

● 再就业培训教材 ●

中式面点



 中国劳动社会保障出版社

再就业培训教材

中式面点

ZHONGSHI MIANDIAN

再就业培训教材编委会组织编写

中国劳动社会保障出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

中式面点/再就业培训教材编委会组织编写. —北京:
中国劳动社会保障出版社, 1999

再就业培训教材

ISBN 7-5045-2509-X

I. 中…

II. 再…

III. 面点-食品加工-技术培训-教材

IV. TS213

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (98) 第 40800 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: 唐云岐

*

世界知识印刷厂印刷装订 新华书店经销

787毫米×1092毫米 32开本 7.5印张 168千字

1999年3月第1版 2005年7月第4次印刷

印数: 3000册

定价: 9.00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

再就业培训教材编委会

主 任

林用三

副主任

(按姓氏笔划为序)

毛 健 张小建 唐云岐

委 员

王 喆	王爱文	王 竞	张梦欣
李占武	吴道槐	任 萍	黄卫来

本书根据中华人民共和国职业技能标准编写，是工人上岗前的培训教材。本书主要内容有：面点制作中常用设备与工具的使用、面点基本操作技术、主坯操作、制馅操作、成型操作、熟制操作等。

本书主要是为再就业人员编写，有较强的针对性和速成性。亦可供劳动预备制学员和其他人员自学使用。

本书由郑纳新、梁红编写；王志强审稿。

前 言

当前，我国的国有企业改革已进入了攻坚阶段。中央提出，用三年左右的时间，通过改革、改组、改造和加强管理，使大多数国有大中型亏损企业摆脱困境，力争到本世纪末使大多数国有大中型骨干企业初步建立现代企业制度。要确保国有企业这一改革和发展目标的顺利实现，必须努力解决企业富余人员过多的问题，做好下岗职工的再就业工作。

最近，中共中央、国务院召开了国有企业下岗职工基本生活保障和再就业工作会议。江泽民总书记、朱镕基总理、吴邦国副总理等中央领导同志在会上作了重要讲话。中央领导同志在讲话中强调指出，全党动手，动员全社会的力量，共同做好国有企业下岗职工基本生活保障和再就业

工作，对贯彻落实党的十五大精神，深化国有企业改革，引导、保护和发挥好职工群众的积极性，促进国民经济持续快速健康发展，巩固和发展安定团结的社会政治局面，全面推进建设有中国特色社会主义事业，具有十分重大的意义。目前国有企业职工下岗增多，是我国经济发展多年积累的深层次矛盾的综合反映，也是改革和发展进程中不可逾越的阶段。国有企业职工多年来为经济建设、改革开放和企业发展做出了重大贡献，党和国家理所当然地要把解决国有企业下岗职工的问题作为工作重点。

做好下岗职工的再就业工作，一方面要通过促进经济发展，来增加就业岗位和就业机会。另一方面，要加强再就业培训，树立适应市场经济要求的就业观念，提高下岗职工的就业能力。正如朱镕基总理指出的：“要有针对性地加强职业培训，广泛利用现有的各种条件，依靠社会各方面力量，开展多形式、多层次的职业培训，使下岗职工的知识、技能等尽快适应就业市场的需求。”只要广大下岗职工的就业观念转变了，就业能力提高了，下岗职工再就业就有广阔的天地。

正是基于以上的认识，我们提出了《三年千万再就业培训计划》。为配合这一计划的实施，劳动和社会保障部有关部

门组成再就业培训教材编委会组织编写了这套再就业培训教材。首批编写出版的有《职业指导》《职业道德和经济法律知识》《客房服务员》《餐厅服务员》《中式烹调》《商业营业员》《推销员》《美容》《美发》《保安员》《护理员》《家庭服务员》《砌筑工》《装饰工》等14种。

这些教材以市场需要为依据,针对下岗职工年龄偏大、文化知识和职业技能不适应劳动力市场需要的特点,严格按照《中华人民共和国职业技术等级标准》和《中华人民共和国职业技能鉴定规范》对初级工的要求编写,重点突出,具有较强的针对性和速成性。今后还将根据再就业培训工作的需要,组织编写出版其他专业的教材。

党中央提出,要以对党和人民极端负责的精神,高度重视、加强领导、齐心协力、满腔热忱地做好国有企业下岗职工基本生活保障和再就业这项关系改革、发展、稳定全局的头等大事。广泛开展以下岗职工为重点的职业指导和再就业培训,是贯彻落实党中央这一指示精神的重要内容。希望广大就业和培训工作者共同努力,在全社会各方面的积极支持下,把再就业培训工作做好,为实现党中央提出的国有企业改革和发展的目标,为社会的发展和稳定做出贡献;也希望

有越来越多的下岗职工通过参加职业指导和再就业培训，转变就业观念，提高职业技能，尽快实现再就业。

**中华人民共和国劳动
和社会保障部副部长 林用三**

一九九八年五月二十一日

目 录

第一章 概 述

第一节 原料知识	(1)
第二节 营养卫生知识	(12)
第三节 食品卫生法知识	(22)
复习题	(27)

第二章 常用设备与工具的使用

第一节 常用设备与工具的使用	(28)
第二节 易燃易爆品的安全知识	(38)
复习题	(39)

第三章 面点基本操作技术

第一节 基本操作技术	(40)
第二节 一般的制作程序	(44)
第三节 成本核算	(46)
复习题	(57)

第四章 主坯操作

第一节 水调面团	(58)
第二节 各类水调面团的特点与调制	(61)
第三节 膨松面团	(63)
第四节 油酥面团	(71)
第五节 蛋和面团	(78)
第六节 米类和米粉制品	(82)
复习题	(84)

第五章 制馅操作

第一节	馅心的特点和作用	(85)
第二节	咸馅制作法	(87)
第三节	甜馅制作法	(90)
第四节	包馅的比例与要求	(91)
复习题		(92)

第六章 成型操作

第一节	搓、包、卷、捏法	(93)
第二节	抻、切、削、拨法	(99)
第三节	叠、摊、擀、按法	(102)
第四节	钳花、模印、滚粘、镶嵌法	(105)
复习题		(107)

第七章 熟制操作

第一节 熟制的重要性	(108)
第二节 蒸、煮法	(110)
第三节 炸、煎法	(113)
第四节 烤、烙法	(115)
复习题	(119)

第八章 中国食俗基本知识

第一节 中华民族日常饮食习惯	(120)
第二节 宗教信仰与饮食	(122)
第三节 节日面食	(123)
复习题	(124)

第九章 制作实例

第一章 概 述

面点制作的内容非常广泛,从一般的主食到各式的小吃,从面食到米类、杂粮制品,都属于面点制作的范围。面点是“面食”与“点心”的总称,因所用原料主要是白色面粉和米粉,故行业中俗称“白案”或“面案”。面点制作所使用的原料种类很多,除粮食类原料外,还广泛使用蔬菜、水果、肉类、禽类、鱼虾、干货、蜜饯等原料。

我国面点制作技术有着悠久的历史。它是我国劳动人民几千年来辛勤劳动和智慧的结晶。我们学习面点制作技术是为了借鉴前人的经验,运用现代的面点制作工艺,生产出更多更好的面点制品,以满足人民生活的需要。

面点制作是一门实用性很强的课程。面点制作理论是在实践基础上建立起来的,又对实践起到指导的作用。只有学习它、应用它、发展它,才能达到预期的目的。因此理论和实践密切结合是学好本门课程的重要方法。

第一节 原 料 知 识

面点常用原料有主要原料(皮坯原料)、馅料原料、调味原料和辅助原料。

一、选用原料的原则

1. 必须熟悉各原料的性质和用途。只有懂得原料的性质

和用途，才能因材施教。例如，人们根据不同质量的面粉，制作不同品种的面点，如用特制粉制作精细糕点，用普通粉制作一般点心。这就是利用不同原料特点，避免了原料运用不当造成的浪费和产品质量的降低。

2. 注意选料和配料。选料和配料对成品的色、香、味、形影响很大，处理不好就制作不出好食品。如有的原料已经变质，制成食品不仅影响食品色、香、味，而且会危害人民的健康，因此，一定要注意选用新鲜的没有变质的原料。选好原料还要合理调配，才能集诸原料之长，去掉不适当的色和味。

3. 熟悉原料的加工方法。面点制品选用的原料，大部分是已经过加工的净料。由于各原料加工方法不同，加工所得到的净料就不同，用法也不同。因此，只有熟悉原料的加工方法，合理运用原料，才能制作出精美的面点来。

4. 熟悉辅助原料的性质和使用方法。在制作面点时，除使用各种主料、副料及调味料以外，为了提高面点的质量，还时常使用各种辅助原料，如酵母、各种化学膨松剂、香精、天然色素等。这些辅助原料，都具有各自特殊的性质和功能（如增加体积，改善色、香、味等），使用时必须熟悉它们的性质和使用方法，才不致于在制作过程中出问题。

二、主要原料

主要原料即用作面点坯料的原料。我国面点制品以包馅的居多。包馅必须有包馅的外皮。适于作外皮用的原料必须有以下特点：第一，要有一定的韧性，这样包馅后才不致破裂；第二，要具有一定的延伸性和可塑性，这样才能把它擀成薄片，便于包馅。

主要原料可分为麦类、米类、杂粮类等。

1. 麦类 麦类包括小麦、大麦、青稞麦、燕麦、荞麦等，其中常见常用的是小麦。下面主要介绍小麦。

(1) 小麦的种类 小麦的种类较多，性质不一。按季节分可分为冬麦、春麦。冬麦含面筋较多，春麦含面筋较少。按质地可分硬麦和软麦。硬麦也称玻璃质小麦，其特点是乳胚坚硬，把麦切开后，内部有半透明的感觉。这种小麦含蛋白质较多，能磨高级面粉，制作精细点心。软麦也称黏质小麦，把麦粒切开后，出现粉状，性质松软，含淀粉量较多，其质地不如硬麦，适于制作发酵品种。按颜色分可分为白麦和红麦，其中以白麦的质量为佳。

(2) 小麦中的营养成分 小麦磨制的面粉中含蛋白质、糖类、脂肪、纤维素、灰粉（矿物质）、水分、麸皮、维生素、酶（淀粉水解酶、蛋白质分解酶）等，面粉的主要化学成分见表 1-1。

1) 蛋白质 面粉中的蛋白质主要是麦胶蛋白和麦麸蛋白，占总蛋白的 70% 以上，这两种蛋白质是构成面筋的主要成分。它们不溶于水，但遇水后膨胀为灰白色、无味、具有黏性、延伸性的面筋。面筋在面点制作中有特殊的作用，下面各章将要介绍。

2) 糖类 面粉中的糖类包括淀粉（在淀粉酶的作用下可水解出糖）、麦芽糖、葡萄糖、蔗糖等，其中绝大部分是淀粉。糖类的主要作用是在面团形成过程中能弥补空洞，其次是为酵母提供养料，促进发酵。

3) 纤维素 面粉中的纤维素主要含在麸皮中，若含量多，制品色泽就黄，吃起来发涩；反之则白，吃起来感到爽滑。

2. 米类 米类有粳米、籼米、糯米等，可直接做成干饭

表 1-1

面粉的主要化学成分

含 量	化学成分	特制粉	标准粉
%	水	≤14.5	≤13
	蛋白质	7.2~10.5	9.9~12.2
	脂 肪	0.9~1.3	1.5~1.8
	糖 类	75~78.2	73~75.6
	矿物质	0.5~0.9	0.8~1.4
mg/100 g	钙	19~24	31~38
	磷	86~101	184~268
	铁	2.7~3.7	4.0~4.6
	硫胺素	0.06~0.13	0.26~0.46
	核黄素	0.03~0.09	0.06~0.11
	尼克酸	1.1~1.5	2.2~2.5

和稀饭，又可磨成米粉后使用。大米所含的蛋白质比小麦少，淀粉和脂肪等成分与小麦基本相同，但大米所含的蛋白质主要是谷蛋白和谷胶蛋白，此种蛋白质不能形成面筋。大米的特点和用途见表 1-2。

(1) 粳米 粳米的特点是硬度高，黏性低于糯米，涨发性大于糯米，米粒呈椭圆形、色泽蜡白、半透明，一般多用于制作饭食；但有的地方（如江西九江、湖北、上海、天津小站、东北等地）产的粳米，富有香味，可制作糕点，吃起来口感爽滑，别有风味（如水磨年糕、黄松糕等）。

(2) 糯米 糯米也叫江米，色泽乳白，硬度低，黏性大，涨发性小，不透明，但蒸熟后有透明感。糯米除做八宝饭、圆子、粽子外，还可磨成粉和其它粉掺和使用，用途很广。

(3) 籼米 籼米的特点是形状细长，硬度大，黏性低于