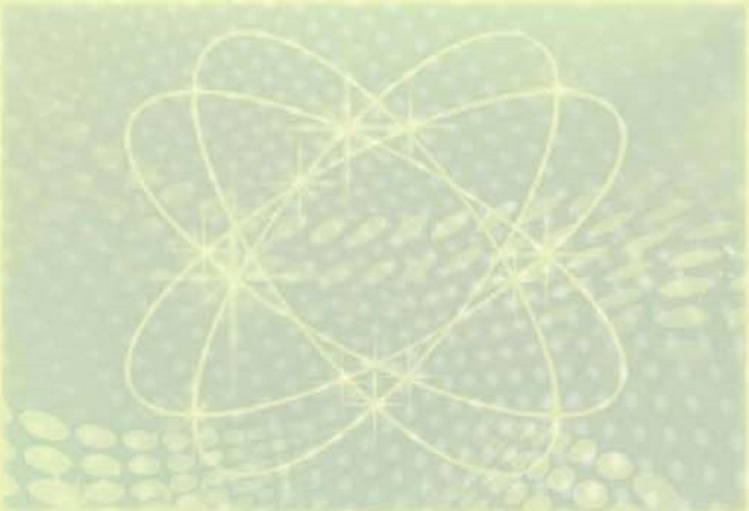
中式面点　专业技术学本

上海市长宁区初级职业技术学校组　编



上海交通大学出版社

Nucleus
新核心 初职教育专业技术学本丛书

丛书主编 沈　立 全桂红
本册主编 邵志明

ZHONGSHI
MIANDIAN

中式面点

（专业技术学本）

上海市长宁区初级职业技术学校
组织编写

上海交通大学出版社
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS

内容提要

本书共分三大篇章，分别为单一技能篇、基本技能篇和拓展技能篇。单一技能篇主要是学习面点技能的最基本的操作内容，如和面、揉面等；基本技能篇主要是中式面点师（初级）考核内容，其中包括基本功、水调面团、膨松面团和油酥面团四个模块；拓展技能篇是在单一技能、基本技能学习的基础上，拓展延伸的学习内容，如一些简单的船点、西式点心、淮扬点心等。全书通过分模块、小步骤的学习，使学习者达到逐步提升、牢固掌握的地步。

本书可作为中式面点初学者及职业学校面点专业师生的参考教材，也可作为面点爱好者的学习读物。

图书在版编目（CIP）数据

中式面点：专业技术学本 / 上海市长宁区初级职业技术学校组编. — 上海：上海交通大学出版社，2014

（新核心特殊教育专业技术学本丛书）

ISBN 978-7-313-11723-6

Ⅰ. ①中… Ⅱ. ①上… Ⅲ. ①面食-制作-中国-特殊教育-教材 Ⅳ. ①TS972.116

中国版本图书馆CIP数据核字（2014）第153207号

中式面点（专业技术学本）

组　　编：上海市长宁区初级职业技术学校

出版发行：上海交通大学出版社　　地　　址：上海市番禺路951号

邮政编码：200030　　电　　话：021-64071208

出 版 人：韩建民

印　　制：绍兴市越生彩印有限公司　　经　　销：全国新华书店

开　　本：787mm × 1092mm　1/16　　印　　张：11.25

字　　数：170千字

版　　次：2014年8月第1版　　印　　次：2014年8月第1次印刷

书　　号：ISBN 978-7-313-11723-6/TS

定　　价：56.00元

版权所有　侵权必究

告读者：如发现本书有印装质量问题请与印刷厂质量科联系

联系电话：0575-88657126

新核心·初职教育专业技术学本丛书

丛 书 主 编 沈 立 全桂红

丛书编委会 周颖芳 王 玥 乔 悦 宋永川
苏晓平 邵志明 于忠美 王丹平
郭天旻 范 莹 施光宇 李 峰
颜 明

本册主编 邵志明

编 者 乔 悦 孙中萍 孙朝华 施 旎 夏 雾

主 审 邓修青



前言
Preface

每个孩子都是金子，我们要充分挖掘每个孩子的潜在能力，用爱实现他们融入社会的希望和展现自我的梦想。作为一所对有特殊教育需要学生开展初级职业技术教育的学校，1998年始，上海市长宁区初级职业技术学校致力于支持式课程的开发和实施，帮助每个学生掌握一技之长，自食其力，并最大限度地支持其终身发展，提升幸福感，有尊严地实现社会融合。作为支持式课程中专业技术课程的持续发展，我们期望通过本丛书的编写和使用，进一步体现对学生学习专业技术的支持性。

本系列丛书突出实用性、补偿性、基础性、发展性等特点，邀请相关行业的专家参与丛书的编审工作，分为《中式烹饪》、《中式面点》、《餐厅服务》、《花卉园艺》四册。依据学生的学习特点，精选了适应与实用相结合的专业技术类课程内容，作为学生从事该领域的基本技能。本丛书既考虑到学生发展的规律，又考虑到职业发展的要求，还兼顾学生个体的特点，强调专业学习的科学性和发展性，促进学生最大限度地实现有效学习。每册将参加市职业鉴定中心初级鉴定考核的技能编入基本技能篇，将超越初级的技能或是增强学习兴趣的其他技能编入拓展技能篇，为了支持学生更好地掌握基本技能和拓展技能，通过总结教学实践经验，将部分技能学习的基本功或是需要反复训练的技能编入了单一技能篇。通过核心技能数量化、模糊技能具体化、抽象技能直观化、平行技能序列化、单元技能体系化，打破传统的教学模式，把学生需要学习和掌握的各种单元技能分解成为一个个小的模块来进行学习，通过分技能的逐步掌握，最终完成整体单元技能的学习和拓展技能的探究学习。

为了保障学生的学习效果和教学质量，我们开始了专业技能精致化教学的实证研究，建立了学生学习支持服务系统，在精心开发系列丛书的过程中，坚持“图文并茂，动静结合”的原则，形成配套的专业学习资源库、配套课件和辅助视频。为

了更好地帮助学生学习和掌握专业技能，采用图解的方法介绍技能学习，每一个动作技能均配有分步骤的操作图片，采用“工作分析步骤”的方法，适应学生的个体差异，降低学生学习技能的难度，把特定的、复杂的学习行为或技能分解成为一个个简单的步骤，由步骤到较为完整的程序，并依次将其串联起来，再配合上其他有效的教学策略和辅助方法，循序渐进。

本丛书是基于学生又为了学生的校本专业技术学本，是中国职业技术教育学会2008−2009年度科研规划项目优秀成果一等奖的主要成果之一，在编写过程中，得到了市教委教研室、市教科院相关专家的悉心指导，在此表示衷心的感谢。作为初职学生使用的专业技术学本丛书的编写是一项探索性工作，欢迎使用者对丛书提出宝贵意见和建议，以便今后修订时补充更正。

丛书编委会

目　录

Contents

第一部分　单一技能篇

和面、揉面 …… 8
搓条、下剂 …… 9
双手擀皮 …… 10
烧卖皮制作 …… 11
提褶、收口 …… 12
擀制油酥面 …… 13

第二部分　基本技能篇

一、面点皮坯制作

水调面团擀皮 …… 18
水调面团擀面条 …… 20
膨松面团制坯 …… 22
膨松面团摘剂 …… 24
油酥面团制坯 …… 26

二、水调面团制作

木鱼饺 …… 30
状元饺 …… 32
状元饺（花边） …… 34
一品饺 …… 36
鸳鸯饺 …… 38
冠顶饺 …… 40

小笼包 42
烧卖（鲜肉\虾仁馅） 44

三、膨松面团制作

蔬菜包 48
鲜肉包 50
如意卷 52
钳花包 54
花卷 56
猪蹄卷 58
豆沙包 60
寿桃包 62
棉花包 64

四、油酥面团制作

鲜肉月饼 68
菊花酥 70
佛手酥 72
黄桥烧饼 74
蟹壳黄 76
甘露酥 78
凤梨酥 80
桃酥饼 82
椒盐圆腰酥 84

第三部分 拓展技能篇

一、装饰类点心

金鱼\知了 90
冠顶\孔雀 91
核桃\蜜桃 92
金鱼\青蛙 93

雪梨\枇杷 94
小鸡\玫瑰 95
大丽花\康乃馨 96
丛中刺猬\粉嫩小猪 97
百花争艳\水中仙子 98
五谷丰登\硕果累累 99
成熟硕果\青红果蔬 100
萝卜辣椒\玉鹅争艳 101
万象更新\天鹅戏水 102
水果拼盘\蔬菜摆盘 103
争奇斗艳\朝霞玉兔 104
蟠桃盛宴\池塘戏水 105
荷塘蛙鸣\草原风光 106
田园风光\池塘风光 107

二、西式类点心

法式早餐饼\芝士蛋糕 110
蝴蝶酥\奶黄排 111
水果塔\泡芙 112
果仁蛋糕\欧式饼干 113
抹茶饼干\棋牌饼干 114
慕斯蛋糕\重芝士蛋糕 115
鲜奶水果蛋糕\蛋糕卷 116
菠萝包\榴莲泡芙 117
草莓挞\水果冰淇淋 118
巧克力艾克来\焦糖泡芙 119
羊角包\榴莲酥 120
菱形酥\风车酥 121

三、油酥类点心

凤眼酥\海棠酥 124
蝉酥\香芋酥 125

糖果酥\菌菇酥 126
鲍鱼酥\扇贝酥 127
葫芦酥\梅花酥 128
天鹅酥\木瓜酥 129
榴莲酥\绣球酥 130
香蕉酥\芒果酥 131
菠萝酥\金蝉酥 132
黑天鹅酥\白天鹅酥 133
枇杷酥\竹笋酥 134
提包酥\苹果酥 135
盒子酥\眉毛酥 136
宣化酥\兰花酥 137
领结酥\莲藕酥 138
拎包酥\椭圆酥 139
莲花酥\鸳鸯酥 140
芝麻酥\开口酥 141

四、其他类点心

富贵香妃饼\椒香叉烧饼 144
椰丝糯米糍\奶香棉花包 145
白糖莲蓉糕\翡翠叶子团 146
暴雪大菊花\枣泥印糕 147
七层糯米糕\养生红枣糕 148
水晶果蔬饺\三色水晶饺 149
水晶虾饺皇\家乡红薯角 150
葡式蛋挞\糯米萝卜团 151
冬菜包\鲜奶玉米杯 152
秋叶煎包\柳叶包 153
罗汉叉烧包\豌蓉刺猬包 154
月季包\玉兔包 155
鱼翅灌汤饺\淮安汤包 156
煎包\月牙饺 157

紫薯奶酪球\芝麻春卷 158
双味蟹壳黄\紫薯奶酪球 159
福禄糕团\花色饼干 160
港式红豆糕\水晶饼 161
麻酱饼\像生香菱角 162
蛋黄千层糕\苹果玉米饼 163
蜂巢蛋黄角\蜂巢鲜虾饺 164
鸽蛋圆子\咸水角 165
京式伊府面\麻香鸡蛋面 166
沙茶云豆饺\松皮茄饺 167
翡翠烧卖\蟹粉烧卖 168
象形豌豆夹\象形萝卜糕 169
花生冰激凌\豆沙条头糕 170
锦绣鲫鱼饺\晶莹目鱼饺 171
后记 172

第一部分　单一技能篇



搓条、摘剂



双手擀皮



擀烧卖皮



提褶、收口



擀制油酥面

huó miàn　　róu miàn

和面、揉面

工作分析步骤



1 将面粉放在案板上，开窝形。



2 将适量水倒入中间。



3 将面粉搅拌成颗粒状。



4 协调手指，揉搓成面团。



5 盖上醒布，醒面数分钟。



6 揉匀揉透面团，使面团符合要求。

学习目标：

掌握面点基本功操作（和面、揉面）要领。

基本要求：

面团达到均、匀、透、不夹粉粒。

操作要领：

双手协调、均匀、交替用力。

cuō tiáo　　xià jì

搓条、下剂

工作分析步骤



1 将面团揉匀、揉透，不夹粉粒。



2 轻搓面团，使其朝两边延伸。



3 将条置于虎口，右手盖于顶部。



4 均匀用力摘成剂子。

学习目标：

掌握面点基本功操作（搓条、下剂）要领。

基本要求：

大小一致、剂口光滑、无毛头菱角。

操作要领：

双手协调用力，摘剂动作规范。

shuāng shǒu gǎn pí

双手擀皮

工作分析步骤



1 将剂子按扁成圆形。



2 合用面棍，双手持于两侧。

重点步骤



3 用力向前推，注意保持平衡。



4 交替用力，使面皮均匀转动。

学习目标：

掌握面点基本功操作（双手擀皮）要领。

基本要求：

擀成大小一致、厚薄均匀、泊粉较少的圆形皮子。

操作要领：

擀皮时双手协调、前后交替、均匀用力。

shāo mài pí zhì zuò

烧卖皮制作

工作分析步骤



1 剂子按扁于面粉中，双手持于走槌两侧。



2 两手交替用力向前推、压，使剂子在面粉中转动。



3 擀出荷叶皮，拍除面粉。



4 即成有荷叶花边的烧卖皮。

学习目标：

掌握面点基本功烧卖皮的操作要领。

基本要求：

擀成外形圆整，有均匀荷叶边、金钱底的皮子。

操作要领：

擀皮时双手协调、前后交替。

tí zhě shōu kǒu

提褶、收口

工作分析步骤



1 左手托皮（四指弯曲），右手上馅于皮坯中间。



2 左手托皮、右手拇指、食指捏于面皮边缘。



3 依次顺势提捏。



4 使面皮呈现清晰褶皱。



5 沿边提褶，均匀顺势提边。



6 逐步收口成光滑。

学习目标：

掌握面点提褶、收口操作要领。

基本要求：

褶皱清晰、收口光滑。

操作要领：

顺势提褶、沿边收口

gǎn zhì yóu sū miàn

擀制油酥面（小包酥）

工作分析步骤



1 将干油酥包入水油面中，如收口。



2 收口朝上，用擀面杖压擀成长条形。



3 从上往下依次卷拢面皮。



4 接口朝上，用手指按于面皮中间。



5 两侧朝中间翻折，均匀一折三。



6 轻按面皮，均匀擀成略大面皮。

学习目标：

掌握油酥面皮（小包酥）操作要领。

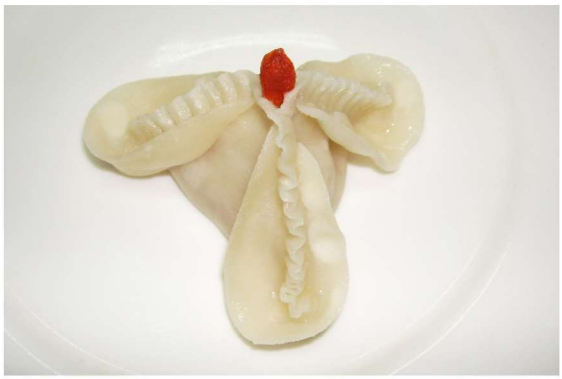
基本要求：

油酥不外露，使面皮达到光滑、无气泡。

操作要领：

面皮卷拢、均匀翻折。

第二部分　基本技能篇



冠顶饺



如意卷



钳花包



菊花酥



甘露酥

一、面点皮坯制作



水调面团擀皮



水调面团擀面条



膨松面团摘剂

shuǐ tiáo miàn tuán gǎn pí

水调面团擀皮

原料 面粉100克 、冷水50克

工具 擀面杖、刮板、量杯、醒布



学习目标：

掌握面点基本功操作要领（搓条、下剂、擀皮）。

基本要求：

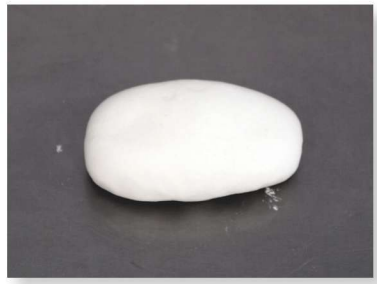
擀成大小一致、中间稍厚、四边略薄的圆形面皮。



工作分析步骤



1 将面粉开成窝形，分量加水，逐步调合。



2 将面团揉匀、揉透，达到均、匀透。



3 揉搓面团，使面团向两侧延伸。



4 使面团成为圆形的长条形状。



5 将长条置于左手虎口，右手五指圈拢。



6 将搓好的条摘成每个约8克的剂子。



7 案板上撒适量面粉，把剂子用左手按扁。



8 左手捏边，右手用擀面杖均匀向前转动。



9 擀制成中间略厚、四周略薄的圆形面皮。

操作要领：

双手协调、均匀用力。

shuǐ tiáo miàn tuán gǎn miàn tiáo

水调面团擀面条

原料 面粉100克 、冷水50克、盐3克

工具 擀面杖、刮板、量杯、醒布



学习目标：

掌握面点擀面条的操作要领：双手协调、均匀用力。

基本要求：

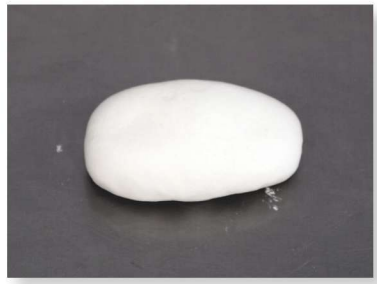
擀成粗细均匀、长短一致、无粘条、无连刀的面条。



工作分析步骤



1 将面粉开成窝形，分量加水，逐步调合。



2 将面团揉匀、揉透，达到均、匀透。



3 将面团从上往下，擀成宽状。



4 将面皮擀成长约45厘米，宽约25厘米。



5 将长方形面皮从上往下卷拢。



6 将卷拢的面皮散开，长方形交替叠起。



7 面皮均匀叠成长方形状。



8 沿边用刀切成宽约3毫米的长条。



9 将面皮松散，均匀折起，装盘。

操作要领：

双手协调、擀皮切制均匀用力。

péng sōng miàn tuán zhì pī

膨松面团制坯

原料 主料：面粉200克、水105克
辅料：泡打粉3克、依士粉2克、糖粉12克

工具 擀面杖、刮板、量杯、醒布



学习目标：
掌握膨松面团揉面操作的方法和步骤。

基本要求：
面团达到均匀、透、不夹粉粒。



工作分析步骤



1 将200克面粉置放在案板上，开成窝形。



2 将依士粉、糖粉放于窝形中间，将泡打粉撒在四周。



3 将适量水（约50克）倒入中间，拌成糊状。



4 双手五指张开，揉搓、搅拌成雪花状面粉颗粒。



5 再加入适量水搅拌、揉搓。



6 搅拌、揉搓成葡萄状面粉颗粒。



7 用手掌后跟协调手指进行揉搓。



8 用湿布盖好，静置，醒面数分钟。



9 双手协调用力，再次揉搓面团。



10 使面团达到均、匀、透、不夹粉粒。

操作要领：

分段和面、均匀揉搓。

péng sōng miàn tuán zhāi jì

膨松面团摘剂

原料 面粉200克、水100克、泡打粉3克、依士粉2克、糖粉12克

工具 刮板、量杯、醒布



学习目标：
掌握面点基本功操作要领（膨松面团摘剂）。

基本要求：
剂子大小一致、剂口平整。



工作分析步骤



1 将面粉开成窝形，加入泡打粉、依士粉、糖粉。



2 将适量水倒入中间，搅拌均匀。



3 用手掌的后跟协调手指进行揉搓。



4 用湿布盖好，静置，醒面数分钟。



5 双手协调，揉匀揉搓面团。



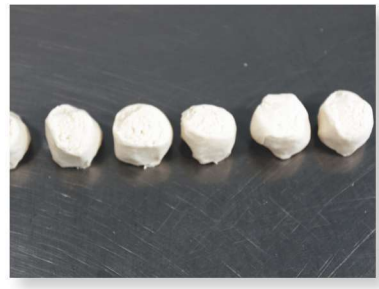
6 使面团达到均匀、透、不夹粉粒。



7 使面团向两侧延伸成粗细一致的长条。



8 将长条面团置左手虎口，右手五指圈拢。



9 摘成大小一致剂子。

操作要领：

双手协调用力，顺势摘剂。

yóu sū miàn tuán zhì pī

油酥面团制坯

原料 面粉200克 猪油75克 水60克

工具 擀面杖、刮板、量杯



学习目标：

掌握油酥面坯的制作方法及工艺。

基本要求：

干油酥松软、水油面光滑。



工作分析步骤



1 取100克面粉开好窝形，放入50克猪油。



2 将猪油、面粉用擦的方法充分混合。



3 将面团擦揉至松软。



4 整理成团制成干油酥。



5 取100克面粉开好窝形，放入25克猪油、60克温水。



6 将猪油、面粉及水抄拌均匀。



7 将水油面揉透、揉光洁。



8 完成水油面、干油酥的制作。

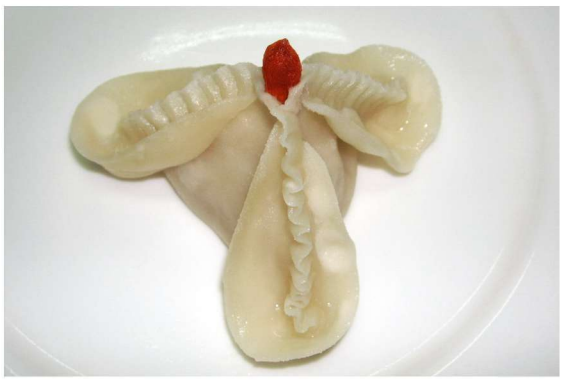
操作要领：

一手拿刮板、一手揉搓面团

二、水调面团制作



鸳鸯饺



冠顶饺



木鱼饺



烧卖



小笼包

mù yú jiǎo

木鱼饺

原料 面粉100克 冷水50克 肉馅 50克

工具 擀面杖、刮板、量杯、馅挑等



学习目标：

掌握木鱼饺的制作及熟制方法。

基本要求：

两边对称、形如木鱼、皮薄馅多、口感鲜嫩。



工作分析步骤



1 将面粉开成窝形，分量加水，逐步调合。



2 将面团揉匀、揉透、不夹粉粒。



3 搓成长条，摘成每个约8克的剂子。



4 擀成直径5~6厘米的圆形皮子。



5 将皮子摊在手掌中，放入馅心8克。



6 将圆形皮子对折，成半圆型。

重点步骤



7 左手拇指和食指捏住半圆型边缘。



8 双手交叉置于生坯，稍用力向外挤压。



9 将生坯放于沸水中，下锅煮至成熟。

操作要领：

双手交叉、挤压。

zhuàng yuán jiǎo

状元饺

原料 面粉100克 冷水50克 肉馅 50克

工具 擀面杖、刮板、量杯、馅挑等



学习目标：

掌握状元饺的制作及熟制方法。

基本要求：

大小均匀、皮坯不破损、皮薄馅多，口感鲜嫩。



工作分析步骤



1 将面粉开成窝形，分量加水，逐步的调合。



2 将面团揉匀、揉透、不夹粉粒。



3 搓成长条，摘成每个约8克的剂子。



4 擀成直径5~6厘米的圆形皮子。



5 将皮子摊在手掌中，放入馅心8克。



6 皮子对折成半圆型，轻轻捏紧。



7 用左手手指顶住生坯上半部分。



8 右手拿刮板，垂直用力朝正面中间挤压。



9 将生坯放于沸水中，下锅煮至成熟。

操作要领：

垂直拿刮板，适度用力挤压。

zhuàng yuán jiǎo huā biān

状元饺(花边)

原料 面粉100克 冷水50克 肉馅 50克

工具 擀面杖、刮板、量杯、馅挑



学习目标：

掌握花边状元饺的制作及熟制方法。

基本要求：

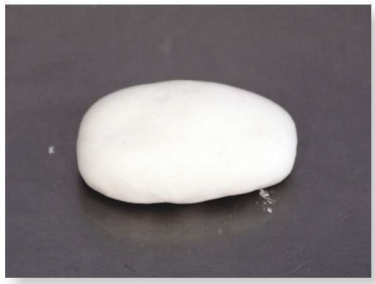
大小均匀、皮坯不破损、形似状元帽、口感鲜嫩。



工作分析步骤



1 将面粉开成窝形，分量加水，逐步的调合。



2 将面团揉匀、揉透、不夹粉粒。



3 搓成长条，摘成每个约8克的剂子。



4 擀成直径5~6厘米的圆形皮子。



5 将皮子摊在手掌中，放入馅心8克。



6 皮子对折成半圆型，轻轻捏紧。

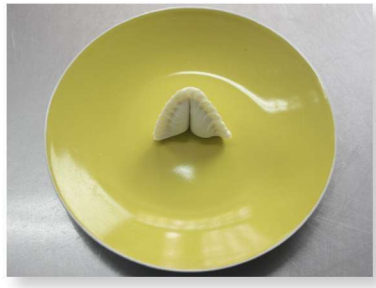
重点步骤



7 双手协调，用手指沿边依次推捏花纹。



8 右手拿刮板，垂直用力朝正面中间挤压。



9 将生坯放于沸水中，下锅煮至成熟。

操作要领：

均匀推捏花纹、垂直拿刮板，适度用力挤压。

yī pǐn jiǎo

一品饺

原料 面粉100克 冷水50克 肉馅 50克、点缀物适量

工具 双手棍、刮板、量杯、醒布、馅挑



学习目标：

掌握一品饺的制作及熟制方法。

基本要求：

成品字型、点缀颜色均匀、皮坯软爽、馅心鲜嫩。



工作分析步骤



1 将面粉开成窝形，分量加水，逐步调合。



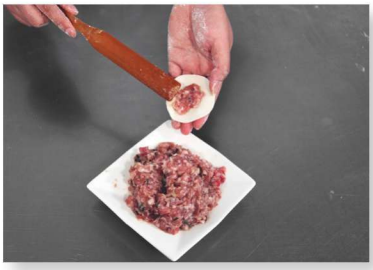
2 将面团揉匀、揉透、不夹粉粒。



3 搓成长条，摘成每个约12.5克的剂子。



4 擀成直径8厘米、厚薄均匀的圆形皮子。



5 将皮子摊在左手掌中，放入馅心7克。



6 用右手捏住皮子，从下往上三等分面皮。



7 等距离地将三角的边提齐。



8 逐一靠里捏边、粘合成为三个小口。



9 垂直捏成直立朝上成品字形的两对孔洞。



10 调整大孔大小，轻捏边缘。



11 在三个大孔洞中分别放入点缀物。



12 上笼用旺火蒸8分钟即可。

操作要领：

等分成品型、孔洞大小均匀、不穿底漏馅。

yuān yang jiǎo

鸳鸯饺

原料 面粉100克 冷水50克 肉馅 50克、点缀物适量

工具 双手棍、刮板、量杯、醒布



学习目标：

掌握鸳鸯饺的制作及熟制方法。

基本要求：

孔洞对称，点缀均匀、皮坯爽软、馅心鲜嫩。



工作分析步骤



1 将面粉开成窝形，分量加水，逐步调合。



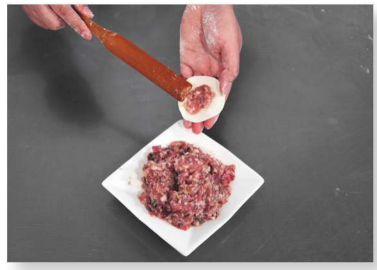
2 将面团揉匀、揉透、不夹粉粒。



3 搓成长条，摘成每个约12.5克的剂子。



4 擀成直径7厘米、厚薄均匀的圆形皮子。



5 将皮子摊在左手掌中，放入馅心7克。



6 皮子对折，从下往上两等分面皮。



7 用右手捏住皮子的中间捏紧。



8 左手托皮，右手手指捏住面坯的两个角。



9 两角合拢，右手的拇指和食指重叠捏紧。



10 使其成为中间及外围对称的半月形。



11 在对称的半月形中分别放入点缀物。



12 上笼用旺火蒸8分钟即可。

操作要领：

孔洞大小均匀、呈月牙状对称。

guān dǐng jiǎo

冠顶饺

原料 面粉100克 冷水50克 肉馅 60克

工具 双手棍、刮板、量杯、醒布



学习目标：

掌握冠顶饺的制作及熟制方法。

基本要求：

呈立体三角形，花纹匀称、皮坯软爽、馅心鲜嫩。



工作分析步骤



1 将面粉开成窝形，分量加水，逐步调合。



2 将面团揉匀、揉透、不夹粉粒。



3 搓成长条，摘成每个约12.5克的剂子。



4 擀成直径9厘米、厚薄均匀的圆形皮子。



5 把圆皮的两边折起，呈扇形状。



6 折起另一边，形成一个等边三角形。



7 面皮翻转，拿馅尺抹入7.5克馅放入正中。



8 用手提起两个角，相互捏住。



9 三条边对齐捏紧，成为立体三角形。

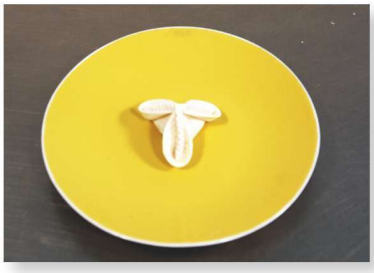
重点步骤



10 逐一均匀推捏成花边。



11 呈现三边缘花纹一致。



12 逐一向外翻出三边缘，上笼蒸熟。

操作要领：

大小均匀、花边清晰。

xiǎo lóng bāo

小笼包

原料 面粉100克 冷水55克 肉馅80克

工具 擀面杖、刮板、量杯、醒布



学习目标：

掌握小笼包的制作及熟制方法。

基本要求：

褶匀美观、色泽洁白、皮薄馅多、吃口肥嫩。



工作分析步骤



1 将面粉开成窝形，分量加水，逐步调合。



2 将面团揉匀、揉透、不夹粉粒。



3 搓成长条，摘成每个约10克的剂子。



4 擀成一个直径6-7厘米圆形皮子。



5 左手托皮，右手用用馅挑抹适量馅心。



6 用右手的拇指和食指捏住面皮边缘。

重点步骤



7 依次顺势沿边提褶，呈现均匀褶皱。



8 沿着边缘，提边收口。



9 呈现光滑边缘，即成小笼包生坯。



10 上笼用旺火沸水蒸制6分钟即可。

操作要领：
提褶均匀、收口光滑

shāo mài　　xiān ròu　　xiā rén xiàn

烧卖（鲜肉\虾仁馅）

原料 面粉100克 水55克 肉馅 120克

工具 擀面杖、刮板、量杯、醒布



学习目标：

掌握鲜肉\虾仁烧卖的制作及熟制方法。

基本要求：

花纹均匀不破损、大小一致、口感软糯。



工作分析步骤



1 将面粉开成窝形，分量加热水，逐步调合。



2 将面团揉匀、揉透、不夹粉粒。



3 搓成长条，摘成每个约10克的剂子。



4 在适量干面粉中，走槌中间置于剂子边缘。



5 双手均匀用力，推压边缘。



6 均匀地压出花褶。

重点步骤



7 左手托皮，右手拿馅挑，包入馅心。



8 用手指向上一拢，馅挑适当调整肉馅。



9 调整成白花型，菊花顶的烧卖生坯。



10 上笼用旺火沸水蒸10分钟即可。

操作要领：

花边匀称，边缘收口整齐

三、膨松面团制作



豆沙包



如意卷



鲜肉包



寿桃包



花卷

shū cài bāo

蔬菜包

原料

主料：面粉200克、水110克。
辅料：泡打粉3克、依士粉2克、糖粉12克
配料：蔬菜馅90克（青菜、香菇丁、豆腐干丁）

工具

擀面杖、量杯、刮板、醒布、馅挑



学习目标：

掌握蔬菜包的制作及熟制方法。

基本要求：

色泽洁白、褶匀美观、皮坯松软、馅心碧绿香鲜。



工作分析步骤



1 将面粉开成窝形，加入依士粉、糖粉、泡打粉，倒入温水，进行调合。



2 揉搓成面团，直到揉匀、揉透。



3 将225克面团均匀分成6个剂子。



4 擀成中间略厚，四周稍薄的圆形皮子。



5 左手托皮，右手用馅挑抹15克左右的馅心。



6 用右手的拇指和食指按于皮子边缘。

重点步骤



7 均匀提出褶皱。



8 沿边提褶，并提边向上。



9 左手托皮，右手光滑收口。



10 将生坯静置至松软，入蒸屉蒸10分钟。

操作要领：

提褶清晰、收口光滑圆整。

xiān ròu bāo

鲜肉包

原料

主料：面粉200克、水110克。
辅料：泡打粉3克、依士粉2克、糖粉12克
配料：肉馅90克

工具

擀面杖、量杯、刮板、醒布



学习目标：

掌握鲜肉包的制作及熟制方法。

基本要求：

色泽洁白、褶匀美观、皮坯松软、馅肥香鲜。



工作分析步骤



1 将面粉开成窝形，加入依士粉、糖粉、泡打粉，倒入温水，进行调合。



2 揉搓成面团，直到揉匀、揉透。



3 将225克面团均匀分成6个剂子。



4 擀成中间略厚，四周稍薄的圆形皮子。



5 左手托皮，右手用馅挑抹15克左右的馅心。



6 用右手的拇指和食指按于皮子边缘。

重点步骤



7 均匀提出褶皱。



8 沿边提褶，并提边光滑收口。



9 捏拢顶部，封口。



10 将生坯静置至松软，入蒸屉蒸10分钟。

操作要领：

提褶清晰、收口光滑圆整

rú yì juǎn

如意卷

原料 主料：面粉200克、水100克。
辅料：泡打粉3克、依士粉2克、糖粉12克
配料：油适量

工具 擀面杖、量杯、刮板、醒布



学习目标：
掌握如意卷的制作及熟制方法。

基本要求：
皮坯厚薄均匀、大小一致、吃口松软、有弹性。



工作分析步骤



1 将面粉开成窝形，加入依士粉、泡打粉，倒入温水，进行调合。



2 揉搓成面团，直到揉匀、揉透。



3 用擀面杖均匀竖直上下擀皮。



4 用擀面杖均匀横向上下擀皮。



5 擀成长50厘米，宽20厘米、厚薄约3毫米的长方形面皮。



6 在面皮上均匀刷上一层油。



7 将面皮从上往下及从下往上，朝中间卷拢。



8 调整两边，卷紧两边。



9 用刀切下25克左右的面坯。



10 将生坯静置至松软，上笼蒸制15分钟。

操作要领：

面皮均匀卷紧、生坯光滑切制。

qián huā bāo

钳花包

原料 主料：面粉200克、水100克
辅料：泡打粉3克、伊士粉2克、糖粉15克
配料：豆沙90克

工具 擀面杖、刮板、量杯、醒布



学习目标：
掌握钳花包的制作及熟制方法。

基本要求：
洁白松软、花纹整齐、吃口松软、有弹性。



工作分析步骤



1 将面粉开成窝形，加入依士粉、糖粉、泡打粉，倒入温水，进行调合。



2 揉搓成面团，直到揉匀、揉透。



3 将225克面团分成均匀的6个剂子。



4 将90克豆沙搓成6个均匀的小球状。



5 将剂子擀皮一折三操作制作。



6 将面皮适当擀大。



7 左手托皮，包入豆沙馅。



8 虎口收口，使得收口光滑。



9 双手调整坯子外形，呈圆球形

重点步骤



10 手拿钳子，收紧，往下钳。



11 钳出花印20个以上，使顶部圆整。



12 将生坯静置至松软,用旺火蒸熟。

操作要领：

整齐钳制花印、保持顶部圆整。

huā juǎn

花卷

原料

主料：面粉200克、水100克。
辅料：泡打粉3克、依士粉2克、糖粉12克
配料：油、盐、葱适量

工具

擀面杖、量杯、刮板、醒布



学习目标：
掌握花卷的制作及熟制方法。

基本要求：
外表洁白光润、内部结合紧密、吃口松软、有弹性。



工作分析步骤



1 将面粉开成窝形，加入依士粉、糖粉、泡打粉，倒入温水，进行调合。



2 揉搓成面团，直到揉匀、揉透。



3 擀成长约40厘米，宽约15厘米的面皮。



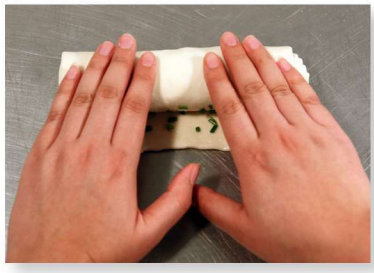
4 在面皮上均匀刷上一层油。



5 在面皮上均匀撒上盐。



6 在面皮上均匀撒上葱花。



7 将面皮从上往下卷紧，截面5 厘米。



8 用刀切下30克左右的面坯，宽约1.5厘米。



9 用筷子或小棒在面剂中间轻压。

重点步骤



10 两手把剂子的两头向里翻卷



11 捏紧两边，即成花卷生坯。



12 将生坯静置至松软，上笼蒸熟。

操作要领：

面皮大小适中，翻卷生坯用力适度

zhū tí juǎn

猪蹄卷

原料 主料：面粉200克、水100克。
辅料：泡打粉3克、依士粉2克、糖粉12克
配料：油、盐适量

工具 擀面杖、量杯、刮板、刀、醒布



学习目标：
掌握猪蹄卷的制作及熟制方法。

基本要求：
皮坯厚薄均匀、大小一致、形似猪蹄、吃口松软、有弹性。



工作分析步骤



1 将面粉开成窝形，加入依士粉、泡打粉，倒入温水，进行调合。



2 揉搓成面团，直到揉匀、揉透。



3 将225克面团均匀分成6个剂子。



4 擀成厚薄均匀的圆形皮子。



5 在圆形面皮上均匀涂上油。



6 将皮子对折成半圆形状，一侧略出头。

重点步骤



7 再涂半边油，将皮子对折成扇形。



8 用刀将尖端切成大小均匀的两瓣。



9 将生坯对折，扇尾捏紧成猪蹄状。



10 将生坯静置至松软、上笼蒸制8分钟。

操作要领：

均匀叠制扇形面皮，对等切制生坯。

dòu shā bāo

豆沙包

原料

主料：面粉200克、水100克
辅料：泡打粉3克、依士粉2克、糖粉12克
配料：豆沙90克

工具

擀面杖、刮板、量杯、醒布



学习目标：

掌握豆沙包的制作及熟制方法。

基本要求：

洁白松软、虎口收口没细缝、吃口香甜、有弹性。



工作分析步骤



1 将面粉开成窝形，加入依士粉、糖粉、泡打粉，倒入温水，进行调合。



2 揉搓成面团，直到揉匀、揉透。



3 将225克面团均匀分成6个剂子。



4 将90克豆沙搓成6个均匀的小球。



5 将重约37.5克的剂子擀成长皮，



6 将长皮自上而下卷拢。

重点步骤



7 按于皮子中间，进行一折三操作。



8 轻按皮坯，使其均匀、厚实。



9 将面皮适当擀大，大小为能包入豆沙馅为宜。



10 一手托皮，包入豆沙馅。



11 虎口收口呈圆球形，形成生坯。



12 将生坯静置至松软，上笼蒸熟。

操作要领：

均匀叠被一折三、光滑收口

shòu táo bāo

寿桃包

原料

主料：面粉200克、水100克
辅料：泡打粉3克、依士粉2克、糖粉12克
配料：豆沙90克

工具

擀面杖、刮板、量杯、醒布



学习目标：

掌握寿桃包的制作及熟制方法。

基本要求：

洁白松软、印痕清晰、形似寿桃、吃口松软、有弹性。



工作分析步骤



1 将面粉开成窝形，加入依士粉、糖粉、泡打粉，倒入温水，进行调合。



2 揉搓成面团，直到揉匀、揉透。



3 将225克面团均匀分成6个剂子。



4 将90克豆沙搓成6个小球。



5 将重约37.5克的剂子进行擀皮一折三操作。



6 将面皮适当擀大。



7 一手托皮，包入豆沙馅。



8 虎口收口，使得收口光滑。



9 双手轻搓圆球的顶部圆锥形。

重点步骤



10 用刮板从下往上轻压出印痕。



11 顶部轻捏成尖状，形似桃子。



12 将生坯静置至松软，上笼蒸制8分钟。

操作要领：

生坯制作光滑、印痕深浅适中。

mián hua bāo

棉花包

原料 主料：面粉125克、澄粉25克
辅料：糖75克、牛奶90克、猪油20克、泡打5克、蛋清5克、白醋5克
馅料：奶黄馅80克

工具 铁质容器、馅挑



学习目标：
掌握棉花包的制作及熟制方法。

基本要求：
皮坯洁白松软、花朵清晰、香甜适中。



工作分析步骤



1 将面粉、澄粉、糖粉放入铁质容器、均匀搅拌。



2 将牛奶倒入、搅拌。



3 将蛋清倒入搅拌。



4 将白醋、猪油拌入。



5 将泡打粉均匀撒入。



6 向一个方向搅拌，均匀用力至粘稠。



7 将奶黄馅放入纸托底部



8 将拌好的面糊倒入纸托。



9 分量加入，面糊不外溢。



10 略做调整，入蒸笼蒸制12~15分钟。

操作要领：

原材料依次加入，搅拌用力均匀。

四、油酥面团制作



鲜肉月饼



菊花酥



黄桥烧饼



蟹壳黄



甘露酥

xiān ròu yuè bǐng

鲜肉月饼

原料 面粉200克、猪油75克、水60克、肉馅100克

工具 擀面杖、刮板、量杯、馅挑



学习目标：

掌握鲜肉月饼的制作及熟制方法。

基本要求：

酥层均匀、大小一致、吃口鲜香。



工作分析步骤



1 准备水油面和干油酥两种面团。



2 平均分成水油面18克，干油酥12克的剂子。



3 用水油面包裹住干油酥，收口处紧实无缝隙。



4 用擀面杖将其擀成椭圆形，水油面不破裂。



5 将椭圆型面皮由上至下卷紧。



6 将其两端向内折叠完成小包酥的制作。



7 将酥皮擀制成皮子。



8 皮子中央放入肉馅15克。



9 右手虎口捏拢左手拖住生坯。



10 收口紧实无缝隙。



11 将收口处正向下置于案板上稍加修整。



12 生坯入烤箱内烤制20分钟成淡黄色。

操作要领：

小包酥生坯、收口光滑

jú huā sū

菊花酥

原料 面粉200克、猪油75克、水60克、豆沙90克

工具 擀面杖、刮板、量杯、剪刀



学习目标：

掌握菊花酥饼的制作及熟制方法。

基本要求：

花瓣均匀、形似菊花、吃口酥香、酥层均匀。



工作分析步骤



1 准备水油面和干油酥两种面团。



2 平均分成水油面18克、干油酥12克和豆沙15克的剂子。



3 用小包酥方法将水油面干油酥制成酥皮。



4 将酥皮擀制成皮子。



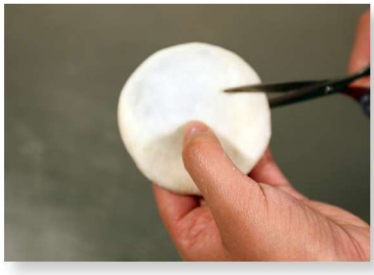
5 将豆沙馅包入酥皮内，收口紧实无缝隙。



6 将包有豆沙的圆形生坯轻压按扁。



7 用擀面杖将生坯擀大至直径为7厘米。



8 用剪刀将生坯二等分。



9 用对剪的方法将生坯外围分成四等分。



10 将生坯外围剪制成十六等分。



11 将十六瓣花瓣进行90°的旋转。



12 将生坯入烤箱，烤制15分钟至淡黄色。

操作要领：

均匀剪制十六等分。

fó shǒu sū

佛手酥

原料 面粉200克、猪油75克、水60克、豆沙90克

工具 擀面杖、刮板、量杯、刀具、小木棍



学习目标：
掌握佛手酥的制作及熟制方法。

基本要求：
形似佛手、吃口酥香、酥层均匀。



工作分析步骤



1 准备水油面和干油酥两种面团。



2 水油面18克、干油酥12克和豆沙15克的剂子。



3 用小包酥的方法将水油面干油酥制成酥皮。



4 将酥皮擀制成皮子。



5 将豆沙馅包入酥皮内，收口紧实无缝隙。



6 将包有豆沙的生坯搓成圆柱形。



7 从圆柱形生坯的2/3处轻向下按压。



8 用刀具在生坯两侧切出两个手指。



9 用刀具在“手掌”部位切间隔相等数刀。



10 左右各留两个“手指”其余在中间部向背面翻折。



11 用小木棍稍加整理使得造型整齐美观。



12 将生坯入180℃的烤箱，烤制15分钟至淡黄色。

操作要领：

均匀切制佛手，翻卷适当。

huáng qiáo shāo bǐng

黄桥烧饼

原料 面粉200克 猪油75克 依士粉3克、水60克 板油100克

工具 擀面杖、刮板、量杯



学习目标：

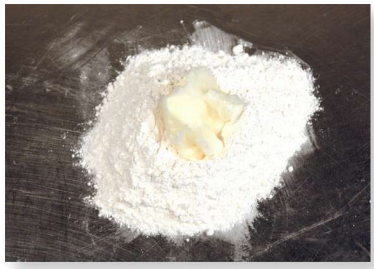
掌握黄桥烧饼的制作及熟制方法。

基本要求：

外形圆整、大小均匀、吃口香鲜、酥层均匀。



工作分析步骤



1 将面粉100克、猪油50克制成干油酥。



2 将100克面粉、25克猪油、3克依士粉，60克温水揉成水油面。



3 平均分成水油面18克，干油酥12克的剂子。



4 用小包酥的方法将水油面干油酥制成酥皮。



5 将酥皮擀制成皮子。



6 皮子中央放入8克板油馅。



7 左手托坯，右手虎口捏拢。



8 收口紧实无缝隙，可去除少量多余面皮。



9 用擀面杖将包入馅心的生坯擀成饼状。



10 在饼状生坯正面刷上适量蛋液。



11 将有蛋液的生坯倒扣在芝麻上，轻轻按压粘上芝麻。



12 将生坯入180℃的烤箱，烤制15分钟至淡黄色。

操作要领：

小包酥生坯、均匀涂撒芝麻。

xiè ké huáng

蟹壳黄

原料 面粉200克 猪油75克 、依士粉3克、水60克 板油100克

工具 擀面杖、刮板、量杯



学习目标：

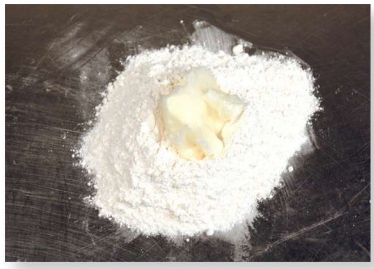
掌握蟹壳黄的制作及熟制方法。

基本要求：

外形椭圆、大小均匀、吃口香鲜、酥层均匀。



工作分析步骤



1 将面粉100克、猪油50克制成干油酥。



2 将在100克面粉、25克猪油、3克依士粉、60克温水揉成水油面。



3 平均分成水油面18克，干油酥12克的剂子。



4 用小包酥的方法将水油面干油酥制成酥皮。



5 将酥皮擀制成皮子。



6 皮子中央放入8克板油馅。



7 右手虎口捏拢左手拖住生坯。



8 收口紧实无缝隙，可去除少量多余面皮。



9 用擀面杖将包入馅心的生坯擀成椭圆形状。



10 椭圆形状生坯正面刷上适量蛋液。



11 将有蛋液的生坯倒扣在芝麻上，轻轻按压粘上芝麻。



12 将生坯入180℃的烤箱，烤制15分钟至淡黄色。

操作要领：

小包酥生坯、均匀涂撒芝麻。

gān lù sū

甘露酥

原料 面粉175克、麦淇淋80克、糖粉50克、泡打粉5克、蛋液35克、豆沙馅150克

工具 擀面杖、 刮板、量杯



学习目标：

掌握甘露酥的制作及熟制方法。

基本要求：

形态完整、大小一致、吃口酥松、香甜。



工作分析步骤



1 将麦淇淋80克置于50克糖粉中。



2 将麦淇淋与糖粉擦至松发，颜色微微变淡。



3 加入蛋液25克。



4 将蛋液与油脂充分融合。



5 将有泡打粉的面粉拌入，复叠法和面。



6 和制成混酥面团。



7 将混酥面分成33克的剂子。



8 将剂子捏成厚薄均匀碗型酥皮。



9 将15克豆沙馅心包入酥皮。



10 收口紧实无缝隙。



11 将生坯搓圆整。



12 刷上蛋液，放入200℃的烤箱，烤制15分钟成淡黄色。

操作要领：

叠揉法制作生坯。

fèng lí sū

凤梨酥

原料 面粉125克、麦淇淋75克、糖粉56克、 奶粉25克、泡打粉2.5克、蛋液30克、 凤梨馅140克

工具 擀面杖、刮板、量杯



学习目标：

掌握凤梨酥的制作及熟制方法。

基本要求：

形态完整、大小一致。



工作分析步骤



1 将麦淇淋75克置于56克糖粉中。



2 将麦淇淋与糖粉擦至松发，颜色微微变淡。



3 加入蛋液25克。



4 将蛋液与油脂充分融合。



5 将面粉、泡打粉和奶粉搅拌后拌入，叠揉。



6 和制成混酥面团。



7 将混酥面分成33克的剂子。



8 将剂子捏成厚薄均匀碗型酥皮。



9 将15克凤梨馅心包入酥皮。



10 收口紧实无缝隙。



11 将生坯搓圆整。



12 刷上蛋液，放入200℃的烤箱，烤制15分钟成淡黄色。

操作要领：

叠揉法制作生坯。

táo sū bǐng

桃酥饼

原料 面粉125克、猪油50克、精制油25克 、糖粉75克、小苏打3克、鸡蛋半个

工具 擀面杖、刮板、量杯



学习目标：

掌握桃酥的制作及熟制方法。

基本要求：

色泽金黄，花纹均匀、酥脆松香。



工作分析步骤



1 将糖粉、猪油、精制油搓匀搓透至糖溶化。



2 加入蛋液进行搓匀。



3 将蛋液与油脂顺势朝一个方向搓匀。



4 将面糊用刮板刮拢于中间。



5 将含有小苏打的面粉和入，拌匀。



6 用叠揉法将面团和匀成面团。



7 将面团搓条并分成剂子25克一只。



8 把剂子再逐个搓成小球，拇指置于小球中间。



9 剂子心用手指按捏成一桶状。



10 分隔放入烤盘，烤制8分钟，呈金黄色。

操作要领：

叠揉法制作生坯、分隔熟制成品。

jiāo yán yuán yāo sū

椒盐圆腰酥

原料 面粉200克、猪油75克、水60克、椒盐馅100克

工具 擀面杖、刮板、量杯



学习目标：

外形圆整、大小均匀、吃口香鲜、酥层均匀。

基本要求：

小包酥生坯、均匀涂撒蛋液、两刀均匀。



工作分析步骤



1 将面粉100克、猪油50克擦成干油酥。



2 将在100克面粉、25克猪油、60克温水揉成水油面。



3 平均分成水油面18克，干油酥12克的剂子。



4 用小包酥的方法将水油面干油酥制成酥皮。



5 将酥皮擀制成皮子。



6 皮子中央放入8克椒盐馅。



7 右手虎口捏拢左手拖住生坯。



8 收口紧实无缝隙，可去除少量多余面皮。



9 用擀面杖将包入馅心的生坯擀成椭圆形状。



10 在成椭圆形状生坯正面刷上适量蛋液。



11 用刀在生坯表面竖划两刀。



12 将生坯入180℃的烤箱，烤制15分钟至金黄色。

操作要领：

小包酥生坯、均匀涂撒蛋液、两刀均匀。

第三部分　拓展技能篇



凤眼酥



法式早餐饼



椰丝糯米糍



五谷丰登



翡翠千层糕

一、装饰类点心



知了饺



金鱼饺



万象更新



水中仙子



成熟硕果

jīn yú

金鱼



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据金鱼颜色调制朱红颜色。
(4) 粉色面团包裹白色面团，擀皮包捏成金鱼状。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

zhī liǎo

知了



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据知了颜色调制相应咖啡颜色。
(4) 咖啡、白色面团叠合，包捏成知了形状。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

guān dǐng

冠顶



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据冠顶颜色调制橘红色、黄色。
(4) 橘红色面团包裹黄色面团制成冠顶形状。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

kǒng què

孔雀



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据孔雀颜色调制蓝、红、黄、绿等颜色。
(4) 取蓝色面团制作成孔雀外形，其余颜色面团逐一制作羽毛。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

hé tao

核桃



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据核桃颜色调制咖啡颜色。
(4) 取一咖啡面团，搓成圆形。
(5) 用夹子夹出中间桃纹，再夹出两侧纹路。
(6) 调整成型，摆盘装饰。

mì táo

蜜桃



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据桃子颜色调制相应粉红和草绿颜色。
(4) 取无色面团搓圆，嵌入粉红、绿颜色，制成桃子、叶子。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

jīn yú

金鱼



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据金鱼颜色调制橘红、红、黑等颜色。
(4) 取橘红颜色包捏成金鱼形状，装点眼睛等。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

qīng wā

青蛙



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据青蛙颜色调制相应绿、红等颜色。
(4) 绿色面团制作成青蛙外形。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

xuě lí

雪梨



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据雪梨颜色调制相应黄色和咖啡颜色。
(4) 取一黄色搓圆，进而搓成雪梨状，用咖啡色做雪梨蒂。
(5) 调整成型摆盘即可。

pí pa

枇杷



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据枇杷颜色调制相应橘红和咖啡颜色。
(4) 取一橘红颜色搓成椭圆，形似枇杷状，用咖啡色做成枇杷树。
(5) 调整成型摆盘即可。

xiǎo jī

小鸡



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据小鸡颜色调制黄、橘红等颜色。
(4) 取黄色、橘色面团制成小鸡外形、嘴巴和爪子。
(5) 黑芝麻当作眼睛，调整成型，摆盘装饰。

méi guī

玫瑰



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据玫瑰以及叶子的颜色调制粉红、绿等颜色。
(4) 取粉红色面团制成花瓣并拼捏成花朵，取绿色面团制作叶子。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

dà lì huā

大丽花



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据大丽花颜色调制粉红、黄、绿等颜色。
(4) 取粉红色面团剪夹成大丽花外形，黄、绿色面团制成花蕊和叶子。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

kāng nǎi xīn

康乃馨



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据康乃馨颜色调制粉红色、黄色。
(4) 取粉红色面团制成康乃馨外形，黄色面团制成花蕊。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

cóng zhōng cì wei

丛中刺猬



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据刺猬颜色调制相应颜色。
(4) 取无色、咖啡色面团，搓成尖圆形。
(5) 用剪刀剪出刺猬嘴巴，点上芝麻做眼睛。
(6) 调整成型摆盘即可。

fěn nèn xiǎo zhū

粉嫩小猪



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据小猪颜色调制相应粉红颜色。
(4) 取粉红色面团搓成圆形，捏出小猪嘴巴、脚趾，装上小猪尾巴。
(5) 调整成型摆盘即可。

bǎi huā zhēng yàn

百花争艳



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据相形花卉调制相应颜色。
(4) 用各种相应有色面团捏制成各种花卉。
(5) 成型摆盘即可。

shuǐ zhōng xiān zǐ

水中仙子



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据相形水仙花调制相应颜色。
(4) 用绿色、黄色等相应有色面团捏制成各种水仙花。
(5) 成型摆盘即可。

wǔ gǔ fēng dēng

五谷丰登



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据相形五谷调制相应颜色。
(4) 用各种颜色面团捏制成五谷。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

shuò guǒ léi léi

硕果累累



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据相形水果调制相应颜色。
(4) 用各种相应颜色面团捏制成各种水果。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

chéng shú shuò guǒ

成熟硕果



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据芒果、枇杷颜色调制黄色、咖啡色。
(4) 取黄色面团制作成芒果、枇杷外形，咖啡色作蒂。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

qīng hóng guǒ shū

青红果蔬



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据南瓜、苹果颜色调制相应绿、橘红、咖啡等颜色。
(4) 取绿色面团制作成苹果外形，橘红色面团制作成南瓜外形。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

luó bo là jiāo

萝卜辣椒



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据胡萝卜颜色调制橘红色、绿色，根据辣椒颜色调制红色、绿色。
(4) 取橘红色面团制作成胡萝卜外形，绿色面团制作成叶子。
(5) 取红色面团制作成辣椒外形，绿色面团制作成辣椒蒂。
(6) 调整成型，摆盘装饰。

yù é zhēng yàn

玉鹅争艳



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据鹅的颜色调制白、橘红等颜色。
(4) 取白色面团制作成鹅的外形，橘红色面团制作鹅冠，黑芝麻当作眼睛。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

wàn xiàng gēng xīn

万象更新



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据大象颜色调制相应颜色和草绿颜色。
(4) 取无色面团搓圆，捏成葫芦形。
(5) 剪出大象耳朵和嘴巴，捏出四肢，装上象眼。
(6) 调整成型，摆盘即可。

tiān é xì shuǐ

天鹅戏水



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据天鹅颜色调制相应颜色。
(4) 取无色面团，搓成圆形。
(5) 将圆形面团搓成上粗下细状，用剪刀剪出天鹅翅膀。
(6) 用橘红色作天鹅头，并制作荷叶、小青蛙。
(7) 调整成型，摆盘即可。

shuǐ guǒ pīn pán

水果拼盘



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据各类水果颜色调制橘红、黄、绿、粉红、白、咖啡等颜色。
(4) 取相应的颜色制作成各类水果。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

shū cài bǎi pán

蔬菜摆盘



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据各类蔬菜颜色调制成白、红、黄、绿、橘红、咖啡等颜色。
(4) 取相应的颜色制作成各类蔬菜。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

zhēng qí dòu yàn

争奇斗艳



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据各类花卉颜色调制白、黄、粉红、绿等颜色。
(4) 取相应的颜色制作成各类花卉。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

zhāo xiá yù tù

朝霞玉兔



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据兔子颜色调制相应白、粉红等颜色。
(4) 白色面团制作成兔子外形。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

pán táo shèng yàn

蟠桃盛宴



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据蟠桃颜色调制白、粉红等颜色。
(4) 取白色包裹粉红色制成蟠桃形状。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

chí táng xì shuǐ

池塘戏水



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据各类动物的颜色调制白、绿、橘红、红、黑等颜色。
(4) 绿色面团制作成青蛙外形，白色面团制作成鹅的外形，橘红色面团包捏成金鱼形状。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

hé táng wā míng

荷塘蛙鸣



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据青蛙颜色调成成绿、黑等颜色。
(4) 取绿色面团制作成青蛙外形，装点眼睛等。
(5) 取绿色面团制作成荷叶、红色面团制作成荷花。
(6) 调整成型，摆盘装饰。

cǎo yuán fēng guāng

草原风光



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据各类动物的颜色调制成白、黑、粉红、咖啡、土黄等颜色。
(4) 取相应颜色制作成各类动物造型。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

tián yuán fēng guāng

田园风光



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据各类动物、蔬菜、水果的颜色调制橘红、黄、咖啡、绿色等颜色。
(4) 取相应颜色面团制作成各类动物、蔬菜、水果造型。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

chí táng fēng guāng

池塘风光



原料 澄粉 猪油少量 食用色素

制作方法

(1) 将澄粉用沸水烫熟。
(2) 加入适量猪油揉搓成澄粉面团。
(3) 根据鹅、青蛙、荷花、荷叶的颜色调制白、橘红、绿、粉红等颜色。
(4) 取白色、绿色、粉红面团制作鹅、青蛙、荷叶、荷花等。
(5) 调整成型，摆盘装饰。

二、西式类点心



蝴蝶酥



奶黄排



泡芙



水果塔



芝士蛋糕

fǎ shì zǎo cān bǐng

法式早餐饼



原料 低筋粉100克、黄油58克、糖粉43克、蛋液33克、奶粉36克、小苏打1克、蛋卷屑适量

制作方法

(1) 将黄油、糖粉擦均。
(2) 加入蛋液朝一个方向擦匀，使颜色变淡。
(3) 将低筋粉、奶粉和小苏打用叠揉法揉成混酥面团。
(4) 将其适当擀大、擀薄，装入容器，放冰箱冷冻10分钟左右。
(5) 用模具制成圆形小块，放入烤箱烤制10分钟左右。
(6) 取出、乘热撒上蛋卷屑，装盆即可。

成品特点 香甜可口、奶香松脆

zhī shì dàn gāo

芝士蛋糕

原料 低筋粉154克、糖粉65克、黄油60克、奶油奶酪62克、盐半小匙（3克）、鸡蛋62克（约1个）、芝士36克

制作方法

(1) 将黄油、分次加入的糖粉打松发。
(2) 继续加入奶油奶酪，打至体积膨胀。
(3) 将低筋粉、盐拌入，调至均匀。
(4) 分次加入蛋液，拌匀。
(5) 入模，放入烤箱烤制10分钟左右。
(6) 撒上芝士粉，稍冷却后脱去模具。



成品特点 醇香疏松，香甜可口

hú dié sū

蝴蝶酥



原料 低筋粉320克、黄油80克、鸡蛋30克、水106克

成品特点 酥皮层次分明，香甜、酥松

制作方法

(1) 将低筋粉100克、黄油60克揉匀。
(2) 将低筋粉220克、黄油20克、水106克、鸡蛋30克揉匀。
(3) 将两块面团进行三四三叠层。
(4) 切制成双卷状，撒上白砂糖。
(5) 将成品入烤箱烤制20~25分钟左右即可。

nǎi huáng pái

奶黄排



原料 低筋粉150克、黄油80克、糖粉50克、奶粉100克、砂糖30克、吉士粉7克、鸡蛋1个、盐12克

成品特点 酥皮酥松、馅料香甜

制作方法

(1) 将黄油80克、糖粉40克擦至松发。
(2) 加入蛋液35克擦至均匀，颜色变淡。
(3) 将低筋粉150克与盐1克搅拌均匀用叠揉的方法将其揉成混酥面团。
(4) 取面团的2/3擀成厚薄均匀的面皮备用。
(5) 将奶粉、砂糖、吉士粉、鸡蛋、黄油、盐放入锅中加热搅拌成奶黄。
(6) 将奶黄平铺在面皮上，加工成细条拼搭成菱形图案。
(7) 将完成的生坯放入烤箱中烤制20~25分钟左右。
(8) 将成品在微热的状况下改刀成小块即可。

shuǐ guǒ tǎ

水果塔



成品特点 造型美观、酥皮酥松

原料 低筋粉100克、黄油50克、糖粉40克、盐1克

制作方法

(1) 将黄油、糖粉擦至松发。
(2) 加入蛋液25克擦至均匀，颜色变淡。
(3) 将低筋粉与盐搅拌均匀用叠揉的方法将其揉成混酥面团。
(4) 将面团分成小块捏入塔模，面皮底部戳几个小洞防止其凸起。
(5) 将坯放入烤箱中烤制15~20分钟左右，烤制完成后取出冷却。
(6) 将鲜奶油加糖打至中性发泡，裱入冷却的塔皮内6分满。
(7) 将准备好的水果装饰其上即可。

pào fú

泡芙



成品特点 面皮香甜松脆

原料 低筋粉60克、精制油120克、水80克、鸡蛋130克

制作方法

(1) 将精制油和水混合用小火加热至微微沸腾。
(2) 将低筋粉倒入沸腾的水油混合液中，边加热边搅拌将面粉与液体充分融合形成油面。
(3) 将油面放置案板上使其冷却。
(4) 用捏的方法将2个蛋的蛋液捏入油面中形成能自然下落的面糊。
(5) 将面糊装入裱花袋，在烤盘里整齐的裱出大小均匀的面糊。
(6) 放入烤箱烤焖。
(7) 在冷却后的泡芙中心裱入鲜奶油。

guǒ rén dàn gāo

果仁蛋糕

原料 低筋粉110克、吉士粉10克、黄油100克、糖粉90克、果仁30克、鸡蛋2个

制作方法

(1) 将黄油、糖粉擦至松发。
(2) 逐次加入蛋液擦至均匀，颜色变淡。
(3) 将低筋粉和吉士粉用叠揉的方法将其揉成面糊。
(4) 将果仁混合入面糊。
(5) 将合成的面糊放入油纸托的模具中，以八分满为宜。
(6) 放入200℃的烤箱内烤制20分钟左右，稍冷却后脱去模具即可。



成品特点 外脆里嫩、酥香可口

ōu shì bǐng gān

欧式饼干



成品特点 口感松脆、香甜

原料 低筋粉60克、黄油38克、糖粉33克、蛋液15克、奶粉3克、小苏打0.5克、可可粉10克

制作方法

(1) 将黄油、糖粉擦至松发。
(2) 加入蛋液擦至均匀，颜色变淡。
(3) 将低筋粉、奶粉和小苏打用叠揉法揉成混酥面团。
(4) 取一半的混酥面团加入可可粉按揉均匀。
(5) 将两种颜色的面团稍加叠揉，将其擀制成面片。
(6) 将其卷成粗细均匀的长条放冰箱冷冻15分钟左右。
(7) 将成型的生坯条切成厚薄均匀的小块放入烤箱烤制15分钟左右。

mǒ chá bǐng gān

抹茶饼干



原料 面粉210克、奶粉50克、糖110克、鸡蛋2个、黄油150克、抹茶粉5克

制作方法

(1) 将黄油和糖粉混合搅拌。
(2) 将鸡蛋拌入搅拌均匀。
(3) 加入面粉、奶粉混合搅拌均匀（两种颜色）。
(4) 将两种混酥面团上下叠起、卷拢。
(5) 切成直径5厘米的坯子。
(6) 入160℃烤箱烤成金黄色。

成品特点 酥香可口、香甜美味

qí pái bǐng gān

棋牌饼干



原料 面粉210克、奶粉50克、糖110克、鸡蛋2个、黄油150克、巧克力粉5克

制作方法

(1) 将黄油和糖粉混合搅拌。
(2) 将鸡蛋拌入搅拌均匀。
(3) 加入面粉、奶粉混合搅拌均匀（两种颜色）。
(4) 将两种混酥面团上下交替叠起。
(5) 切成正方形坯子。
(6) 入160℃烤箱烤成金黄色。

成品特点 酥香可口、香甜美味

mù sī dàn gāo
慕斯蛋糕

原料 蛋糕底胚1片、主题饼干适量、牛奶300克、蛋黄3个、奶油奶酪60克、细砂糖60克、动物新鲜奶油225克、鱼胶粉2小勺、冷水25克、抹茶粉适量

制作方法

(1) 将鱼胶粉装入小碗，加入冷水浸泡膨胀备用。
(2) 奶油奶酪室温软化加入细砂糖，用打蛋器打至顺滑。
(3) 边搅打奶油奶酪，边慢慢的倒入牛奶，使奶油奶酪和牛奶完全混合。
(4) 将蛋黄放入碗里，用打发至体积蓬松，加入奶品混合物、抹茶粉拌匀。
(5) 将准备好的鱼胶加入混合物中拌匀。
(6) 将动物性鲜奶油打发，加入混合物搅拌，倒入有蛋糕模具中。
(7) 放入冰箱冷藏3小时后，取出装饰即可。



成品特点 醇香疏松、香甜可口

zhòng zhī shì dàn gāo
重芝士蛋糕

原料 蛋糕底胚1片、鸡蛋2个、糖粉80克、奶油奶酪250克、牛奶80克、巧克力酱少量



成品特点 醇香疏松、香甜可口

制作方法

(1) 将奶油奶酪隔水加热软化。
(2) 将糖粉加入软化后的奶油奶酪中，搅拌均匀。
(3) 将鸡蛋逐一加入，用打蛋机搅拌均匀。
(4) 蛋液充分均匀后从热水中移出，加入鲜奶油搅拌均匀。
(5) 将混合物倒入放模具中，表面加巧克力酱，用牙签划出大理石状。
(6) 用水浴法烤制，冷却后放入冷藏冰箱4小时即。

xiān nǎi shuǐ guǒ dàn gāo

鲜奶水果蛋糕



成品特点 制品松软香甜

原料 鸡蛋250克、白砂糖55克、塔塔粉2克、低筋粉95克、糖粉30克、泡打粉1克、盐1克、精制油35克、水45克、鲜奶油和水果适量

制作方法

(1) 将鸡蛋进行分蛋分别放在两个容器中。
(2) 将塔塔粉、低筋粉、糖粉、泡打粉、盐、精制油、水加入蛋黄中，搅拌均匀。
(3) 将白砂糖加入蛋清中打发成中性发泡。
(4) 将1/3的蛋泡加入蛋黄液中拌匀。
(5) 将剩下的蛋泡继续拌入并搅匀。
(6) 将面糊倒入模具中，放入烤箱。
(7) 在冷却的蛋糕胚上，将奶油抹平，装饰上水果。

dàn gāo juǎn

蛋糕卷



成品特点 制品松软香甜

原料 鸡蛋250克、白砂糖55克、塔塔粉2克、低筋粉95克、糖粉30克、泡打粉1克、盐1克、精制油35克、水45克、鲜奶油适量

制作方法

(1) 将鸡蛋进行分蛋，分别放在两个容器中
(2) 将塔塔粉、低筋粉、糖粉、泡打粉、盐、精制油、水加入蛋黄中，搅拌均匀。
(3) 将白砂糖加入蛋清中打发成中性发泡。
(4) 将1/3的蛋泡加入蛋黄液中拌匀。
(5) 将剩下的蛋泡继续拌入并搅匀。
(6) 将面糊倒入烤盘中刮平，放入烤箱。
(7) 在冷却的蛋糕面皮上抹上鲜奶油并卷起，切成块即可。

bō luó bāo

菠萝包

原料 高筋面粉150克、奶粉25克、盐5克、细砂糖30克、鸡蛋液35克、酵母3克、水70克、黄油15克

制作方法

(1) 面团揉至扩展，28℃左右发酵一个小时左右。
(2) 将软化的黄油打发，倒入糖粉、盐、奶粉，搅拌均匀。
(3) 倒入低筋面粉，轻轻拌匀，拌至光滑不粘手（菠萝皮）。
(4) 把面团压在菠萝皮上。
(5) 由外向里的捏面团。
(6) 用小刀轻轻在菠萝皮上划出格子花纹，发酵。
(7) 放入预热好的烤箱，180℃烤15分钟左右。



香甜松脆、松软可口

liú lián pào fú

榴莲泡芙

原料 蛋液130克、低筋粉60克、精制油35克、水80克



成品特点 面皮香甜松脆

制作方法

(1) 将精制油和水混合，用小火加热至微微沸腾。
(2) 将低筋粉倒入沸腾的水油混合液中，充分搅拌形成油面。
(3) 将油面放置案板上使其冷却。
(4) 将2个蛋的蛋液捏入油面中，形成能自然下落的面糊。
(5) 将面糊装入裱花袋，在烤盘里裱出大小均匀的面糊。
(6) 放入烤箱烤焖。
(7) 在冷却后的泡芙中，裱入榴莲泥。

cǎo méi tà

草莓挞



原料 低筋粉100克、黄油50克、糖粉40克、盐1克

制作方法

(1) 将黄油、糖粉擦至松发。
(2) 加入蛋液25克擦至均匀，颜色变淡。
(3) 将低筋粉与盐搅拌均匀用叠揉的方法将其揉成混酥面团。
(4) 将面团分成小块捏入塔模，面皮底部戳几个小洞防止其凸起。
(5) 将坯放入烤箱中烤制15~20分钟左右，烤制完成后取出冷却。
(6) 将鲜奶油加糖打至中性发泡，裱入冷却的塔皮内6分满。
(7) 将准备好的水果装饰其上即可。

成品特点 造型美观、酥皮酥松

shuǐ guǒ bīng qí lín

水果冰淇淋

（芒果、香蕉）



原料 牛奶400克、白砂糖130克、蛋黄3个、动物性淡奶油250克、水果肉280克、白砂糖45克

制作方法

(1) 将牛奶、糖、蛋黄放入锅中，边搅拌边加热至糖溶化，待有沸腾迹象立即离火。
(2) 将水果肉和45克白砂糖放入粉碎机打成泥状后加入牛奶混合液中。
(3) 将动物性奶油倒入牛奶混合液中，搅拌均匀，放入冷冻冰箱。
(4) 待1小时左右将混合液搅拌均匀后继续放入冰箱冷冻。
(5) 然后每隔半小时左右取出搅拌均匀。

成品特点 果味十足、香甜纯润

qiǎo kè lì ài kè lái

巧克力艾克来

原料 蛋液130克、低筋粉60克、精制油35克、水80克、巧克力适量

制作方法

(1) 将精制油和水混合用小火加热至微微沸腾。
(2) 将低筋粉倒入沸腾的水油混合液中，充分搅拌形成油面。
(3) 将油面放置案板上使其冷却。
(4) 将2个蛋的蛋液捏入油面中，形成能自然下落的面糊。
(5) 将面糊装入裱花袋，在烤盘里裱出大小均匀的长条形面糊。
(6) 放入烤箱烤焖。
(7) 在冷却后的表面上涂上巧克力浆。



成品特点 香甜松脆、巧克力浓香

jiāo táng pào fú

焦糖泡芙



成品特点 香甜松脆、酥香可口。

原料 蛋液130克、低筋粉60克、精制油35克、水80克；糖粉52克、黄油52克、低筋粉35克

制作方法

(1) 将软化的黄油打发，倒入糖粉、盐、奶粉，搅拌均匀。
(2) 倒入低筋面粉，轻轻拌匀（酥皮）。
(3) 将精制油和水混合用小火加热至微微沸腾。
(4) 将低筋粉倒入沸腾的水油混合液中，充分搅拌形成油面。
(5) 将2个蛋的蛋液捏入油面中，并将面糊装入裱花袋，均匀裱出面糊。
(6) 将酥皮涂黏于面糊上，再入烤箱烤焖。

yáng jiǎo bāo

羊角包

原料 高筋面粉240克　低筋面粉60克、水120毫升、奶油30克、酵母7克、砂糖20克、食盐5克、鸡蛋黄1个



成品特点 香甜松脆、层次清晰

制作方法

(1) 两种面粉混合，加入白糖、盐、软化好的奶油，混合材料均匀的揉成团。
(2) 静置20分钟后，拿出面团轻揉，静置二次发酵，将面团擀成长片状。
(3) 用刀将面片切成长条状，沿长方形的对角线切成两个三角形。
(4) 在底边垂直的切口，底角往上卷起，由上往下的卷起。
(5) 刷上蛋液进烤箱180℃约20分钟。

liú lián sū

榴莲酥

原料 油酥面团、起酥油

制作方法

(1) 将酥皮油包入水油面中，锁边封口。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复两次。
(3) 将油酥面皮擀成厚薄一致的长方形面皮。
(4) 用刀切成正方形皮坯。
(5) 中间放入榴莲泥，对折。
(6) 放入200℃烤箱，烤成金黄色后再装盘。



成品特点 香甜松脆、层次清晰

líng xíng sū

菱形酥

原料 油酥面团、起酥油

制作方法

(1) 将酥皮油包入水油面中，锁边封口。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复两次。
(3) 将油酥面皮擀成厚薄一致的长方形面皮。
(4) 用刀切成正方形皮坯，再对侧深划两刀。
(5) 沿开口处对边翻转，中间放入芒果泥。
(6) 放入200℃烤箱，烤成金色黄色后再装盘。



成品特点 香甜松脆、层次清晰

fēng chē sū

风车酥



成品特点 香甜松脆、层次清晰

原料 油酥面团 、起酥油

制作方法

(1) 将酥皮油包入水油面中，锁边封口。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复两次。
(3) 将油酥面皮擀成厚薄一致的长方形面皮。
(4) 用刀切成正方形皮坯，四角深划四刀。
(5) 提起间隔四角，朝中间沾蛋液捏牢。
(6) 放入200℃烤箱，烤成金黄色后再装盘。

三、油酥类点心



凤眼酥



海棠酥



糖果酥



菌菇酥



葫芦酥

fèng yǎn sū

凤眼酥



成品特点 鲜香松脆、层次清楚

原料 油酥面团（卷酥工艺）、莲蓉馅

制作方法

(1) 将干油面包入水油面中，收口成圆型。
(2) 然后将油酥面团擀制成长方型，叠被一折三，擀成长方形，反复重复三次。
(3) 最后一次将面皮卷起，卷紧成长条，切成剂子，制皮。
(4) 将酥层清晰的部分朝外。
(5) 放入馅心，包捏成卷圆状，开口。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，装盘。

hǎi táng sū

海棠酥



成品特点 鲜香松脆、层次清楚

原料 油酥面团（卷酥工艺）、莲蓉馅

制作方法

(1) 将干油面包入水油面中，收口成圆型。
(2) 然后将油酥面团擀制成长方型，叠被一折三，擀成长方形，反复重复三次。
(3) 最后一次将面皮卷起，卷紧成长条，切成剂子，制皮。
(4) 将酥层清晰的部分朝外。
(5) 放入馅心，包捏成海棠花状。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，装盘。

chán sū

蝉酥



成品特点 鲜香松脆、层次清楚

原料 油酥面团（卷酥工艺）、萝卜等蔬菜馅

制作方法

(1) 将干油面包入水油面中，收口成圆型。
(2) 然后将油酥面团擀制成长方型，叠被一折三，擀成长方形，反复重复三次。
(3) 最后一次将面皮卷起，卷紧成长条，切成剂子，制皮。
(4) 将酥层清晰的部分朝外。
(5) 放入馅心，包捏成海蚕蛹状。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，装盘。

xiāng yù sū

香芋酥



成品特点 松香酥脆、层次清晰

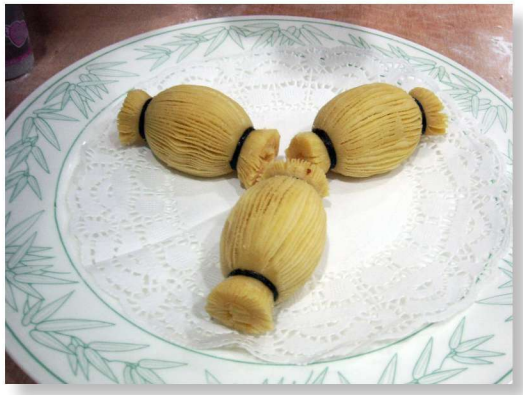
原料 油酥面团（卷酥工艺）、香芋馅心

制作方法

(1) 将干油面包入水油面中，收口成圆型。
(2) 制作油酥面皮（二次三折）切成正方形小块。
(3) 最后一次将面皮卷起，卷紧成长条，切成剂子，制皮。
(4) 将酥层清晰的部分朝外。
(5) 放入馅心，包捏成圆形成香芋形状。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，装盘。

táng guǒ sū

糖果酥



成品特点 鲜香松脆、层次清楚

原料 油酥面团（排酥工艺）、果仁馅心

制作方法

(1) 将干油面包入水油面中，收口成圆型。
(2) 然后将油酥面团擀制成长方型，叠被一折三，擀成长方形，反复重复三次。
(3) 将面团切成均匀长方形状，擀薄，刷上蛋液叠起、压牢，制作成排酥面团。
(4) 放入馅心，包捏成糖果状，在两侧用海苔卷边。
(5) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，装盘。

jūn gū sū

菌菇酥



成品特点 鲜香松脆、层次清楚

原料 油酥面团（排酥工艺）、杏鲍菇等馅心

制作方法

(1) 将干油面包入水油面中，收口成圆型。
(2) 然后将油酥面团擀制成长方型，叠被一折三，擀成长方形，反复重复三次。
(3) 将面团切成均匀长方形状，擀薄，刷上蛋液叠起、压牢，制作成排酥面团。
(4) 放入馅心，包捏成三角形。
(5) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，装盘。

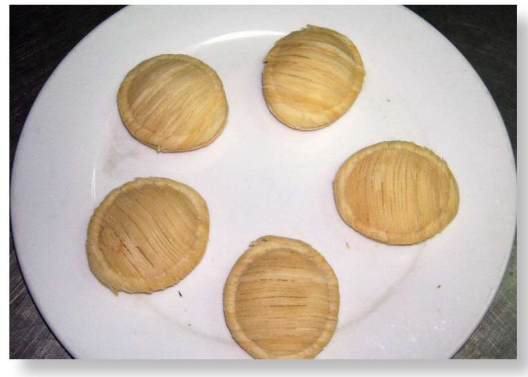
bào yú sū

鲍鱼酥

原料 油酥面团（排酥工艺）、小鲍鱼、杏菇馅心

制作方法

(1) 将干油面包入水油面中，收口成圆型。
(2) 然后将油酥面团擀制成长方型，叠被一折三，擀成长方形，反复重复三次。
(3) 将面团切成均匀长方形状，擀薄，刷上蛋液叠起、压牢，制作成排酥面团。
(4) 放入馅心，包拢。用模具压成鲍鱼状。
(5) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，装盘。



成品特点 鲜香松脆、层次清楚

shàn bèi sū

扇贝酥

原料 油酥面团（排酥工艺）、蛤蜊等馅心



成品特点 鲜香松脆、层次清楚

制作方法

(1) 将干油面包入水油面中，收口成圆型。
(2) 然后将油酥面团擀制成长方形，叠被一折三，擀成长方形，反复重复三次。
(3) 将面团切成均匀长方形状，擀薄，刷上蛋液叠起、压牢，制作成排酥面团。
(4) 放入馅心，包拢，用模具压成扇贝状。
(5) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，装盘。

hú lu sū

葫芦酥



原料 油酥面团（排酥工艺）、椒盐馅

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面中，锁边封口。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮切成5厘米宽长方形状，喷水叠起、压牢。
(4) 用刀斜切成薄片，酥层向上擀薄。
(5) 放入椒盐馅心，包捏成葫芦状。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，装盘。

成品特点 鲜香松脆、层次清晰

méi huā sū

梅花酥



原料 油酥面团（卷酥工艺）、五仁馅

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面中，收口成圆型。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮擀制长约45厘米，从上往下卷拢。
(4) 用刀切成横截面为圆形的面坯。
(5) 放入五仁馅心，包、捏、剪成梅花状。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，装盘。

成品特点 香甜松脆、层次清晰。

原料 油酥面团（排酥工艺）、蟹粉虾仁馅

tiān é sū

天鹅酥

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面中，锁边封口。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮切成5厘米宽长方形状，喷水叠起、压牢。
(4) 用刀斜切成薄片，酥层向上擀薄。
(5) 放入蟹粉虾仁馅，包捏成天鹅状，底部沾捏上芝麻。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，点缀装盘。



成品特点 鲜香松脆、层次清晰

mù guā sū

木瓜酥

原料 油酥面团（排酥工艺）、木瓜馅



成品特点 香甜松脆、层次清晰

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面中，锁边封口。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮切成5厘米宽长方形状，喷水叠起、压牢。
(4) 用刀斜切成薄片，酥层向上擀薄。
(5) 放入木瓜馅，包捏成长条形，底部沾捏上芝麻。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，点缀装盘。

liú lián sū

榴莲酥

原料 油酥面团（小包酥工艺）、榴莲馅



成品特点 香甜松脆、层次清晰

制作方法

(1) 将12克干油酥包入18克水油面中，收口搓成椭圆。
(2) 将其擀制成长方形，从上往下卷拢。
(3) 将其叠被一折三，略擀大成圆形。
(4) 放入榴莲馅，包捏成椭圆形，剪成榴莲状。
(5) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，点缀装盘。

xiù qiú sū

绣球酥

原料 油酥面团（排酥工艺）、巧克力馅



成品特点 香甜松脆、层次清晰

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面中，锁边封口（准备两种颜色油酥面团）。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮切成5厘米宽长方形状，喷水叠起、压牢。
(4) 用刀斜切成薄片，酥层向上擀薄，切成小条。
(5) 两种颜色长条交替排列，并包入馅心，收口。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，点缀装盘。

xiāng jiāo sū

香蕉酥



成品特点 香甜松脆、层次清晰

原料 油酥面团（直酥工艺）、香蕉

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面（黄色）中，收口成圆型。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮擀制长约45厘米，从上往下卷拢。
(4) 切成圆形横截面，再对切成酥层直型面坯。
(5) 放入香蕉泥馅心，包捏成椭圆形，沾上芝麻。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，装盘。

máng guǒ sū

芒果酥



成品特点 香甜松脆、层次清晰

原料 油酥面团（排酥工艺）、芒果馅

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面中，锁边封口。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮切成5厘米宽长方形状，喷水叠起、压牢。
(4) 用刀斜切成薄片，酥层向上擀薄。
(5) 放入芒果馅，包捏成长条形，底部沾上芝麻。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，点缀装盘。

bō luó sū

菠萝酥



成品特点 香甜松脆、层次清晰

原料 油酥面团（排酥工艺）、菠萝馅

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面中，锁边封口。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮切成5厘米宽长方形状，喷水叠起、压牢。
(4) 用刀斜切成薄片，酥层向上擀薄。
(5) 包入菠萝馅，捏成长锥形。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色，点缀装盘。

jīn chán sū

金蝉酥



成品特点 鲜咸松脆、层次清晰

原料 油酥面团（排酥工艺）、海鲜馅

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面中，锁边封口。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮切成5厘米宽长方形状，喷水叠起、压牢。
(4) 用刀斜切成薄片，酥层向上擀薄。
(5) 包入海鲜馅，捏成椭圆形。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色，点缀装盘。

hēi tiān é sū

黑天鹅酥

原料 油酥面团（排酥工艺）、蟹粉馅

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面（黑）中，锁边封口。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮切成5厘米宽长方形状，喷水叠起、压牢。
(4) 用刀斜切成薄片，酥层向上擀薄。
(5) 包入蟹粉馅，捏成天鹅身型。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，装点摆盘。



成品特点 鲜咸松脆、层次清晰

bái tiān é sū

白天鹅酥

原料 油酥面团（排酥工艺）、核桃仁馅



成品特点 香甜松脆、层次清晰

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面中，锁边封口。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮切成5厘米宽长方形状，喷水叠起、压牢。
(4) 用刀斜切成薄片，酥层向上擀薄。
(5) 包入蟹粉馅，捏成天鹅身型。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，装点摆盘。

pí pa sū

枇杷酥

原料 油酥面团（直酥工艺）、枇杷泥



成品特点 香甜松脆、层次清晰

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面中，收口成圆型。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮擀制长约45厘米，从上往下卷拢。
(4) 切成圆形横截面，再对切成酥层直型面坯。
(5) 放入枇杷泥馅心，包、捏成枇杷形状。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，装盘。

zhú sǔn sū

竹笋酥

原料 油酥面团（排酥工艺）、三丁馅

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面中，锁边封口。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮切成5厘米宽长方形状，喷水叠起、压牢。
(4) 用刀斜切成薄片，酥层向上擀薄，切成小条。
(5) 将长条交替排列，包入馅心，捏成笋状。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，点缀装盘。



成品特点 香甜松脆、层次清晰

原料 油酥面团（排酥工艺）、莲蓉馅

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面中，锁边封口。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮切成5厘米宽长方形状，喷水叠起、压牢。
(4) 用刀斜切成薄片，酥层向上擀薄，切成小条。
(5) 将长条交替排列，并包入馅心，对折。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，点缀装盘。

tí bāo sū
提包酥



成品特点 香甜松脆、层次清晰

píng guǒ sū
苹果酥

原料 油酥面团（卷酥工艺）、苹果馅



成品特点 香甜松脆、层次清晰

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面中，收口成圆型。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮擀制长约45厘米，从上往下卷拢。
(4) 用刀切成横截面为圆形的面坯。
(5) 放入苹果泥馅心，包、捏成苹果形状。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，装盘。

hé zi sū

盒子酥

原料 油酥面团（卷酥工艺）、五仁凤梨馅



成品特点 香甜松脆、层次清晰

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面中，收口成圆型。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮擀制长约45厘米，从上往下卷拢。
(4) 用刀切成横截面为圆形的面坯，擀成圆形。
(5) 放入五仁馅心，两面皮合拢，圆形锁边。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，装盘。

méi mao sū

眉毛酥

原料 油酥面团（卷酥工艺）、三丝馅



成品特点 鲜咸松脆、层次清晰

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面中，收口成圆型。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮擀制长约45厘米，从上往下卷拢。
(4) 用刀切成横截面为圆形的面坯，擀成圆形。
(5) 放入三丝馅心，半圆形锁边。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，装盘。

原料 油酥面团（直酥工艺）、萝卜丝火腿

xuān huà sū

宣化酥



成品特点 香甜松脆、层次清晰

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面中，收口成圆型。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮擀制长约45厘米，从上往下卷拢。
(4) 切成圆形横截面，再对切成酥层直型面坯。
(5) 放入莲子泥馅心，包、捏成莲圆形状。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，装盘。

lán huā sū

兰花酥



成品特点 鲜香松脆、层次清晰。

原料 油酥面团（半暗酥工艺）

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面中，收口成圆型。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮擀成厚薄一致的长方形面皮。
(4) 用刀切成正方型皮坯，两角处深划两刀。
(5) 将左右两角直起对捏，接口处涂水粘牢。
(6) 放入油锅，炸至花瓣层次清晰，点缀装盘。

lǐng jié sū

领结酥



成品特点 香甜松脆、层次清晰

原料 油酥面团 、起酥油

制作方法

(1) 将酥皮油包入水油面中，锁边封口。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复两次。
(3) 将油酥面皮擀成厚薄一致的长方形面皮。
(4) 用刀斜切成3厘米小片，中间深划一刀。
(5) 沿中间开口处翻转，调整摆放。
(6) 放入200℃烤箱，烤成金黄色装盘。

lián ǒu sū

莲藕酥



成品特点 香甜松脆、层次清晰。

原料 油酥面团（直酥工艺）、莲子泥

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面中，收口成圆型。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮擀制长约45厘米，从上往下卷拢。
(4) 切成圆形横截面，再对切成酥层直型面坯。
(5) 放入莲子泥馅心，包、捏成莲藕形状。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，装盘。

原料 油酥面团（排酥工艺）、枣泥馅

lín bāo sū

拎包酥



成品特点 香甜松脆、层次清晰

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面中，锁边封口。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮切成5厘米宽长方形状，喷水叠起、压牢。
(4) 用刀斜切成薄片，酥层向上擀薄。
(5) 并包入枣泥馅心，对折，两侧粘上芝麻。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，点缀装盘。

tuǒ yuán sū

椭圆酥



成品特点 香甜松脆、层次清晰

原料 油酥面团（直酥工艺）、核桃仁馅

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面中，锁边封口。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮切成5厘米宽长方形状，喷水叠起、压牢。
(4) 用刀斜切成薄片，酥层向上擀薄。
(5) 并包入核桃仁馅心，包捏成椭圆形。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，点缀装盘。

lián huā sū

莲花酥

原料 油酥面团（卷酥工艺）、豆沙



成品特点 鲜香松脆、层次清晰

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面中，收口成圆型。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮擀制长约45厘米，从上往下卷拢。
(4) 用刀切成横截面为圆形的面坯，光洁处擀皮。
(5) 放入莲子泥馅心，包成圆形，轻划划六刀。
(6) 放入油锅，炸至花瓣层次清晰，点缀装盘。

yuān yang sū

鸳鸯酥

原料 油酥面团（卷酥工艺）、三丝馅

制作方法

(1) 将干油酥包入水油面中，收口成圆型。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复一次。
(3) 将油酥面皮擀制长约45厘米，从上往下卷拢。
(4) 用刀切成横截面为圆形的面坯，擀成圆形皮两张。
(5) 放入枣泥和莲蓉馅心，两半圆形对齐，圆形锁边。
(6) 放入油锅，炸至金黄色捞出，点缀装盘。



成品特点 香甜松脆、层次清晰。

zhī ma sū

芝麻酥

原料 油酥面团、起酥油、芝麻核桃馅

制作方法

(1) 将起酥油包入水油面中，收口成圆型。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄，重复两次。
(3) 用圆形模具印压成圆形面坯。
(4) 包入芝麻核桃馅，对折。
(5) 表面涂上蛋液，粘上芝麻。
(6) 放入油锅中，炸至金黄色捞出，装盘。



成品特点 甜香松脆、层次清晰

kāi kǒu sū

开口酥

原料 面粉、糖、麦芽糖、油、泡打粉、鸡蛋、白芝麻



成品特点 甜香松脆、口感酥香

制作方法

(1) 将糖、麦芽糖、油、鸡蛋搅拌调匀。
(2) 将面粉、泡打粉拌入上述面糊中。
(3) 将面糊包捏成团，切成小剂。
(4) 将剂子搓成圆球形，滚上芝麻。
(5) 放入油锅中，翻动至表面开口，颜色呈金黄色。

四、其他类点心



翡翠叶子团



白糖莲蓉糕



枣泥印糕



椒香叉烧饼



椰丝糯米糍

fù guì xiāng fēi bǐng

富贵香妃饼

原料 低筋面粉300克、黄油90克、鸡蛋1个、速溶椰子粉18克、奶粉20克、糖粉76克、椰蓉100克



成品特点 椰香、酥脆可口

制作方法

(1) 将低筋面粉筛好，准备好的奶粉、椰子粉放进去拌匀。
(2) 将糖粉、黄油、鸡蛋搓化搓匀。
(3) 将上述两项混合成面团，分成若干剂子。
(4) 包入椰蓉馅心，按扁成扁圆形、用刀在中间刮数下。
(5) 将涂上蛋液，以170℃左右烤15分钟或至金黄色。
(6) 出炉后放于架上冷却，撒上椰丝。

jiāo xiāng chā shāo bǐng

椒香叉烧饼

原料 黄油150克、糖粉90克、全蛋30克、低筋粉300克、椒盐叉烧馅

制作方法

(1) 将面粉加入黄油擦成面团。
(2) 将面粉加水，加入鸡蛋揉成面团。
(3) 将上述两项进行包拢锁边，进行叠面制作，并冷冻数分钟。
(4) 并将冷冻好的面块切成薄片，包入椒盐叉烧馅，卷起。
(5) 将卷状生坯涂上蛋液、撒上芝麻。
(6) 入炉烘烤150℃烘烤12~15分钟。



成品特点 椒香酥脆、口感细腻

yē sī nuò mǐ cí

椰丝糯米糍

原料 糯米粉65克、澄粉180克、糖50克、豆沙100克、椰黄250克



制作方法

(1) 先用80℃的热水将澄粉烫熟。
(2) 加入少量猪油将澄粉面团揉透。
(3) 将糯米粉加入糖粉用温水揉成团。
(4) 将糯米团和澄粉面团一起揉成团。
(5) 下剂包入豆沙馅心成团，放入开水锅中煮熟后。
(6) 滚上椰丝粉，成型放入纸托中，装饰出盘。

成品特点 口感柔软、香糯

nǎi xiāng mián hua bāo

奶香棉花包

原料 面粉250克、糖粉150克、猪油40克、牛奶180克、泡打粉10克、醋10克



制作方法

(1) 将面粉、糖粉、猪油、泡打粉，依次放入容器中。
(2) 倒入牛奶，开始搅拌。
(3) 搅拌至看不见颗粒状为止。
(4) 倒入白醋，再次搅拌均匀，成糊状。
(5) 装入器皿中，上笼蒸12分钟，至熟。

成品特点 口感松软、甜香

bái táng lián róng gāo

白糖莲蓉糕

原料 粘米粉25克、风车粉25克、糯米粉100克、白糖100克、莲子泥150克



制作方法

(1) 将原料和成糊状。
(2) 放入盘内蒸半个小时至熟。
(3) 冷却后切成小件。
(4) 进行平面装饰。

成品特点 口感柔软、香糯

原料 鲜鸡蛋黄100克、白莲蓉250克
皮坯原料：糯米粉65克、粘米粉180克、糖50克、抹茶粉10克

fěi cuì yè zi tuán

翡翠叶子团

制作方法

(1) 咸蛋黄煮熟压碎与莲蓉拌匀成馅心。
(2) 糯米粉、粘米粉、糖、抹茶粉拌匀倒在布上，上笼蒸熟。
(3) 乘热揉匀、下剂25克放入馅心15克，捏成叶子状即可装盘。



成品特点 形态美观、口感软糯

原料 鸡蛋2个、面粉100克、油适量

制作方法

(1) 将鸡蛋调匀拌入面粉、揉搓成面团。
(2) 将面团擀成均匀的面皮。
(3) 将面皮切成大小不一的长方形面皮。
(4) 从下往下以此叠成金字塔形，并横向切成生坯。
(5) 放入油中炸至金黄色。

bào xuě dà jú huā

暴雪大菊花



成品特点 甜中带咸、口感香脆

zǎo ní yìn gāo

枣泥印糕



成品特点 软糯香甜

原料 红豆蓉100克、糯米粉100克 、枣蓉泥

制作方法

(1) 将红豆蓉、糯米粉加水混合成面团。
(2) 均匀分成30克一个的剂子，包入馅心15克，用印模压出外形。
(3) 上笼蒸制数分钟即可。

qī céng nuò mǐ gāo

七层糯米糕

原料 糯米粉400克、绵白糖280克、水400克、可可粉3克



制作方法

(1) 将糯米粉、糖混合，逐步加水调和。
(2) 取一点面浆，放入可可粉拌匀。
(3) 分成两个容器，两种颜色面浆。
(4) 蒸笼水烧开，取一方形容器置于上方。
(5) 将一勺白色面浆倒入容器，蒸熟。
(6) 再倒入可可颜色面浆，蒸熟，交替7次。
(7) 取出切成菱形，摆盘装饰。

成品特点 香甜飘逸，糯润可口

yǎng shēng hóng zǎo gāo

养生红枣糕

原料 糯米300克、绵白糖210克、水250克、红枣泥80克

制作方法

(1) 将糯米粉、糖混合，逐步加水调和。
(2) 取一点面浆，放入红枣泥拌匀。
(3) 分成两个容器，两种颜色面浆。
(4) 蒸笼水烧开，取一方形容器置于上方。
(5) 将一勺枣泥色面浆倒入容器，蒸熟。
(6) 再倒入白色面浆，蒸熟，交替3次。
(7) 取出切成菱形，摆盘装饰。



shuǐ jīng guǒ shū jiǎo

水晶果蔬饺

原料 澄粉300克、生粉30克、果蔬200克

制作方法

(1) 将澄粉、生粉拌匀，用热水拌成澄粉面团。
(2) 将面团搓成长条，厚薄至均匀。
(3) 用刀切成小剂，用刀背压成面皮。
(4) 包入果蔬馅心，捏成四边形状。
(5) 上笼蒸制8分钟即可。



成品特点 鲜咸爽滑、口感细腻

sān sè shuǐ jīng jiǎo

三色水晶饺



成品特点 鲜咸爽滑、口感细腻

原料 澄粉300克、生粉30克、虾仁馅心200克

制作方法

(1) 将澄粉、生粉拌匀，用热水拌成澄粉面团。
(2) 将面团搓成长条，厚薄至均匀。
(3) 用刀切成小剂，用刀背压成面皮。
(4) 包入馅心，捏成一品饺子状，点缀。
(5) 上笼蒸制8分钟即可。

shuǐ jīng xiā jiǎo huáng

水晶虾饺皇

原料 澄粉300克、生粉30克、虾仁馅心200克



制作方法

(1) 将澄粉、生粉拌匀，用热水拌成澄粉面团。
(2) 将面团搓成长条，厚薄至均匀。
(3) 用刀切成小剂，用刀背压成面皮。
(4) 包入虾仁馅心，捏花纹。
(5) 上笼蒸制8分钟即可。

成品特点 皮坯晶莹剔透、爽滑、汤清、味鲜

jiā xiāng hóng shǔ jiǎo

家乡红薯角

原料 糯米粉110克、红薯泥30克、熟澄粉团25克、糖、猪油各25克，水适量

制作方法

(1) 将红薯、黄油炒制成馅心待用。
(2) 将糯米粉、澄粉、糖粉、红薯泥加冷水成团。
(3) 掺入猪油擦匀成团。
(4) 取一小20克小件，包入红薯馅，包捏成型。
(5) 将包好的团子入低油温汆炸成熟，出锅。



成品特点 松软甜香、糯软爽口。

pú shì dàn tà

葡式蛋挞

原料 水油酥面团320克、起酥油160、蛋挞水200克

制作方法

(1) 将酥皮油包入水油酥面团中，锁边封口。
(2) 将面团擀制成长方形，叠被一折三擀薄（两次）。
(3) 将油酥面皮擀成厚薄一致的长方形面皮。
(4) 用模具扣出圆形皮坯。
(5) 入蛋挞模，倒入蛋挞水。
(6) 放入烤箱，烤制成熟。



成品特点 香脆可口、甜嫩滑润

nuò mǐ luó bo tuán

糯米萝卜团



成品特点 香脆可口、糯润爽滑

原料 胡萝卜泥250克、熟糯米100克、澄粉100克，枣泥馅200克

制作方法

(1) 将胡萝卜泥、糯米混合成团。
(2) 澄粉加水混合成澄面团。
(3) 两面团混合摘分成小剂。
(4) 包入馅心搓捏成胡萝卜状。
(5) 入油锅，汆熟出锅。

dōng cài bāo

冬菜包

原料 面粉200克、酵母粉3克，泡打粉4克、冬菜120克



制作方法

(1) 面粉、酵母、泡打粉等加水拌匀成团。
(2) 将膨松面团分成若干小件。
(3) 取一小件包入冬菜馅
(4) 包捏成包子状。
(5) 上笼蒸制数分钟即可。

成品特点 洁白松软、鲜咸可口

原料 猪油25克、面粉130克、澄粉20克、糖粉75克、泡打粉6克、白醋6克、牛奶90克、玉米粒50克

xiān nǎi yù mǐ bēi

鲜奶玉米杯

制作方法

(1) 面粉、澄粉开成窝形加糖、水均匀。
(2) 加入泡打粉、白醋拌匀。
(3) 再加玉米粒拌入，搅拌均匀。
(4) 放入纸托内，抖松匀称。
(5) 上笼蒸制10分钟即可。



成品特点 洁白松软、口感细腻

qiū yè jiān bāo

秋叶煎包

原料 面粉200克、酵母粉3克，泡打粉4克、海鲜馅120克

制作方法

(1) 面粉、酵母、泡打粉等加水拌匀成团。
(2) 将膨松面团分成若干小件。
(3) 取一小件擀皮，包入海鲜馅。
(4) 包捏成秋叶状，收口成型。
(5) 煎制一面金黄，加水闷熟即可。



成品特点 洁白松软、鲜咸可口

liǔ yè bāo

柳叶包



成品特点 洁白松软、香甜可口

原料 面粉100克、玉米粉50克、酵母3克、泡打粉4克、奶黄120克

制作方法

(1) 面粉、酵母、泡打粉等加水拌匀成团。
(2) 将膨松面团分成若干小件。
(3) 取一小件擀皮，包入奶黄1馅。
(4) 包捏成柳叶叶状，收口成型。
(5) 上笼蒸熟，出锅。

luó hàn chā shāo bāo

罗汉叉烧包

原料 面粉160克、老高500克、糖粉150克、泡打粉15克、臭粉3克、猪油3克
叉烧馅200克



成品特点 洁白松软、鲜咸美味

制作方法

(1) 将臭粉、猪油拌匀。
(2) 将糖粉和热水搅拌加上老高拌匀。
(3) 将上述两项混合，拌入面粉、泡打粉搅拌。
(4) 将面团分成25克左右的剂子，包入15克馅心。
(5) 上笼直接蒸15分钟即可。

原料 面粉200克、酵母粉3克，泡打粉4克、豌蓉馅120克

wān róng cì wei bāo

豌蓉刺猬包

制作方法

(1) 面粉、酵母、泡打粉等加水拌匀成团。
(2) 将膨松面团分成若干小件。
(3) 取一小件包入豌蓉馅。
(4) 包捏成圆形，用剪刀剪成刺猬状。
(5) 上笼蒸制数分钟即可。



成品特点 洁白松软、香甜可口

yuè jì bāo

月季包

原料 膨松面团300克、豆沙馅120克

制作方法

(1) 将膨松面团分成若干小件，取一小件包入豆沙搓成小球状。
(2) 将面剂压扁成花片状。
(3) 逐一由内向外包拢成月季花形状。
(4) 上笼蒸制至成熟。



成品特点 洁白松软、形如月季

yù tù bāo

玉兔包



原料 膨松面团300克、莲蓉馅120克

制作方法

(1) 膨松面团揉面，下剂为30克左右。
(2) 包入15克莲蓉馅，包成玉兔形状
(3) 上笼蒸制至成熟。

成品特点 洁白松软、形如玉兔

yú chì guàn tāng jiǎo

鱼翅灌汤饺

原料 面粉250克、蛋清35克、水90克、鱼翅皮冻馅300克



制作方法

(1) 制作皮冻馅心放入冰箱冷藏待用。
(2) 将面粉蛋清等原料混合制作成面团。
(3) 将面团搓条下剂20克一个剂子。
(4) 擀皮包馅50克，捏成月牙状。
(5) 放入鱼翅高汤内炖熟出锅。

成品特点 香咸润滑、鲜嫩可口

huái ān tāng bāo

淮安汤包

原料 高筋面粉250克、蛋清35克、水90克、皮冻馅300克

制作方法

(1) 制作皮冻馅心放入冰箱冷藏待用。
(2) 将面粉蛋清等原料混合制作成面团。
(3) 将面团搓条下剂20克一个剂子。
(4) 擀皮包馅50克一个馅心。
(5) 放入小蒸笼，蒸10分钟即可。



成品特点 香咸润滑、鲜嫩可口

原料 面粉200克、酵母粉3克、泡打粉4克、牛肉馅120克

jiān bāo

煎包

制作方法

(1) 面粉、酵母、泡打粉等加水拌匀成团。
(2) 将膨松面团分成若干小件。
(3) 取一小件擀皮，包入海鲜馅。
(4) 包捏成扁圆形，收口成型。
(5) 煎制两面金黄，加水闷熟出锅。



成品特点 洁白松软、香甜可口

yuè yá jiǎo

月牙饺

原料 面粉100克、热水50克、鲜肉馅心100克



成品特点 鲜咸皮嫩、爽滑可口

制作方法

(1) 面粉加热水拌匀、揉搓成团。
(2) 将水调面团搓条下剂10克。
(3) 擀成厚薄一致的圆形面皮。
(4) 放入10克馅心，捏边月牙形。
(5) 上笼蒸制10分钟即可。

zǐ shǔ nǎi lào qiú

紫薯奶酪球

原料 糯米粉125克、澄粉50克、紫薯奶酪馅100克、芝麻适量



制作方法

(1) 将糯米粉、澄粉、糖粉加冷水调制成团。
(2) 掺入猪油搓至均匀成团。
(3) 取一小20克小件，包入馅心，包捏成型。
(4) 将包好的团子滚上芝麻。
(5) 入低油温汆炸成熟即可。

成品特点 松软鲜香、糯软爽口

zhī ma chūn juǎn

芝麻春卷

原料 春卷皮200克、韭黄肉丝馅300克、芝麻少许

制作方法

(1) 面粉加水调制成春卷皮。
(2) 韭黄、肉丝炒熟成馅心待用。
(3) 取一春卷皮包入馅心，折成长方形状。
(4) 撒上少许芝麻。
(5) 用少许油煎制成熟。



成品特点 金黄松软、香嫩可口

shuāng wèi xiè ké huáng

双味蟹壳黄

原料 面粉200克、猪油55克、虾仁馅、蟹粉馅各100克、芝麻少许

制作方法

(1) 100克面粉加水、酵母调制成水油面。
(2) 100克面粉加猪油调制成干油酥。
(3) 混合成发面油酥面团，取一小剂。
(4) 包入双味馅心，按扁撒芝麻。
(5) 入烤箱至熟。



成品特点 香鲜松脆、鲜咸可口

zǐ shǔ nǎi lào qiú

紫薯奶酪球



成品特点 口感柔软、香糯润滑

原料 糯米粉165克、澄粉80克、糖50克、紫薯馅250克

制作方法

(1) 澄粉用热水烫熟。
(2) 加入少量猪油将澄粉面团揉透。
(3) 将糯米粉加入糖粉用温水揉成团。
(4) 将糯米团、澄面团、少量紫薯泥一起揉成团。
(5) 下剂包入紫薯馅成团，放入开水锅中煮熟后。
(6) 滚上椰丝，放入纸托，装饰上席。

fú lù gāo tuán

福禄糕团

原料 粳米200克、糯米粉200克、枣泥、莲蓉馅各200克、椰浆等适量



制作方法

(1) 粳米、糯米粉过筛。
(2) 加水、椰浆等和成面团。
(3) 取面团小件，包入馅心搓圆。
(4) 入模成各种造型。
(5) 脱模入蒸笼，出锅。

成品特点 松软香甜、吃口香糯

huā sè bǐng gān

花色饼干

原料 黄油160克、糖粉60克、面粉240克、奶粉40克、鸡蛋2克

制作方法

(1) 黄油、糖粉、鸡蛋混合搅拌均匀。
(2) 加入面粉、奶粉搅拌均匀。
(3) 取模具，装入上述原料。
(4) 脱模，调整造型。
(5) 入烤箱至熟即可。



成品特点 香甜松脆、松脆可口

gǎng shì hóng dòu gāo

港式红豆糕

原料 红豆100克、糯米粉200克、樱粟粉50克糖、椰浆等适量

制作方法

(1) 将糯米粉、红豆加水蒸熟冷却。
(2) 糯米粉、樱粟粉和椰浆蒸熟冷却。
(3) 用模具扣成椭圆形。
(4) 分别脱模，双层摆放。
(5) 调整装饰，上席。



成品特点 香糯可口、鲜咸美味

shuǐ jīng bǐng

水晶饼



成品特点 吃口柔软、香糯润滑

原料 澄粉300克、生粉30克、枣泥馅心200克

制作方法

(1) 将澄粉、生粉拌匀，让如热水拌成澄粉面团。
(2) 将面团搓成长条，厚薄至均匀。
(3) 用刀切成小剂，搓圆。
(4) 包入馅心，放入模具，轻按脱模。
(5) 上笼蒸制8分钟即可。

mā jiàng bǐng

麻酱饼

原料 面粉各200克、精制油25克、酵母等



成品特点 香脆可口、鲜咸美味

制作方法

(1) 将80克面粉揉搓成膨松面团。
(2) 将120克面粉加油、水揉搓成水油面。
(3) 两块面团混合揉搓，擀成长皮。
(4) 涂上芝麻酱、麻油、小茴香等卷拢。
(5) 摘成小剂，擀圆，涂蛋清、撒芝麻。
(6) 入烤箱烤熟即可。

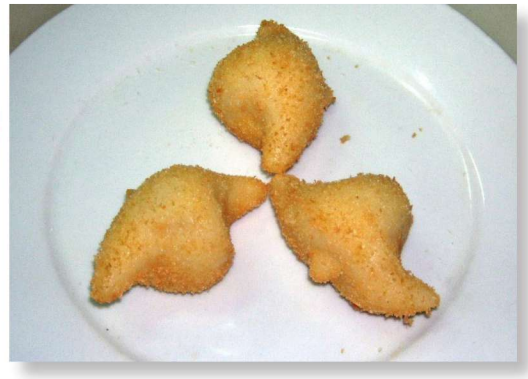
xiàng shēng xiāng líng jiǎo

像生香菱角

原料 澄粉、土豆粉各100克、鸡蛋1个、咖喱虾仁馅100克、面包糠适量

制作方法

(1) 将土豆粉、澄粉放入盛器内用沸水调成薯类面团。
(2) 面团下成小剂，包入馅心。
(3) 包捏成菱形。
(4) 抹上蛋液、粘上面包糠
(5) 入油锅炸成淡金黄，出锅。



成品特点 形似菱角，皮脆为鲜

dàn huáng qiān céng gāo

蛋黄千层糕

原料 面粉250克、糖粉250克、猪油50克、咸蛋黄5只、酵母5克、泡打粉3克、水200克。

制作方法

(1) 面粉、酵母、泡打粉与水调制成团，咸蛋黄切粒备用。
(2) 将面团擀成长方形，涂上猪油、撒上白砂糖、咸蛋黄颗粒。
(3) 一折四成四方形，压擀成2厘米。
(4) 入蒸笼蒸制20分钟。
(5) 冷却切成小件装饰上席。



成品特点 松软香甜、吃口香糯

píng guǒ yù mǐ bǐng

苹果玉米饼



成品特点 表皮松脆，香糯可口

原料 糯米粉、玉米粉各150克、苹果泥100克、火腿丝适量

制作方法

(1) 将糯米粉、玉米粉加热水合成团。
(2) 面团分成小件包入苹果泥馅心。
(3) 包捏成苹果状，插上火腿丝。
(4) 生坯入平底锅煎黄。
(5) 金黄色装点上席。

fēng cháo dàn huáng jiǎo

蜂巢蛋黄角

原料 澄粉面团75克、咸蛋黄15克、猪油15克、臭粉少许，幼粒熟馅150克



制作方法

(1) 将澄粉加烫水成成分面团，冷却。
(2) 加入蛋黄揉搓，加入熟猪油揉搓。
(3) 加入臭粉拌匀，切剂25克剂子。
(4) 包入10克馅心，搓成橄榄状。
(5) 入中油温锅，炸成蜂窝状，点缀上席。

成品特点 香咸酥脆、鲜嫩可口

fēng cháo xiǎn xiā jiǎo

蜂巢鲜虾饺

原料 澄粉面团75克、咸蛋黄15克、猪油15克、臭粉少许、鲜虾熟馅150克

制作方法

(1) 将澄粉加烫水成成分面团，冷却。
(2) 加入蛋黄揉搓，加入熟猪油揉搓。
(3) 加入臭粉拌匀，切剂25克剂子。
(4) 包入10克馅心，搓成橄榄状，插上虾尾。
(5) 入中油温锅，炸成蜂窝状，点缀上席。



成品特点 香咸酥脆、鲜嫩可口

gē dàn yuán zi

鸽蛋圆子



原料 糯米粉500克、澄粉100克、冷水400克

制作方法

(1) 将糖粉和水按照10:1混合待用。
(2) 将500克糯米粉加250克水揉成团。
(3) 将100克澄粉加150克开水揉搓成团。
(4) 两面团混合揉搓成团，取小件搓圆。
(5) 包入糖水馅心，揉搓成团。
(6) 入开水煮熟，出锅。

成品特点 糯软甜润、爽滑可口

xián shuǐ jiǎo

咸水角



原料 糯米粉125克、熟澄粉团25克、糖、猪油油各25克，水适量

制作方法

(1) 将虾肉、笋丁等炒制成馅心待用。
(2) 将糯米粉、澄粉、糖粉加冷水调制成团。
(3) 掺入猪油搓匀成团。
(4) 取一小20克小件，包入水角馅，包捏成型。
(5) 将包好的团子入低油温汆炸成熟，出锅。

成品特点 松软鲜香、糯软爽口

jīng shì yī fǔ miàn

京式伊府面

原料 面粉100克、鸡蛋1只、生粉少许



制作方法

(1) 面粉加鸡蛋液拌匀。
(2) 用力揉搓成团，光洁、均匀。
(3) 将面团擀大、擀薄，卷拢轻压（反复数次）。
(4) 交替对折放置，用刀切成厚薄3厘米的长条。
(5) 入沸水煮熟，捞起沥干水，炸熟装盘。

成品特点 香鲜、松脆可口

原料 面粉100克、鸡蛋1只、生粉少许

má xiāng jī dàn miàn

麻香鸡蛋面

制作方法

(1) 面粉加鸡蛋液拌匀。
(2) 用力揉搓成团，光洁、均匀。
(3) 将面团擀大、擀薄，卷拢轻压（反复数次）。
(4) 交替对折放置，用刀切成厚薄3厘米的长条。
(5) 入沸水煮熟，捞起沥干水，拌入麻油上席。



成品特点 香鲜、软滑可口

shā chá yún dòu jiǎo

沙茶云豆饺

原料 面粉150克、水100克、盐少许

制作方法

(1) 干贝、虾米等炒熟待用。
(2) 将原料和成团，搓成条，盘起盖好醒面10分钟。
(3) 将面团搓成长条摘成剂子，包入馅心成饺状生坯。
(4) 将生坯托上蛋液粘上面包糠加工成叶状。
(5) 下油锅炸熟即可。



成品特点 酥脆、鲜香。

sōng pí qié jiǎo

松皮茄饺



成品特点 外松内软、茄香回味

原料 面粉250克、鸡蛋2只、猪油75克、开水75克、茄子2只

制作方法

(1) 将茄子去皮，切成粒。
(2) 干贝、虾米等炒熟待用。
(3) 将面粉、鸡蛋、猪油、开水搅拌成团。
(4) 取一小剂，包入馅心成荷叶饺子状。
(5) 下油锅炸熟即可。

fěi cuì shāo mài

翡翠烧卖

原料 面粉100克、青菜泥150克、猪油糖等适量



制作方法

(1) 将青菜泥加猪油等调制成馅心待用。
(2) 将100克面粉加热水调制成面团。
(3) 将面团在成小剂干成烧卖皮。
(4) 包入馅心，表面撒上火腿末。
(5) 上笼蒸熟即可。

成品特点 香糯可口、鲜咸美味

xiè fěn shāo mài

蟹粉烧卖

原料 面粉100克、香菇50克、蟹粉50克、猪油糖等适量

制作方法

(1) 将香菇、蟹粉加猪油等调制成馅心待用。
(2) 将100克面粉加热水调制成面团。
(3) 将面团在成小剂干成烧卖皮。
(4) 包入馅心，表面撒上蟹粉。
(5) 上笼蒸熟即可。



成品特点 香糯可口、鲜咸美味

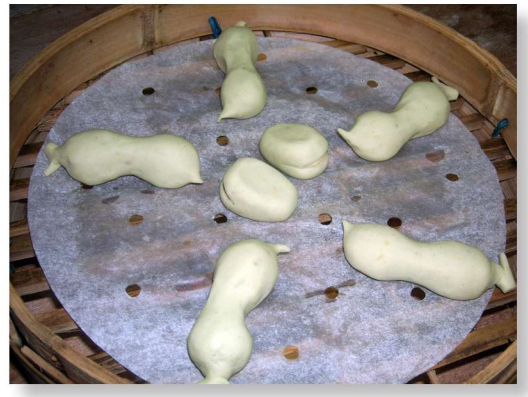
xiàng xíng wān dòu jiá

象形豌豆夹

原料 蚕豆泥250克、糯米粉100克、澄粉100克，枣泥馅200克

制作方法

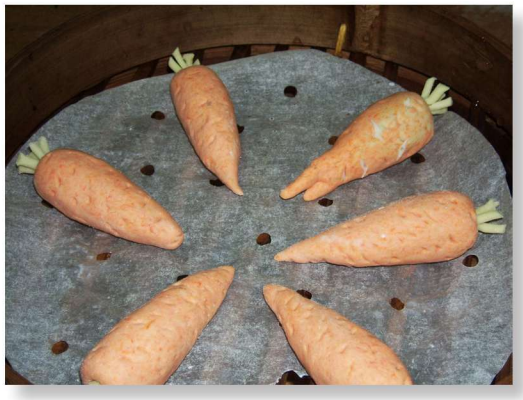
(1) 将胡萝卜泥、糯米粉混合成团。
(2) 澄粉加水混合成澄面团。
(3) 糯米面团、澄面团按照1:2比例混合。
(4) 分成小剂包入枣泥馅。
(5) 搓捏成蚕豆夹形状。
(6) 上笼蒸熟即可。



成品特点 香糯可口、鲜甜美味

xiàng xíng luó bo gāo

象形萝卜糕



成品特点 香糯可口、鲜甜美味

原料 胡萝卜泥250克、糯米粉100克、澄粉100克、松仁豆沙馅200克

制作方法

(1) 将胡萝卜泥、糯米粉混合成团。
(2) 澄粉加水混合成澄面团。
(3) 糯米面团、澄面团按照1:2比例混合。
(4) 分成小剂包入松仁豆沙馅。
(5) 搓捏成胡萝卜状。
(6) 上笼蒸熟即可。

huā shēng bīng jī líng

花生冰激凌

原料 白糖60克、花生60克、奶油200克



制作方法

(1) 花生炸熟，碾碎冷却。
(2) 白糖融化，放入花生粒。
(3) 奶油打发至松发。
(4) 搅拌均匀入模具。
(5) 冷冻，上席。

成品特点 香甜可口、奶味十足

dòu shā tiáo tóu gāo

豆沙条头糕

原料 糯米粉150克、麦淀粉100克、樱粟粉50克、冷水300克

制作方法

(1) 将糯米粉、淀粉、樱粟粉加水成面浆。
(2) 放入容器，上笼蒸熟。
(3) 取出，加入少量猪油搓匀。
(4) 搓成长条，压扁成面皮状。
(5) 中间放入豆沙卷拢。
(6) 切成小段，冷却装盘。



成品特点 糯软甜润、爽滑可口

原料 夹心肉150克、虾仁100克、玉米粒25克、蟹柳1根、芹菜50克、调味料适量、澄粉250克、生粉100克

制作方法

(1) 将制馅原料拌成馅心待用。
(2) 将坯皮原料用沸水调制成澄粉面团。
(3) 将面团下剂12克压皮，包入馅心15克捏成鲫鱼形。
(4) 将生坯放入沸水煮熟放入上汤内用小菜心点缀即可上席。

jǐn xiù jì yú jiǎo

锦绣鲫鱼饺



成品特点 皮坯晶莹剔透、爽滑、汤清、味鲜

jīng yíng mù yú jiǎo

晶莹目鱼饺



成品特点 皮坯晶莹剔透、爽滑、汤清、味鲜

原料 鱼片150克、虾仁100克、白漂100克、调味料适量、澄粉250克、生粉100克

制作方法

(1) 将制馅原料拌成馅心待用。
(2) 将坯皮原料用沸水调制成澄粉面团。
(3) 将面团下剂12克压皮，包入馅心15克捏成目鱼形。
(4) 将生坯放入沸水煮熟放入上汤点缀即可上席。

后　记

Postcript

中华面点是我们璀璨文化宝库中的一颗明珠，以其精巧细致而闻名于世。随着旅游业和餐饮业的蓬勃发展，现在的中式面点师队伍正日趋壮大。

上海市长宁区初级职业技术学校面点教研组共有5位教师，其中4位主教教师，1位专职助教教师，其中3位主教教师和1位助教教师均毕业于上海旅游高等专科学校（上海师范大学旅游学院）烹饪与餐饮管理系，教研组教师学历均达到了本科及以上，其中有1位老师还获得了中式面点高级技师的专业等级，在专业技术的能力上有很强的专业素养和操作水平。

本书着眼于学生的实际需要出发，结合有特殊教育需要儿童的认知特点，从单一技能训练、基本技能学习、拓展技能延伸等方面着手编写。按工作分析步骤进行技能分解，并采用图解的方法介绍各种技能的操作，使复杂的操作程序变得简单易懂好操作，而且将学习目标、及格标准、操作要点进行罗列，使学习者明确目标、清晰步骤，抓住要点，从而更快掌握面点技能。多年来，每届学生在上海市职业技能鉴定中心的劳动考证中都能够以优异的成绩通过，合格率始终保持在100%，并受到考评员老师的高度评价。

本书在组稿、编写和拍摄的过程中，得到了中国烹饪大师、中式面点高级技师、国家一级考评员、上海师范大学旅游学院客座教授邓修青老师的悉心指导。同时得到学校领导的高度重视和大力支持，曾多次组织研讨会，对本书的内容进行检查和审核，对本书的内容提出了许多宝贵的意见和建议。在后期的排版、编辑过程中，得到了信息组颜明老师的鼎力支持，在此全体参编人员向所有对本书的编写给予关心和支持的领导、专家和老师表示诚挚的感谢。

由于时间仓促，加之研究人员水平和专业技术能力有限，书中存在的遗漏和不足之处，恳请专家和广大读者给予批评和指正。