

● 教学指导【南瓜饼】

重点掌握

- ☼ 掌握南瓜面坯的调制方法；
- ☼ 掌握熟制时的火候；
- ☼ 掌握模具成型的方法。



1. 工作内容及要求

- (1) 调制南瓜面坯；
- (2) 包制—模具成型；
- (3) 蒸制成熟（或先蒸后煎复合熟制）；
- (4) 成品装盘；
- (5) 卫生整理。

2. 操作前应准备的工具、设备

- (1) 工具：煎盘、刀、台秤、刮刀、尺子板、屉布、木铲子、油刷及盛装成品的圆形平盘或其他形状、大小适宜的餐盘。
- (2) 设备：蒸锅、笼屉、案台。

3. 主要原料

- (1) 坯料：糯米粉 300g，澄粉 100g，南瓜 250g，白糖 50g，桂花酱，植物油 150g。
- (2) 馅料：白莲蓉 300g。
- (3) 辅料：植物油 150g

4. 南瓜饼的基本操作步骤

工艺流程：调制面坯→制皮→包制成型→蒸制成熟→南瓜饼的装盘

步骤 1 调制面坯

- (1) 蒸锅中加入清水适量，置于火上，烧沸。
- (2) 将南瓜去皮、去籽洗净，置于蒸锅内蒸熟。
- (3) 将蒸熟的南瓜出锅放在案板上，趁热揉进糯米粉澄粉，加进白糖、桂花酱擦制成粉团。



特别提示:

- (1) 南瓜要选择含水份少的老南瓜。
- (2) 握刀要紧，注意力集中，防止切手。



步骤 2 制皮

将制好的面坯揪剂呈 30g 一个的面剂，用手捏制成薄厚适度，直径 5cm 的圆形面皮。

步骤 3 包制成型

- (1) 加工好的面皮放在左手的四指上，手指弯曲呈圆弧状，右手拿尺板将馅心 25g 抹入面皮中。
- (2) 用手将面皮的四周拢上，收口，将其包制成近似于圆球形状。
- (3) 收口冲下将其另一面冲上，用手掌跟将其按制呈直径 4cm，厚度 1.5cm 的圆饼形，码入刷过油的笼屉内。



特别提示:

收口时要用力捏紧，否则熟制时容易露馅。

步骤 4 蒸制成熟

- (1) 笼屉上旺火蒸制 10 分钟。
- (2) 将煎盘置于火上入底油，烧至五成热。
- (3) 将蒸熟的饼坯依次排入煎盘内，用中火煎制成两面金黄时出锅即可。



特别提示:

(1) 熟制过程中，注意要随时往锅内淋油，避免因油量过少出现焦糊现象。

(2) 随时观察，调节火力，掌握火候。

步骤 5 南瓜饼的装盘

将南瓜饼平放在圆盘中或其它形状的盛器内即可上桌。

成品标准

色泽金黄，外脆里嫩，甜粘面糯具粘韧劲，瓜香浓郁，大小均匀。

特别提示：

- (1) 模具不同，成品形状可以有所不同。
- (2) 馅料可改用豆沙、枣泥、奶黄馅。

