

粤菜粤点系列

中等职业教育烹饪专业精品规划教材

# 粤菜

# 点心制作技术

康有荣 郭玉华 梁玉婷 彭文雄 编著



暨南大学出版社  
JINAN UNIVERSITY PRESS

中等职业教育烹饪专业精品规划教材  
粤菜粤点系列

# 粤式

## 点心制作技术

康有荣 郭玉华 梁玉婷 彭文雄 编著



暨南大学出版社  
JINAN UNIVERSITY PRESS

中国·广州

## 图书在版编目 (CIP) 数据

粤式点心制作技术/康有荣等编著. —广州:暨南大学出版社, 2013. 6  
(中等职业教育烹饪专业精品规划教材——粤菜粤点系列)

ISBN 978 - 7 - 5668 - 0565 - 2

I. ①粤… II. ①康… III. ①糕点—制作 IV. ①TS213.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 087581 号

出版发行:暨南大学出版社

---

地 址:中国广州暨南大学

电 话:总编室 (8620) 85221601

营销部 (8620) 85225284 85228291 85228292 (邮购)

传 真:(8620) 85221583 (办公室) 85223774 (营销部)

邮 编:510630

网 址:<http://www.jnupress.com> <http://press.jnu.edu.cn>

---

排 版:广海照排设计中心

印 刷:佛山市浩文彩色印刷有限公司

---

开 本:787mm × 1092mm 1/16

印 张:11

字 数:216 千

版 次:2013 年 6 月第 1 版

印 次:2013 年 6 月第 1 次

印 数:1—3000 册

---

定 价:36.00 元 (随书附送光盘一张)

---

(暨大版图书如有印装质量问题,请与出版社总编室联系调换)

# 总 序

随着我国社会经济、科学技术和饮食文化的发展变化，人们对美食健康、饮食安全的要求日益提高，同时伴随着餐饮行业中传统烹饪技术的创新进步，作为烹饪职业教育者，为餐饮行业培养实用型的厨师人才，急需全新的教学思维与模式。

为落实创建国家示范学校工作目标，建设烹饪精品专业，适应新时代中职教育烹饪专业的发展需要，广州市旅游商务职业学校精心挑选了一批资历深厚、经验丰富、教学卓有业绩的专业教师参与这套“粤菜粤点”教材的编写工作。新教材在编写过程中，还特聘了一批餐饮行业中资深的烹饪大师和相关院校的专家、教授参与相关课程标准、教材和影视、网络资源库的编写、制作和审定工作。

本系列教材的编写着眼于全国中职粤菜烹饪教育，努力将其打造成广东现代烹饪职业教育的特色教材。其根据培养高素质烹饪技能型人才的要求，与国家职业工种标准中的中级中式烹调师、中级中式面点师职业资格标准接轨，以粤菜厨房生产流程中技术岗位工作任务为主线，做到层次分类明确。

在教材编写中，编写者尽力做到以就业为导向，以技能培养为核心，突出知识实用性与技能性相结合的原则，注重传统烹饪技术与现代餐饮潮流技术的结合。编写者充分考虑到中职学生的认知规律，创新教材体例，体现教学与实践一体化，在教学理念、教学手段、教学组织和配套资源方面有所突破，以适应创新性教学模式的需要。

本系列教材在版面设计上力求生动、实用、图文并茂，并在纸质教材的基础上，配套 DVD 视频教材，制作网络教学内容，建立资源库，为学生延伸学习提

供条件，拓展学生的学习视野，丰富学生的专业知识，提高学生的操作技能。

本系列教材包括5册，分别是《粤菜原料加工技术》、《粤菜烹调技术》、《粤菜制作》、《粤式点心基础》、《粤式点心制作技术》。该系列教材在编写过程中得到了餐饮业相关企业的大力支持和很多在职厨师精英的关注与帮助，充分体现了校企合作精神，在此特致以谢意。由于编者水平所限，书中难免有不足之处，敬望大家批评指正。

广州市旅游商务职业学校

粤菜粤点系列教材编写组

2013年5月

# 前 言

门庭若市的广东早茶市，印证了“食在广州”的名不虚传；点心“四大天王”的销量经久不衰、屡创新高，更是让人不得不对广东点心刮目相看。

“王者以民为天，民以食为天。能知天之天者，斯可矣。”管仲的名言，奠定了饮食在中国的社会地位。历史在不断发展，地理环境的不同，各民族、各地区饮食习惯的不同，形成了各有特色的地方风味点心体系，并逐渐形成了“广式点心”、“京式点心”、“苏式点心”的三足鼎立之势。

广东点心起源于广州，以当地的民间食品为主，集结了各地点心的精华，经过“北点南下”、“西点入关”，传统点心去伪存真，名牌小食登大雅之堂，“百师竞艺、百花齐放”的改革创新，逐渐形成了独树一帜、闪耀光彩的岭南风格。

广东人热衷饮食，“食在广州”享誉全球。而国家改革开放的政策和经济的高速发展，以及中西饮食文化的交流，更是使得广东点心体系的发展日新月异，放出耀眼光辉。

本书以行业实用品种为编写依据，针对中职学生的年龄和接受能力，在历年教学和生产实践经验的基础上编写而成。本书特色如下：

(1) 采用理论和实践相结合的模式，选择了具有代表性的品种进行教授。

(2) 全书分为“特色茶市点心”、“饼屋中西点心”、“传统节日点心”、“时尚筵席点心”四大模块。继承与创新相结合，注重将新原料、新工艺、新技术、新品种等融入教材，使教材具有鲜明的时代特征。实用性和前瞻性突出，是教学与生产相结合的最佳教科书。

(3) 每个模块和教学品种均设有“想一想”内容，这种设计有利于学生有针对性地开展学习和进行思考。

本教材主要由康有荣、郭玉华、梁玉婷和彭文雄负责编写（其中梁玉婷负责编写项目1—项目34、项目40—项目47，彭文雄负责编写项目35—项目39，郭玉华负责编写项目48—项目62，康有荣负责编写项目63—项目80）和视频拍摄，陈伟明、蔡树容老师和广州酒家点心主管李志成协助拍摄，并得到了行业泰斗何世晃大师和广东省职业技能鉴定指导中心中式面点专家组组长徐丽卿大师的精心指导，何世晃大师更是无偿提供了大量面点图片，在此我们一并表示诚挚的谢意。书中的不足之处敬请同行和读者予以指正。

编 者

2013年4月

# 目 录



总序 / 1

前言 / 1

## 模块一 特色茶市点心

- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| 项目 1 叉烧包 / 2     | 项目 25 芋角 / 50    |
| 项目 2 生肉包 / 4     | 项目 26 春卷 / 52    |
| 项目 3 莲蓉包 / 6     | 项目 27 笑口枣 / 54   |
| 项目 4 小笼包 / 8     | 项目 28 油条 / 56    |
| 项目 5 虾饺 / 10     | 项目 29 咸煎饼 / 58   |
| 项目 6 干蒸烧卖 / 12   | 项目 30 沙琪玛 / 60   |
| 项目 7 排骨烧卖 / 14   | 项目 31 冰花蛋散 / 62  |
| 项目 8 凤爪烧卖 / 16   | 项目 32 甜薄撑 / 64   |
| 项目 9 牛肉烧卖 / 18   | 项目 33 咸薄脆 / 66   |
| 项目 10 糯米鸡 / 20   | 项目 34 云吞面 / 68   |
| 项目 11 荷叶饭 / 22   | 项目 35 濑粉 / 70    |
| 项目 12 马拉糕 / 24   | 项目 36 明火白粥 / 72  |
| 项目 13 伦教糕 / 26   | 项目 37 状元及第粥 / 74 |
| 项目 14 中式蒸蛋糕 / 28 | 项目 38 荔湾艇仔粥 / 76 |
| 项目 15 萝卜糕 / 30   | 项目 39 焖牛腩 / 78   |
| 项目 16 芋头糕 / 32   | 项目 40 银针粉 / 80   |
| 项目 17 灌汤饺 / 34   | 项目 41 寿桃包 / 82   |
| 项目 18 布拉肠粉 / 36  | 项目 42 猪油包 / 84   |
| 项目 19 娥姐粉果 / 38  | 项目 43 金鱼饺 / 86   |
| 项目 20 水晶花 / 40   | 项目 44 萝卜丝酥 / 88  |
| 项目 21 南方煎饺 / 42  | 项目 45 蜂巢蛋黄角 / 90 |
| 项目 22 咸水角 / 44   | 项目 46 脆皮泡芙 / 92  |
| 项目 23 炸软枣 / 46   | 项目 47 南瓜汤圆 / 94  |
| 项目 24 炸蛋球 / 48   |                  |



## 模块二 饼屋中西点心

- |       |            |       |              |
|-------|------------|-------|--------------|
| 项目 48 | 叉烧餐包 / 98  | 项目 56 | 酥皮蛋挞 / 114   |
| 项目 49 | 叉烧酥 / 100  | 项目 57 | 酥皮面包 / 116   |
| 项目 50 | 鸡仔饼 / 102  | 项目 58 | 酥皮椰挞 / 118   |
| 项目 51 | 老婆饼 / 104  | 项目 59 | 鲜果泡芙 / 120   |
| 项目 52 | 乳酪蛋糕 / 106 | 项目 60 | 咸方包 / 122    |
| 项目 53 | 牛角包 / 108  | 项目 61 | 香蕉核桃蛋糕 / 124 |
| 项目 54 | 曲奇 / 110   | 项目 62 | 玉枕蛋糕 / 126   |
| 项目 55 | 瑞士蛋卷 / 112 |       |              |

## 模块三 传统节日点心

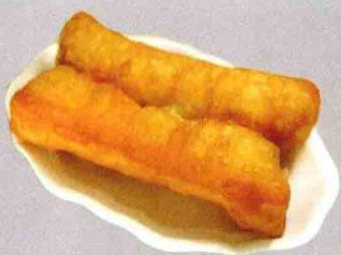
- |       |            |       |            |
|-------|------------|-------|------------|
| 项目 63 | 中秋月饼 / 130 | 项目 65 | 龙江煎堆 / 134 |
| 项目 64 | 裹蒸粽 / 132  | 项目 66 | 广东年糕 / 136 |

## 模块四 时尚筵席点心

- |       |             |       |             |
|-------|-------------|-------|-------------|
| 项目 67 | 像生妃子笑 / 140 | 项目 74 | 象形芒果酥 / 154 |
| 项目 68 | 竹筒鳄鱼酥 / 142 | 项目 75 | 羊奶脆布丁 / 156 |
| 项目 69 | 象形玫瑰酥 / 144 | 项目 76 | 象形刺猬包 / 158 |
| 项目 70 | 燕窝木瓜果 / 146 | 项目 77 | 麻香足球包 / 160 |
| 项目 71 | 海蚌酥 / 148   | 项目 78 | 象形白玫瑰 / 162 |
| 项目 72 | 鲜果沙律酥 / 150 | 项目 79 | 百花饺 / 164   |
| 项目 73 | 象形沙皮狗 / 152 | 项目 80 | 龙珠饺 / 166   |

参考文献 / 168





## 模块一 特色茶市点心



## 项目 1

## 叉烧包



### 面点小知识

叉烧包是传统的经典粤式早茶点心，以面皮松软起发、叉烧馅味香浓、大咸大甜、汁多而深受食客喜爱。



### 前置作业

早茶最好吃的叉烧包出处是哪里？



### 加温方法

蒸。



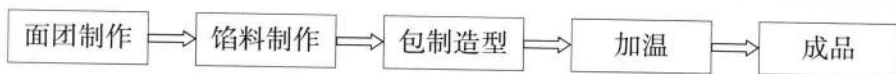
### 风味特点

包皮内外色泽洁白，光滑、绵软，富有弹性，爆口自然，气孔细密均匀，甜味正常，无苦涩味和异味，馅味大咸大甜，馅心正中，包圆不泻脚，重量符合规格要求。

## 原料

1. 面皮：面种 500 克、白糖 150 克、臭粉 2 克、泡打粉 7.5 克、纯碱 3 克、低筋面粉约 150 克、清水约 20 克。
2. 叉烧包馅：叉烧片 300 克、黑面捞芡 300 克。

## 工艺流程



## 制作工艺

1. 面粉与泡打粉一起过筛备用。
2. 面种与臭粉混合搓匀，先使面种松浮胀大。
3. 放进白糖和适量的清水，继续搓，搓至白糖全部溶解时，加入纯碱水拌匀搓透，使纯碱分布均匀后，再将面粉、泡打粉加入面种内拌成面团。
4. 将面团静置 15—20 分钟后再复叠一下，使它纯滑成为发面皮。
5. 用已制好的发面皮出体，每个约 30 克。
6. 出体之后，将每个皮压扁，呈圆扁形，包入叉烧馅，包馅 20 克。
7. 将包皮入馅后捏成雀笼形状，用猛火蒸熟便可。

## 小贴士

1. 面种的酸度要适中。
2. 投料次序要分清先后。
3. 面团的软硬度和碱度要适合。
4. 包皮要厚薄均匀，才不致漏馅，做满一笼马上加温，停放过久包皮会变形而露馅，熟后不爆口，并因继续发酵而变酸。
5. 蒸时要保持旺火。

## 想一想

1. 在制作过程中怎样才能使叉烧包达到成品要求？
2. 蚝油叉烧包的包皮与馅的软硬程度如何？
3. 蚝油叉烧包的包皮面团性质怎样？

## 项目 2

## 生肉包



### 面点小知识

生肉包是与叉烧包齐名的传统经典粤式早茶点心，包皮松软可口，花纹清晰、细致、美观，馅肉爽而嫩滑，馅多有汁而味美。



### 前置作业

生肉包的馅料有什么配料？



### 加温方法

蒸。



### 风味特点

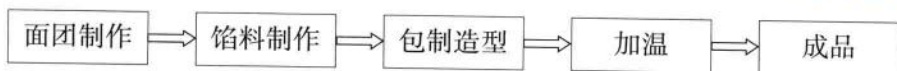
包皮洁白，绵软有弹性，折纹均匀、清晰、细致，不爆口，馅心嫩滑湿润，味鲜香有汁。

## 原料

1. 面皮：低筋面粉 500 克、白糖 100 克、盐 5 克、泡打粉 10 克、活性干酵母 5 克、鲜牛奶（或清水）250 克。

2. 生肉包馅：上肉 450 克、湿冬菇 25 克、葱白 25 克、猪油 50 克、盐 6 克、生抽 25 克、白糖 30 克、味粉 10 克、鸡粉 10 克、生粉 15 克、麻油 40 克、胡椒粉 15 克。

## 工艺流程



## 制作工艺

1. 面粉开窝，加入配料和匀，搓至糖全溶后，拌成软硬适中的面团。
2. 面团在压面机上顺一方向压至纯滑。
3. 已制作好的面皮出体，每个约 30 克。
4. 包体用擀面杖开薄成边薄中间稍厚、直径约 6 厘米的圆件形。
5. 包入生肉包馅 20 克，制成雀笼形（或鼠尾形）的生包坯。
6. 包坯入发酵柜，在相对温度 35℃、相对湿度 85% 下醒发 40 分钟。
7. 包坯醒发至松软、稍膨胀后，用旺火蒸 8 分钟至熟。

## 小贴士

1. 包皮软硬要适中。
2. 醒发温度、湿度要恰当，醒发合度即要进行加温，否则包坯会下塌，成品会收身起泡。
3. 包馅正中。

## 想一想

生肉包为什么会爆口或收身？

## 项目 3

## 莲蓉包



### 要点小知识

莲蓉包的主要馅料，含有莲蓉香气。



### 前置作业

莲蓉有什么款式和口味变化：



### 制作方法

类：



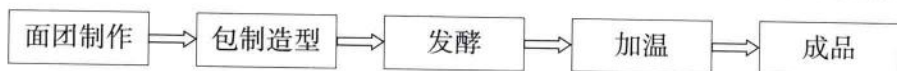
### 风味特点

包皮色泽洁白、光滑、柔软，富有弹性，气孔细密、均匀，味香甜，有莲子清香。食之口中，齿颊留香。重量符合规格要求。

## 原料

低筋面粉 500 克、白糖 100 克、盐 5 克、泡打粉 10 克、活性干酵母 5 克、鲜牛奶（或清水）250 克。

## 工艺流程



## 制作工艺

1. 面粉开窝，加入配料和匀，搓至糖全溶后拌成软硬适中的面团。
2. 面团在压面机上顺一方向压至纯滑。
3. 已制作好的面皮出体，每个约 30 克。
4. 包体用擀面杖开薄成边薄中间稍厚、直径约 4 厘米的圆件形。
5. 包入莲蓉馅 20 克，制成圆球形的生包坯。
6. 包坯入发酵柜，在相对温度 35℃、相对湿度 85% 下醒发 40 分钟。
7. 包坯醒发至松软、稍膨胀后，用旺火蒸 8 分钟至熟。

## 小贴士

1. 包皮软硬要适中。
2. 醒发温度、湿度要恰当，醒发合度即要进行加温，否则包坯会下塌，成品会收身起泡。
3. 包馅正中，不打影，不露馅。

## 想一想

1. 莲蓉包的包皮在制作上与叉烧包有什么不同？
2. 如何使莲蓉包达到成品要求？
3. 在使用莲蓉时要注意什么问题？



## 项目 4

## 小笼包



### 面点小知识

小笼包创于上海南翔地区，20世纪80年代传入广东酒楼食肆，由于蚬粉不能普及使用且价格昂贵，故在馅中加入适量蔬菜，更迎合广东人的口味。



### 前置作业

小笼包还可以加哪些原料以丰富其口味？



### 加温方法

蒸。



### 风味特点

包皮薄而有韧性，爽口，馅味咸鲜，汁多，花纹清晰自然。