色风味小吃》：各地方性代表面点小吃，如拉面、刀削面、炸油条、黄桥烧饼、米线等。
- 6《其他个性化面点》：面条系列、营养粥系列、饺子系列、汤圆系列、甜品系列、炒饭系列等。
- 7《裱花蛋糕及西点》：学期20天，内容为常见的简单西点、裱花蛋糕及烘焙糕点。

技术合作：

- 1 酒店点心技术顾问和管理。
- 2 酒店面点人才输出。
- 3 酒店开业策划、美食节展台设计与制作。
- 4 面点生产企业品种研发。
- 5 面点比赛作品设计与指导。

工作室老师介绍：



刘顺保：男，江苏扬州人，中式面点技师、扬州三十佳厨师、淮扬菜烹饪名师。从厨期间精益求精、钻研技术、制作的点心

受到了海内外宾客的一致好评。参与编写了《一定要学的面点100种》、《中式面点工坊》、《中国淮扬菜——面点》等图书。



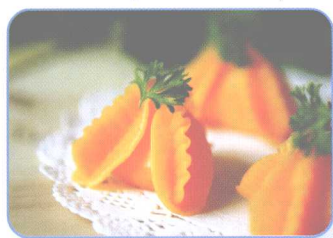
方志荣：男，江苏扬州人，中式面点技师、淮扬菜烹饪名师。2002年获中国淮安淮扬菜美食节银奖、团体金奖，

2003年获中国太原国际美食节金奖。参与编写了《面点高手》、《一定要学的面点100种》、《中式面点工坊》等图书。



龙业林：男，江苏扬州人，中式面点技师、国家高级面点师、淮扬菜烹饪

名师。擅长淮扬面点、宴会展台、筵席细点的制作。参与编写了《一定要学的面点100种》、《中式面点工坊》等图书。



- | | |
|----------------|----------------|
| 黑米菊花包 1 | 飘香雪影 24 |
| 核桃包 2 | 椰丝奶黄球 25 |
| 百合包 3 | 凤梨水晶饼 26 |
| 榴莲包 4 | 草莓水晶饼 27 |
| 荷叶夹 5 | 苔菜香米饼 28 |
| 米粉寿桃 6 | 咖喱土豆饼 29 |
| 水晶小笼包 7 | 肉夹馍 30 |
| 玲珑双色珠 8 | 酸奶八宝饭 31 |
| 香芋西米球 9 | 鱼汤小刀面 32 |
| 金山饺 10 | 双色面疙瘩 33 |
| 马蹄饺 11 | 鸡汁猫耳朵 34 |
| 四喜蒸饺 12 | 南瓜荠菜圆 35 |
| 水晶百花饺 13 | 皮蛋瘦肉粥 36 |
| 奶黄西米饺 14 | 腊肠米粽 37 |
| 水晶烧卖 15 | 燕窝核桃露 38 |
| 花篮烧卖 16 | 合家团圆 39 |
| 双色糕 17 | 雪蛤南瓜露 40 |
| 紫芋凉糕 18 | 芒果西米露 41 |
| 紫米松糕 19 | 杏仁豆腐 42 |
| 松仁玉米糕 20 | 沙锅煎包 43 |
| 马蹄糕 21 | 蜂巢煎饺 44 |
| 黑麻松仁糕 22 | 咸肉韭菜角 45 |
| 山药绿茶糕 23 | 脆皮黄瓜饼 46 |

目录 | Contents

橙香马蹄饼 47	小鸭酥 69
银芽三丝卷 48	蝴蝶酥 70
三鲜豆皮 49	蟹壳黄 71
葱油烙饼 50	芒果酥 72
茼蒿烙 51	佛手酥 73
麻花酥 52	灯笼酥 74
炸肠卷 53	铜锣酥 75
油炸牛角卷 54	南瓜酥 76
丝网虾卷 55	腰果酥 77
金薯面包卷 56	蛋黄酥 78
豆皮芋薹卷 57	香辣鸡酥派 79
蜂巢蛋黄角 58	叉烧酥角 80
脆皮粉角 59	鸿运酥 81
杏仁凉瓜枣 60	鲜奶酥卷 82
金丝球 61	黄油盘丝饼 83
金沙汤丸 62	夹心凤梨排 84
充气南瓜饼 63	中秋月饼 85
金钱山芋饼 64	香橙蛋糕卷 86
脆皮萝卜糕 65	豆花蛋挞 87
鲜奶锅炸 66	千层奶黄派 88
简易凤凰酥 67	酥皮焗青汁 89
青蛙酥 68	中式比萨 90



黑米菊花包

原料

面粉 200 克、酵母 3 克、泡打粉 3 克、白糖 5 克、猪油 5 克、温水 100 克、血糯米馅 100 克、熟莲子 20 粒

特点

外形精美、香甜松软。

小贴士

花色包子面团要调得稍微硬一点。

血糯米馅：

血糯米淘洗干净，用水浸泡5小时，上笼蒸制30分钟，取出后加入白糖、猪油拌匀即可。

制作



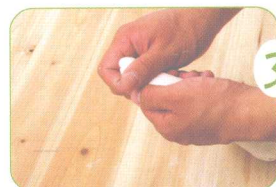
1

· 面粉开窝，加入酵母、泡打粉、白糖、温水调匀。



2

· 再在面粉中加入猪油揉成团，揉至光滑。



3

· 将面团搓成条，摘成剂子，每只剂重 20 克。



4

· 将面剂拍成圆皮，包入血糯米馅。



5

· 将面坯捏成花瓣形，血糯米馅心微露。



6

· 在生坯的顶部按上一粒熟莲子。



7

· 将制作好的生坯醒发 15 分钟，上笼蒸 6 分钟即可。





核桃包

原料

面粉200克、酵母3克、泡打粉3克、白糖5克、猪油5克、温水100克、五仁核桃馅300克

特点

形似核桃、五仁香甜。

小贴士

核桃印痕要刻深一点，蒸好的核桃纹路才清晰。

五仁核桃馅：

将瓜子仁、冬瓜糖、金橘饼、蜜枣、红绿丝、核桃仁分别切碎，加入白糖、猪油拌匀即可。

制作



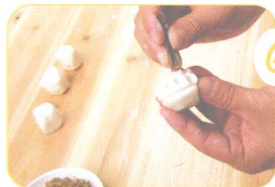
1 面粉开窝，加入酵母、泡打粉、温水、白糖调成发酵面团。



2 将面团搓成条，摘成每只20克的剂子。



3 将面剂拍成圆皮，包入五仁核桃馅15克，收好口搓圆。



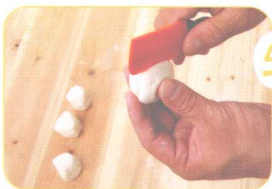
6 再用不锈钢夹子夹出核桃的印痕。



4 左手托住生坯，右手拇指和食指从中间捏出一道粗条。



7 将制作好的生坯醒发15分钟，上笼蒸6分钟即可。



5 用木梳背在粗条上压出一道印痕。

百合包

原料

面粉200克、酵母3克、泡打粉3克、白糖5克、猪油5克、温水100克、百合馅300克

特点

形似百合、馅心滋补香甜。

小贴士 刀口拉至馅心处即可。

百合馅:

鲜百合用水煮熟,绞成泥,加入白糖、生粉、猪油上笼蒸制5分钟,冷却即可。

制作



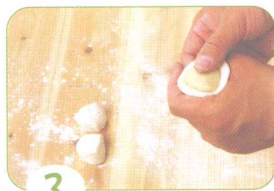
1

·面粉开窝,放入酵母、泡打粉、白糖、温水调制成发酵面团。



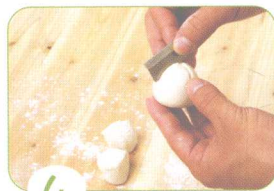
2

·将面团加入猪油揉至光滑。



3

·将面团搓成条,摘成每只20克的剂子,再将面剂拍成圆皮,包入百合馅,收口向下。



4

·用片刀在包子生坯上部拉两刀,成十字形。



5

·将制作好的生坯醒发15分钟,上笼蒸6分钟即可。





榴 莲 包

原料

面粉 200 克、酵母 3 克、泡打粉 4 克、白糖 5 克、猪油 5 克、温水 100 克、榴莲馅 100 克、橙黄色素溶液少许、芹菜茎数根

特点

形态美观，常用于高档宴席。

榴莲馅：

榴莲去皮绞成泥，加入鲜奶、生粉、白糖，上笼蒸制 5 分钟，冷却即可。

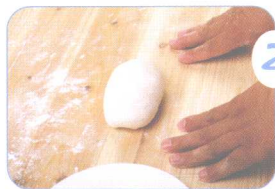
小贴士

剪刺时注意：第二层刺须在第一层刺的中间位置。

制作



1 面粉开窝，放入酵母、泡打粉、白糖、温水调制成发酵面团。



2 将面团加入猪油揉至光滑。



3 将面团搓成条，摘成每只 20 克的剂子，再将面剂拍成圆皮，包入榴莲馅。



4 收口向下，将一头搓成椭圆略尖。



5 用剪刀从一头依次剪出三角形榴莲刺。



6 将剪好的榴莲包醒置 15 分钟，上笼蒸 5 分钟即可，冷却后喷上橙黄色素溶液，装上芹菜茎作柄。

荷叶夹

原料

面粉200克、酵母3克、泡打粉4克、白糖5克、猪油5克、温水100克、麻油30克、盐3克

特点

造型美观、咸香可口。

小贴士

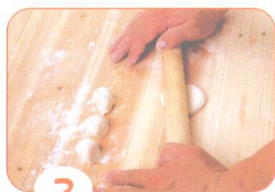
圆皮上刷油要均匀。

制作



1

面粉开窝，放入酵母、泡打粉、白糖、温水调制成发酵面团，加入猪油揉至光滑。



2

将面团搓成条，摘成每只15克的剂子，用擀面杖将面剂擀成直径6厘米的圆皮。



3

在圆皮上用油刷刷上一层麻油，撒上少许盐。



4

将圆皮对折。



5

用梳子在半圆形皮压上印痕。



6

左手捏住半圆皮的二分之一处，用梳子在半圆弧形二分之一向中心顶一刀，然后在两个半圆弧的四分之一处各顶一刀，即成荷叶夹生坯。



7

将制作好的生坯醒发15分钟，上笼蒸6分钟即可。





米粉寿桃

原料

澄面250克、糯米粉200克、沸水300克、白糖50克、红曲水少许、菜汁少许、豆沙馅200克

特点

寿宴常用点心，造型美观、寓意吉祥。

小贴士

制作寿桃生坯时，桃尖不要过于规则，自然弯曲为好。

制作



1 将澄面、糯米粉、白糖拌匀加入沸水烫熟，揉成面团。



2 取少许面团分别加入红曲水、菜汁揉成红绿两种面团；另将白色面团搓条摘成剂子，将剂子拍扁窝起，在底部放上少许红色面团压紧。



3 将皮子包入豆沙馅，收好口，搓成一头尖、一头圆的桃子形即为生坯。



4 用刀在生坯上刻出一道直纹。



5 将绿色面团做成桃叶，装在生坯上即可。



6 将生坯放入笼内用旺火蒸制4分钟即可。

水晶小笼包

原料

澄面 500 克、生粉 100 克、盐 5 克、沸水 350 克、韭菜肉馅适量

特点

包体透明、爽滑鲜嫩。

制作



将澄面、生粉、盐放入盆中拌匀，再用沸水烫熟。



将烫熟的澄面趁热揉成面团。



将面团搓成条、摘成剂子，用片刀拍成直径 8 厘米的圆皮。



将圆皮放于左手，右手拿馅挑刮入韭菜肉馅。



左手托住圆皮，右手拇指和食指从右向左依次捏出 24 道褶子，收好口。



将包好的水晶包子生坯放置笼内用旺火蒸制 5 分钟即可。

小贴士

包子皮一定要拍得薄一点，蒸熟后可使皮更透明，如水晶一般。





玲珑双色珠

原料

澄面 200 克、生粉 50 克、白糖 20 克、沸水 150 克、奶黄馅 50 克、豆沙馅 50 克、红樱桃 1 粒

特点

水晶透明、色彩丰富。

制作



1 将澄面、生粉、白糖放入盆中拌匀，再用沸水烫熟并揉成团。



2 将面团搓成条、摘成剂子，包入豆沙馅收口搓成球。



3 另将剂子包入奶黄馅收口搓成球。



4 将两种馅心的圆球放入蒸笼内蒸制 4 分钟即可。

小贴士

蒸制时间不可过长，否则易破裂。

香芋西米球

原料

澄面 150 克、生粉 50 克、鲜奶 90 克、西米 80 克、香芋馅 250 克

特点

软糯香甜、色泽悦目。

小贴士

擀制圆皮时，要用生粉做底，尽可能擀得薄一点，这样香芋馅更能显现出来。

香芋馅：

香芋泥加入香芋色香油、砂糖、鹰粟粉、奶粉、猪油上笼蒸熟，搅拌均匀。

制作



1 将西米下锅用水煮熟至透明状。



2 将西米取出，加入澄面、生粉、鲜奶调成粉团。



3 将调好的粉团上笼用旺火蒸制 6 分钟，成熟即可。



4 将蒸熟的粉团揉透，搓成条，摘成剂子。

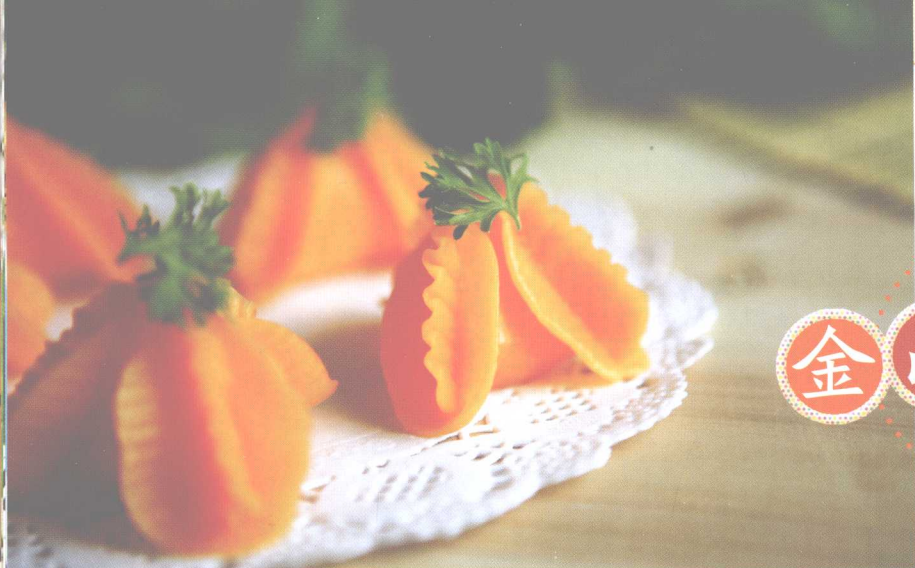


5 用擀棍擀成直径 9 厘米的圆皮，分别包入香芋馅，收好口搓成圆球状。



6 将做好的生坯上笼用旺火蒸制 4 分钟即可。





金山饺

原料

面粉250克、水90克、胡萝卜泥50克、笋肉馅200克

特点

面皮中添加胡萝卜泥，不仅颜色漂亮，还符合现代营养需求。

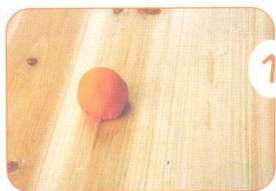
小贴士

面团调制时要略微硬一点，成品才能不塌陷，不影响造型。

笋肉馅：

竹笋切成细粒，用开水焯一下，放入盐、味精、肉馅、麻油拌匀即可。

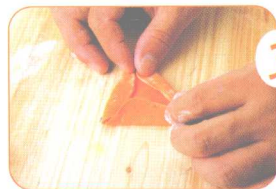
制作



1 将面粉放在案板上，中间开窝倒入胡萝卜泥和90克水调成面团，揉至光滑，醒置15分钟待用。



2 将醒置好的面团搓成条、摘成大小均匀的剂子，用擀棍擀成直径8厘米的圆皮。



3 皮子圆边按照三等份折起成三角形。



4 在三角形皮光的一面放上笋肉馅。



6 推好花边后将反面原折起的边翻出来，再用花钳夹出花纹来。



7 将饺子生坯放入笼内用旺火蒸制5分钟即可。



5 将三角形皮的三条边各自对折向中间对捏起，成立体三角形，再将三条边捏紧，用双指推出双面花纹，或用花钳夹出花纹。

马蹄饺

原料

面粉 200 克、水 110 克、去皮马蹄 180 克、白糖 50 克

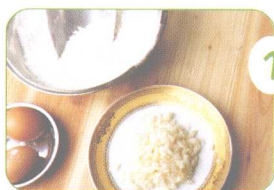
特点

清甜爽滑，造型简易。

小贴士

制馅时马蹄无需煮熟。

制作



1 将马蹄切成粒，加入白糖拌匀成马蹄馅备用。



2 面粉放在案板上，中间扒个塘，加水调制成面团，醒置15分钟。



3 将面团搓条摘成剂子，擀成直径8厘米的圆皮。



4 左手拿皮，右手拿馅挑刮入马蹄馅。



5 将圆皮对折捏紧成半圆形饺子。



6 将半圆形饺子的两角向内窝起并粘上。



7 将制作好的马蹄饺生坯放入笼内用旺火蒸制5分钟即可。

