

孙长杰
钱 峰



主编



面点制作技艺



中等职业教育旅游服务类专业教材

ZHONGDENG ZHIYE JIAOYU LUYOU FUWULEI ZHUANYE JIAOCAI

Miandian Zhizuo
Jiyi



中国轻工业出版社

全国百佳图书出版单位

孙长杰 钱 峰 主编

面点制作技艺

中等职业教育旅游服务类专业教材

ZHONGDENG ZHIYE JIAOYU LUYOU FUWULEI ZHUANYE JIAOCAI

中等职业教育旅游服务类专业教材编审委员会

主 任 赵建民

副主任 俞一夫 李顺友 钱 峰 厉志兴

曹成章 任 俊 李志强 李亦兵

委 员 季根勇 王晟尧 何 明 刘雪峰 朱长征 朱诚心

翟昌伟 张 涛 吕胜娇 孙长杰 王支援

秘 书 史祖福

主 编 孙长杰 钱 峰

副 主 编 刘召全 刘文来

参编人员 刘艳蕾 刘鑫鑫 卓泽强



中国轻工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

面点制作技艺 / 孙长杰, 钱峰主编. —北京: 中国轻工业出版社, 2014.1

中等职业教育旅游服务类专业教材

ISBN 978-7-5019-9529-5

I. ①面… II. ①孙… ②钱… III. ①面食 — 制作 — 中等专业学校 — 教材 IV. ①TS972.116

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第269084号

责任编辑: 史祖福 万雪霁

策划编辑: 史祖福 责任终审: 劳国强 封面设计: 锋尚设计

版式设计: 锋尚设计 责任校对: 晋洁 责任监印: 张可

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印刷: 三河市万龙印装有限公司

经销: 各地新华书店

版次: 2014年1月第1版第1次印刷

开本: 787×1092 1/16 印张: 11

字数: 251千字

书号: ISBN 978-7-5019-9529-5 定价: 23.00元

邮购电话: 010-65241695 传真: 65128352

发行电话: 010-85119835 85119793 传真: 85113293

网址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社邮购联系调换

101258J3X101ZBW

序

在我国“十一五”渐行渐远的脚步声中，我们迎来了期盼已久的“十二五”。过去的“十一五”，我国的中等职业教育取得了辉煌的成就，其中，中等职业教育的教材改革与建设起到了举足轻重的作用。中国轻工业出版社秉承优良的传统理念，在积极推进我国中等职业教育的改革中，不遗余力，尽自己之所能鼎力支持我国中等职业教育的改革事业。为此，中国轻工业出版社在国家有关职业教育部门的指导下，特组织国内众多中等职业学校的顶尖烹饪专业教师，在全面总结“十一五”中等烹饪专业教材改革经验的基础上，汰劣存优，取长补短，大胆取舍，重新编写出版中等职业教育烹饪专业“十二五”规划系列教材，为我国中等职业教育的烹饪专业教学改革发挥引领作用，同时为“十二五”中等职业教育烹饪专业教学提供一套全新的、具有时代精神的、符合我国职业教育特色的专业教材。

本套教材在编写过程中，我们按照《教育部关于推进中等职业教育教学改革全面提高人才培养质量的意见（征求意见稿）》中规定的培养目标和要求，对编写内容进行了认真负责的探讨和论证，在突出中等职业教育特征的基础上，尽可能地吸收烹饪科学教学体系与我国餐饮业发展的最新研究成果和信息。但毕竟由于编者理解能力与知识结构有限，加之我国烹饪技术体系南北有所差异，书中肯定存在这样或那样的问题，书中的许多内容还有待进一步提炼与完善。

本套教材在编写过程中，各书作者参考、引用了国内外许多同类教材和相关的著作，其参考文献已分别列在各本教材之后，在此谨向所参考、引用的各书的作者表示衷心的感谢。同时，本教材在编写过程中得到了各参编学校领导、教师、专家的大力支持，在此一并表示衷心的感谢。

赵建民

前言

近年来,随着我国社会经济的发展,国家对中等职业教育越来越重视,2005年,国务院在北京召开了全国职业教育工作会议,提出了“大力发展中国特色的职业教育,以服务社会主义现代化建设为宗旨,培养数以亿计的高素质劳动者和数以千万计的高技能专业人才,努力实现我国职业教育发展新跨越。”2010年,国务院审议通过了《国家中长期教育改革和规划纲要(2010—2020)》,这对中等职业教育来说,是新的机遇和挑战,国家对职业教育的发展达到了空前规模,为职业教育提供了更广大的政策支持和保障,这对中等职业教育的发展具有极其重要的意义。

随着社会的发展,餐饮行业的队伍迅速壮大,社会餐饮业发展迅速,数以千万的餐饮企业需要越来越多的技术人才,烹饪专业的人才需求已出现供不应求的局面。烹饪专业人才培养的市场越来越大,而中职烹饪专业的人才在从事餐饮行业的人员中,占到整个人员的一半以上。因此,结合餐饮行业的特点及烹饪人才的需求需要,根据国家对中职教育的发展意见,为提高教学质量,改进教学方法,不断推进教学改革,尽快地为社会培养更多更好的烹饪人才,我们在借鉴以往教学的基础上,组织有关人员编写了本教材。

《面点制作技艺》是中职烹饪专业的专业课教材之一,编写内容是根据当前中职烹饪专业面点制作技艺的理论体系逐步展开的,旨在提高学生对面点制作技艺方面的认识和掌握程度,提高面点制作的水平。本教材的特点在于将理论知识讲述的基本原理和面点制作的技能紧密结合起来。同时,又根据中职院校学生的具体特点和学习要求,深入浅出、通俗易懂地展开,具有很强的针对性和指导意义。

《面点制作技艺》包含的内容丰富,是烹饪专业不可缺少的重要组成部分,全书从面点制作技艺的基本功、面团、馅心等知识到面点的成熟方法等进行了详述,并列举面点制作实例,本着实用为主、够用为度的原则,以期为学生的就业和实际操作打下良好的基础。本书可作为职业院校烹饪、面点专业教材,也可作为餐饮行业职工培训教材。

本书由江苏省徐州技师学院孙长杰、钱峰担任主编,江苏省徐州技师学院刘召全、徐州第二职业中学刘文来担任副主编。此外,江苏省徐州技师学院刘艳蕾、刘鑫鑫、卓泽强参与了编写工作。全书由孙长杰、钱峰负责统稿。

在本书编写过程中,得到江苏省徐州技师学院相关领导的大力支持,在此表示衷心的感谢。

由于编者时间仓促、水平所限,书中缺点遗漏在所难免,不妥之处,恳请专家、同行及广大读者批评指正。

编者

2013年6月

目录

模块一 面点制作基本功实训

2	项目一 面团调制实训
3	任务1 抄拌法
4	任务2 搅拌法
5	任务3 调和法
7	项目二 揉面
7	任务1 捣
8	任务2 揉
9	任务3 擀
10	任务4 摔
11	任务5 擦
13	项目三 搓条
15	项目四 下剂
15	任务1 揪剂
16	任务2 挖剂
17	任务3 拉剂
18	任务4 剥(切)剂
20	项目五 制皮
20	任务1 擀皮
21	任务2 捏皮
22	任务3 压皮
23	任务4 摊皮

模块二 面点成形实训

26	项目一 抻、切、削、拨
26	任务1 抻
28	任务2 切
29	任务3 削
30	任务4 拨

目录

32	项目二 叠、摊、擀、按
32	任务1 叠
34	任务2 摊
35	任务3 擀
37	任务4 按
39	项目三 揉、包、卷、捏
39	任务1 揉
41	任务2 包
44	任务3 卷
45	任务4 捏
49	项目四 钳花、模具、滚沾、镶嵌
49	任务1 钳花
51	任务2 模具
52	任务3 滚沾
53	任务4 镶嵌

模块三 面点馅心制作实训

59	项目一 咸味馅心的制作工艺
60	任务1 咸生素馅
65	任务2 咸生荤馅
69	任务3 咸熟荤馅
72	任务4 荤素馅
78	项目二 甜味馅心的制作工艺
79	任务1 泥蓉馅
82	任务2 果仁蜜饯馅
84	任务3 糖馅
86	任务4 复合味馅

目录

模块四 面点成熟实训

92	项目一 煮、蒸
92	任务1 煮
94	任务2 蒸
98	项目二 煎、炸
98	任务1 煎
100	任务2 炸
103	项目三 烤、烙、炒
103	任务1 烤
105	任务2 烙
107	任务3 炒
109	项目四 复合加热

模块五 各类面团面点实训

112	项目一 水调面团
113	任务1 冷水面团
115	任务2 温水面团
118	任务3 热水面团
121	项目二 膨松面团
134	项目三 油酥面团
135	任务1 层酥面团
143	任务2 擘酥面团
146	任务3 单酥面团

目录

151	项目四 米粉面团
151	任务1 糕类粉团
155	任务2 团类粉团
158	任务3 发酵类米粉团
160	项目五 其他面团
160	任务1 澄粉面团
162	任务2 杂粮面团
163	任务3 豆类面团
164	任务4 蔬菜类面团
166	任务5 果品类面团
167	任务6 鱼虾蓉面团
168	参考文献

模块一



面点制作基本功实训

模块导读：

面点制作基本功实训是指在面点制作过程中所采用的最基本的制作技术及方法，包括调制面团、搓条、分剂、制作、成形和熟制等主要环节。

模块目标：

1. 了解和掌握面点制作基本功的方法。
2. 了解和掌握各种基本功的工艺流程。
3. 掌握面点制作基本功的技术关键。
4. 以实例达到举一反三的效果。
5. 指出学生实践操作中易出现的问题。

模块思考：

1. 面点制作基本功的概念是什么？
2. 面点制作基本功的操作要领有哪些？
3. 面点制作基本功主要有哪些手法？
4. 为什么说面点制作基本功是保证成品质量的关键？



- 学习目标
1. 了解和掌握各种面团调制的方法。
 2. 了解和掌握各种面团调制的工艺流程。
 3. 掌握各种面团调制操作过程中的技术关键。
 4. 以实例达到举一反三的效果。
 5. 指出学生实际操作中易出现的问题。

面团调制也就是和面，是将各种原辅料按一定的比例要求调制成面团的过程。目前，主要有机器和面、手工和面两种方法。

(1) 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) 手工和面是将面点原料通过人工的搅拌，调制出面点制作所需要的各种不同性质的面团。主要有抄拌法、搅拌法、调和法三种方法。

① 抄拌法：在粉料及配料中掺入水或其他液体物料后，用双手由下向上反复抄拌，使粉料与配料及水混合均匀的操作方法。这种方法常用于拌制松散的粉粒状面团，如松糕、绿豆糕等。

② 搅拌法：将配制好的各种原料放入容器内，一边加水或其他液体原料，一边用手或工具搅拌的操作方法。这种方法常用于浆糊状面团，如烫面、蛋糊面等。

③ 调和法：将面粉及各种辅料在案板上围成塘坑，加入水或其他液体原料调和后用手逐渐从里向外进行调和，待各种原辅料混合，揉成团块的操作方法。调和法和面最常用的手法。



任务1 |

抄拌法

● 任务驱动

1. 了解抄拌法的概念。
2. 了解抄拌法适用的品种。
3. 熟练掌握抄拌法的操作方法。
4. 结合实例理解抄拌法的操作要点。

● 知识链接

将面粉放入缸(盆)中,中间掏一坑塘圆凹形,放入第一次水量,双手伸入缸中,从外向内,由下向上反复抄拌的方法。

抄拌时,用力均匀适量,手不沾水,以粉推水,水、粉结合,成为雪花状(有的叫穗形状),这时可加第二次水,继续用双手抄拌,使面呈结块状,然后把剩下的水洒在面上,搓揉成为面团。

常用于拌制松散的粉粒状面团,如松糕、绿豆糕等。

实例

月牙蒸饺

一、原料

富强粉500克,温水120克,鲜肉泥700克,姜末10克,葱末10克,酱油60克,精盐8克,黄酒20克,虾子6克,白糖50克,冷水100克,味精,香油适量

二、工艺流程

馅心调制→面团调制→生坯成形→制品熟制

三、制作步骤

1. 先将鲜肉泥加入葱姜末、酱油、虾子搅拌均匀入味,然后分两次加入冷水100克,顺一个方向搅拌上劲后,放入白糖、味精、香油和成馅待用。

2. 将富强粉置于案上,开成窝状,加入温水120克,和成温水面团,稍醒置一下搓成长条,下成大小相等的剂子30只,按扁后,用双饺杆擀

成9厘米直径、中间稍厚、边缘略薄的圆皮。左手托皮、右手用竹刮子刮入馅心,成一条枣核形,将皮子分成四六开,然后用左手大拇指弯起,用指关节顶住皮子的四成部位,以左手的食指顺长围住皮子的六成部位,以左手的中指放在拇指与食指的中间稍下的部位,托住饺子生坯,再用右手的食指和拇指的中间将六成皮子边捏出瓦楞式褶子12个,贴向四成皮子的边沿,捏合成月牙形生坯。

3. 生坯上笼,置旺火沸水锅上蒸约10分钟,视成品鼓起不粘手即可成熟。

四、操作要点

1. 面团要调制得硬实一些,成品才能挺立得住。
2. 剂子不宜过大,制作得要精巧细致。

五、风味特色

造型美观，皮薄馅嫩，口味鲜香。

六、相关面点

一品饺子，四喜饺子等。

七、思考题

1. 月牙蒸饺面团调制的原理是什么？
2. 月牙蒸饺的馅心是怎么调制的？

任务2 |

搅拌法

● 任务驱动

1. 了解搅拌法的概念。
2. 熟练掌握搅拌法的操作方法。
3. 结合实例理解搅拌法的操作要点。

● 知识链接

搅拌法是指将面粉倒入盆中，然后左手浇水，右手拿面杖搅和，边浇边搅，使其吃水均匀，搅匀成团的方法。搅拌法一般用于烫面和蛋糊面，有时还用于冷水面等。

① 和烫面时沸水要浇遍、浇匀，搅和要快，使水、面尽快混合均匀。

② 和蛋糊面时，必须顺着一个方向搅匀。

搅面的特点是柔软，有韧性。

实例

三鲜烧卖

一、原料

猪肉500克、笋400克、海米10克、酱油60克、面粉600克、热水300克、黄酱60克（或白糖30克）、水适量、葱姜末各6克、盐6克、黄酒12克、味精2克、水淀粉适量、香油20克

二、工艺流程

调制热水面团→制馅→擀皮→包馅→蒸熟

三、制作步骤

1. 先将500克面粉用开水打成雪花状，加

入少许冷水调成稍硬面团，醒面。

2. 猪肉蒸熟，切0.4厘米见方的丁，笋切0.3厘米见方的丁，焯水备用，海米洗净备用。锅中加底油，烧热后下入猪肉丁，笋丁、海米炒干水汽，然后加入黄酒、葱姜末、黄酱炒出香味，下酱油、水、盐、味精炒制入味后勾芡或大火收汁，晾凉后，调入香油备用。

3. 面团搓条下剂，按扁，用单杆擀成荷叶边。左手托住坯皮，右手塌入馅心，一边塌一



边转动坯皮，使之渐渐收口。转动生坯，使烧卖颈部放入左手虎口中，不断调整形状，刮去多余馅料，使之成石榴形。上笼足汽蒸6分钟左右，不粘手，有光泽即成。

四、操作要点

1. 调制面团要硬。
2. 制馅时要切小丁，不能太大。

五、风味特色

形似石榴，半透明状，薄皮大馅，鲜香可口。

六、相关面点

翡翠烧卖，虾肉烧卖，糯米烧卖。

七、思考题

1. 为什么三鲜烧卖要用热水面团制作？
2. 烧卖皮的擀制方法有几种？如何进行擀制？
3. 烧卖的成形要领是什么？

任务3 |

调和法

● 任务驱动

1. 了解调和法的概念。
2. 熟练掌握调和法的操作方法。
3. 结合实例理解调和法的操作要点。

● 知识链接

调和法将面粉在案板上围成塘坑，加入水或其他液体原料调和后，用手逐渐从里向外进行调和，待各种原辅料混合，揉成团块的操作方法。

调和面团时，将水倒入面粉的中间，双手五指张开，从外向内，一点一点调和，待面粉和水结合成为片状后再掺适量的水，和在一起，揉成面团。适用于调制松散的颗粒状面团及化学膨松面团，如开口笑、麻枣等。

实例

杏仁酥

一、原料

低筋粉150克、酥油75克、鸡蛋30克、白糖75克、苏打粉3克、泡打粉5克、杏仁碎50克、杏仁片少许

二、工艺流程

配料→和面→下剂→整形→烘烤→冷却→完成

三、制作步骤

1. 面粉、泡打粉、小苏打混合过筛，把杏仁碎倒入过筛的粉中混合均匀；将油、糖、鸡蛋液混合均匀；调和成团。
2. 把面团分成11个小球，每个小球35克，排入烤盘；把小球压扁，上面按上杏仁片装饰。
3. 放入预热至180℃烤箱，15分钟，出炉。

四、操作要点

1. 用料比例要准确。

2. 成形大小一致。

五、风味特色

色泽金黄，口感香酥。

六、相关面点

五仁酥，瓜子酥，花生酥等。

七、思考题

1. 泡打粉、苏打粉在杏仁酥中的作用是什么？
2. 中筋粉可以制作杏仁酥吗？

项目二 揉面



- 学习目标**
1. 了解和掌握揉面方法。
 2. 了解和掌握各种揉面的工艺流程。
 3. 掌握揉面操作过程中的技术关键。
 4. 以实例达到举一反三的效果。
 5. 指出学生实践操作中易出现的问题。

揉面是在面粉颗粒吸收水分发生粘连的基础上，通过反复揉搓使各种原料、辅料调和均匀，充分吸收水分后形成面团的过程。

揉面主要有揉、捣、捋、摔、擦、叠等方法。

任务1 |

捣

● 任务驱动

1. 了解捣的概念。
2. 熟练掌握捣的操作方法。
3. 结合实例理解捣的操作要点。

● 知识链接

捣是在和面后，双手握拳在面团各处用力从上向下捣压的操作方法。

“要想面好吃，拳头捣一千”，意思就是在和面后，放在缸盆或桌面上，双手握紧拳头，在面团各处，用力向下捣压，力量越大越好。当面被捣压挤向缸的周围时，再把它叠拢到中间，继续捣压，如此反复多次，一直到把面团捣透上劲为止。

实例

小笼汤包

一、原料

面粉250克、冷水100克、生肉泥300克、虾子2克、葱末15克、姜末10克、盐30克、酱油20克、味精10克、猪鲜肉皮250克、鸡爪、骨等150克、带肉猪骨250克、葱段20克、姜片15克、萝卜片或生菜叶等

二、工艺流程

馅心调制→面团调制→生坯成形→熟制→成品

三、制作步骤

1. 将鲜肉皮焯水除去毛污，反复三遍后，入水锅，放入葱、姜、黄酒、虾子及鸡爪、肉骨头等，大火烧开，小火加热至肉皮一捏即碎，取出熟肉皮及鸡、骨等，肉皮入绞肉机绞三遍后返回原汤锅中，再小火熬至黏稠，放入盐、味精等调好味，过滤去渣，冷却成皮冻。将肉泥

加葱、姜、盐、酱油、白糖、味精、水等调上劲，加入绞碎的皮冻拌成馅。

2. 将面粉加冷水捣制，最后揉成冷水面团。将面团搓条、摘剂、擀成很薄的圆皮，包上皮冻馅，捏成汤包形。上笼蒸6分钟即可。

四、操作要点

1. 和面时要反复捣揉。
2. 包捏成形时，右手中指应与拇指、食指配合，抵出汤包“嘴边”，然后将嘴封死。

五、风味特色

皮薄味鲜，卤汁盈口，爽滑不腻。

六、相关面点

刀鱼卤面，枫镇大面，文楼汤包等。

七、思考题

1. 为什么小笼汤包要用冷水面团制作？
2. 制作小笼汤包的坯皮选用什么粉最好？

任务2 |

揉

● 任务驱动

1. 了解揉的概念。
2. 熟练掌握揉的操作方法。
3. 结合实例理解揉的操作要领。

● 知识链接

揉是通过双手反复揉搓，将和好的面团揉润、揉光、揉匀的操作方法。根据面团的大小，可采用单手揉、双手揉和双手交替揉的手法。

揉时身体不能靠住案板，两脚稍分开，站成丁字步，身子站正，不可歪斜，上身可向前稍弯，这样，使劲用力揉时，不至于推动案板，并可防止粉料外落，造成浪费。