

团体标准

T/YZPX 001—2019

淮扬菜团餐制作技艺

Yangzhou group meals cook skills

2019-11-23 发布

2019-11-23 实施

扬州市烹饪餐饮行业协会 发布

目 次

前言 II

引言 III

1 范围 1

2 术语和定义 1

3 淮扬菜团餐品种与供应 1

4 冷菜 1

5 热菜 5

6 主食 10

前 言

本标准按照GB/T 1.1-2009《标准化工作导则 第1部分：标准结构和编写》给出的规则编制。

本标准由扬州市烹饪餐饮行业协会提出。

本标准由扬州市烹饪餐饮行业协会、江苏百润餐饮管理有限公司起草。

本标准主要起草人：徐伟、施志棠、邱杨毅、许世强。

引 言

团餐起源于企业、机关、学校、部队为其成员提供日常伙食的用餐服务。

20世纪80年代中期以前，食堂主要作为各单位的后勤保障和福利机构而存在，基本不对外提供服务。食堂主食有饭有面有饼，菜点有荤有素有汤，主要管吃饱。

20世纪90年代初，一些餐饮企业拓展外卖业务，专门送餐的公司也应运而生。20世纪90年代中，随着商务写字楼的大量崛起及发达国家、发达地区先进团餐理念的导入，团餐有了革命性的改变。团餐不但不再成为困扰管理者和员工的问题，而且成为企业配套功能的重要手段，受到了业内人士的普遍关注。

20世纪90年代末，随着企业膳食改革、高校团餐改革、机关事业单位团餐改革的提出，团餐社会化、市场化、企业化已成为主旋律，专业团餐公司应运而生，团餐市场开始成型。

21世纪，团餐发展较快，出现社会化趋势，迎来最好的发展时机。

淮扬菜团餐以特色简餐为主，制作不太复杂，品种多样，价格实惠，方便快捷。属公共服务范畴，在行业中起带动作用 and 示范效益。它适应了人民群众需求。淮扬菜团餐制作技艺是淮扬菜餐饮服务的一个重要组成部分，为当代烹饪文化的可持续发展提供了借鉴。

为更好地满足食客对团餐的消费需求，进一步规范制作技艺，提升质量，传播美食文化，特制定本标准。

淮扬菜团餐制作技艺

1 范围

本标准规定了淮扬菜团餐制作技艺的术语和定义、淮扬菜团餐品种与供应、冷菜、热菜、主食等。

本标准适用于淮扬菜团餐的制作。

2 术语和定义

2.1 团餐

面向团体供应的餐饮服务形式,即为相对固定的人群以相对固定的模式批量提供餐饮食品。一般有公司团餐、学校团餐、医院团餐等。

3 淮扬菜团餐品种与供应

淮扬菜团餐随季节、客户需求、规模而组合变化。本标准规定了其一般品种与供应。

3.1 冷菜

虾籽笋芽、药芹香干、腐乳生仁、糖醋红椒、五香熏鱼、马齿香干、芝麻茼蒿、香干马兰、秧草豆瓣、皮丝芦蒿、清水菱米、咸菜慈姑。

3.2 热菜

红焖狮子头、大煮干丝、金玉满堂、红烧肉、兰花干烧老鹅、全家福、葱香鲫鱼、香椿涨蛋、炒鱼片、文蛤豆腐、韭芽笋丝炒肉、河蚌菜薹、香芋扁豆、汪豆腐、百合藕菱、香藕炖鳊鱼。

3.3 主食

包子、烧卖、面条、豆苗油旋饼、鲥鱼卷。

4 冷菜

4.1 虾籽笋芽

4.1.1 原料

以十份计。净春笋尖3500g、虾籽25g、葱段50g、姜片50g、八角30g、精盐50g、色拉油100ml、葱油50ml、骨头汤1000ml。

4.1.2 制法

将春笋尖拍松,切成滚刀块,焯水备用。炒锅上火,放入色拉油,再放入葱、姜、八角

煸香，随即放入虾籽入汤烧沸，放入笋块，入精盐，用中火烧 5min，再大火收稠汤汁，拣去葱姜八角，淋入葱油出锅，冷却后装盘。

4.1.3 品鉴要求

春笋微脆清香，口味清雅咸鲜。

4.2 腐乳生仁

4.2.1 原料

以十份计。花生米2500g、红方腐乳500g、白糖150g、精盐30g、八角50g。

4.2.2 制法

将花生米置清水浸泡30min，沥去水。大锅上火。锅中放入色拉油，放入八角煸香，加入清水，依次放入红方腐乳、白糖、精盐、花生米，水淹没花生米为度，烧沸，撇去浮沫，小火焖至酥烂，再用大火收稠汤，拣去八角，使腐乳汁紧裹花生米上。

4.2.3 品鉴要求

生仁红亮酥烂，乳味酱香浓郁。

4.3 糖醋红椒

4.3.1 原料

以十份计。红灯笼椒5000g、芝麻油100ml、镇江白醋400ml、精盐50g、白糖200g、色拉油300ml。

4.3.2 制法

将红椒摘去柄和籽瓢洗净，一剖四片。将芝麻油、白醋、精盐、白糖调成糖醋鲜汁。大锅上小火，放入色拉油，放入红椒片，慢慢煸透，盛入容器。放入糖醋鲜汁浸泡，食时装盘上席。

4.3.3 品鉴要求

色红美，味酸甜。

4.4 五香熏鱼

4.4.1 原料

以十份计。活草鱼10kg、五香粉100g、八角50g、葱末50g、姜末50g、精盐50g、生抽30ml、绍酒500ml、冰糖400g、醋300ml，色拉油2000ml（约耗400ml）。

4.4.2 制法

将草鱼去腮鳞去内脏，洗净，切下鱼头鱼尾另作它用。将鱼身横切成5cm长的段，用精盐、绍酒、姜、葱腌制两小时，控去水，风吹至半干。将鱼段放入180℃油温的油锅中，分批次炸成金黄色，倒入漏勺，沥油。炒锅上火，入姜、葱煸香，加绍酒、冰糖、老抽、生抽、精盐，熬成糖鲜汁，起锅时淋入香醋。将鱼段一层层叠入瓷罐中，叠一层撒一层五香粉。浇入糖鲜汁，盖上瓷罐盖。食时取鱼段装盘。

4.4.3 品鉴要求

糖醋味，有回味，熏鱼香鲜浓郁，韧酥适口。

4.5 马齿香干

4.5.1 原料

以十份计。干马齿菜1250g、香干50块、精盐30g、芝麻油30ml、猪骨头汤250ml、姜米50g、葱末50g、色拉油200ml。

4.5.2 制法

将干马齿菜洗净，用温水泡开，去杂质，控干，切成2cm的长段，香干切成细丝。炒锅上小火，将马齿苋段焯去水气，盛起待用。炒锅上火，入油，入姜米、葱末煸香，香干丝下锅略煸，加盐、猪骨头汤，烧入味，放入焯后的马齿菜，炒入味起锅，淋上芝麻油，拌匀。

4.5.3 品鉴要求

马齿滑润，香干酱香咸鲜。

4.6 芝麻茼蒿

4.6.1 原料

以十份计。茼蒿茎3000g、精盐30g、鸡精20g、芝麻油50ml、炒熟黑芝麻50g。

4.6.2 制法

将茼蒿茎撕去外皮，洗净切段入沸水，焯水，迅速捞入凉水浸凉，控去水，将精盐、黑芝麻与之拌匀装盘，淋上芝麻油。

4.6.3 品鉴要求

蒿杆碧翠，芝麻喷香，口感脆嫩。

4.7 香干马兰

4.7.1 原料

以十份计。净马兰头3000g(俗称马郎头)，茶干800g、白糖150g，精盐30g，芝麻油200ml。

4.7.2 制法

将马兰头摘嫩芽，洗净，用沸水焯熟，沥干水份，切成1.5cm小段，茶干切成1cm的长细丝，用白砂糖、精盐、芝麻油拌匀后装入盘内。

4.7.3 品鉴要求

香嫩味鲜，清爽利口。

4.8 秧草豆瓣

4.8.1 原料

以十份计。咸秧草2200g，鲜豆瓣1000g、绍酒100ml、精盐20g、姜末50g、白糖20g、色拉油500ml。

4.8.2 制法

将秧草用大量清水浸泡去咸味，挤去水，切成1.5cm小段。鲜豆瓣焯水待用。炒锅上小火，放入秧草，煸去水气，盛起待用。炒锅上火，放入姜末煸香后，翻炒豆瓣。加入绍酒、精盐、白糖，烧入味，放入秧草炒匀装盘。

4.8.3 品鉴要求

酱香酸鲜，细嫩爽口。

4.9 皮丝芦蒿

4.9.1 原料

以十份计。水发豆腐皮棍1000g，芦蒿2000g、精盐30g、色拉油50ml。

4.9.2 制法

将皮棍切成蒿杆粗细，蒿杆剥皮，切5cm段，将皮棍丝下锅放水淹没，煮5min，沥去黄干水待用。锅内放色拉油，入芦蒿爆炒，放入皮棍丝，加入盐炒匀。

4.9.3 品鉴要求

皮棍鲜嫩，菱蒿翠绿，清鲜爽口。

4.10 清水菱米

4.10.1 原料

以十份计。鲜菱米2500g、白糖50g。

4.10.2 制法

炒锅上火，放入水煮沸，入菱，入糖，煮沸。用小火，煮10min，捞起，装盘。

4.10.3 品鉴要求

色泽洁白，鲜甜粉香。

4.11 咸菜慈姑

4.11.1 原料

以十份计。慈姑1500g、大汤菜咸菜头1500g、小金钩虾米200g、精盐20g、姜块500g、葱结500g、白糖250g、色拉油250ml、食碱20g。

4.11.2 制法

将慈姑削去外皮，剥去芽衣，洗净，切成0.3cm厚片、将大咸菜头肥嫩之茎顺长撕成条，再横切成1.5cm的段。将金钩虾米用温开水泡开，加食碱。炒锅上小火，放入咸菜段，干煸去水气，待咸菜有点黏锅时盛起。锅复上中火，入色拉油，入葱姜煸，入慈姑片煸，放入虾米及汁，略煸，加盐、糖、荷叶水，用大火烧入味。放入干煸咸菜，煸炒，使其与慈姑及汤汁融合，装盘。亦可用荷叶增味。

4.11.3 品鉴要求

黑白相间，慈姑香脆，咸菜鲜酥，汤汁馨醇。

4.12 药芹香干

4.12.1 原料

以十份计。药芹1300g、香干1000g、小金钩虾米150g、姜米50g、红椒150g、精盐30g、鸡精10g、芝麻油100ml。

4.12.2 制法

将小金钩虾米用冷水洗净，用温开水泡开，将药芹摘叶去根须，粗茎剖细，洗净切3cm长段；香干切细丝，红椒去蒂籽，洗净切丝，锅上火，入清水烧沸，分别将药芹段、香干丝、红椒丝焯水，捞起沥去水，放入盆中，加盐、鸡精、金钩虾米及鲜姜米汁，淋入芝麻油拌匀，装盘。

4.12.3 品鉴要求

药芹脆嫩，茶干香醇润泽，绵软筋韧。

5 热菜

5.1 红焖狮子头

5.1.1 原料

以十份计。净猪五花肋条肉1000g，青菜头十只，精盐10g、白糖10 g、淀粉50g、蛋清一只。

5.1.2 制法

将五花肋条肉去皮骨，取肉切成末，加盐、白糖、姜葱酒汁、蛋清，顺时针方向拌匀，再摔打上劲，再加入淀粉，顺时针方向搅拌成狮子头肉馅。将肉皮切斜片，肋条骨剁成排骨，焯水洗净，放入容器中，上放碟子，放入沸水，将狮子头肉馅做成70g重的肉圆（共100只）红焖，分别装入盅中，舀入鲜汁，将炆油青菜头分别入盅，上席。

5.1.3 品鉴要求

鲜嫩而有弹性，汤汁鲜醇。

5.2 大煮干丝

5.2.1 原料

以十份计。维扬豆腐30块、上浆湖虾仁250g、熟火腿丝125g、鲜蘑菇丝250g、水发木耳150g、熟鸡丝250g、净笋片250g、豌豆苗150g、鸡蛋清1只、干淀粉25g、精盐40g、湖虾籽50g、高汤1000ml、熟猪油200 ml、色拉油50ml、姜丝50g、葱1根。

5.2.2 制法

锅上火，分别将笋片、豌豆苗焯水，晾开待用，将维扬豆腐大方干放入锅中，加水淹没，加入精盐4g，烧沸5min，取出晾凉，然后将每块方干都批成18~20片，再切成细丝。将干丝放入大容器中，放6000ml的沸水，用竹筷将干丝抖开，烫去豆腥味，如此反复烫两次，然后

将干丝再放入冷水中浸泡待用。炒锅上火，放入熟猪油，待油温120℃，放入上浆虾仁、葱1根，划油，倒入漏勺，待用。大锅上火，放入熟猪油，待120℃油温，放入湖虾籽略煸（不能焦枯），迅速放入高汤、熟火腿丝、鲜蘑菇丝、笋片，煮沸入味，用漏勺将上述配料，推至锅的小半边，在锅的大半边的鲜汤中，放入沥去冷水的干丝煮沸，先将干丝分装十只汤盘，再将配菜装在干丝上面，将豌豆苗在锅中鲜汁中略烫，虾仁亦在鲜汁中略烫，盖在上面，再将鲜汁盛干丝汤盘中，即成。

5.2.3 品鉴要求

干丝绵柔，细嫩入味，诸鲜各呈一味，汤汁醇厚富有余味。

5.3 金玉满堂

5.3.1 原料

以十份计。橙红胡萝卜1000g，黄瓜1500g，玉米粒2000g、绍酒100g，葱米100g、姜米100g、盐50g、白糖25g、色拉油150g。

5.3.2 制法

将去皮胡萝卜切丁，黄瓜切开去芯，再切成丁。锅上火，倒入色拉油，入姜、葱，煸香，入胡萝卜，入绍酒，再入玉米粒、黄瓜丁，加清水100g，炒至半熟，盖上锅盖，焖3min，加盐、白糖，炒匀装盘。

5.3.3 品鉴要求

色彩艳丽，脆韧细鲜相济，清爽可口。

5.4 红烧肉

5.4.1 原料

以十份计。五花肉5000g、姜片100g、葱结100g、八角5个、桂皮30g、绍酒400ml、老抽200ml、生抽100ml、冰糖150g，色拉油150g。

5.4.2 制法

将五花肉切成2cm见方块，再入沸水氽后洗净，再入八角、桂皮、姜片，氽水待用，锅上火，放入油，放入葱结蒜瓣煸香，放入五花肉块，煸透至出油，再加入绍酒，加清水淹没过五花肉块，加入冰糖、生抽、老抽、八角、桂皮烧沸，用小火将肉块烧至熟而肉呈琥珀色拣去姜葱香料，用大火收稠汤汁，起锅装盘。

5.4.3 品鉴要求

色呈琥珀，皮黏而香，肥肉嫩而不腻，瘦肉酥香而不柴。

5.5 兰花干烧老鹅

5.5.1 原料

以十份计。净光鹅2只，约4500g、卤豆腐兰花方干20块约4000g、酱油500ml、香料袋（八角10g、桂皮10g、香叶10g、花椒5g、草果5g、白寇5g）、生姜100g、葱100g、香菜100g、红椒丝100g、糖10g、绍酒500ml、郫县豆瓣酱50g、鹅油200ml、色拉油2000ml（约耗300ml）

5.5.2 制法

将老鹅斩成块，焯水后用清水洗净待用。锅上火，入鹅油，放姜、葱煸香，放入老鹅、绍酒、酱油、豆瓣酱、煸去水分，入味，放入兰花干，加入白糖、红油、盐，加清水淹没鹅块、卤兰花干，放入香料袋，烧沸后撇去浮沫，用小火焖120min至熟，拣去姜葱香料袋。装盘，撒上香菜、红椒丝即成。

5.5.3 品鉴要求

老鹅香酥咸鲜，兰花干韧香有咬嚼。

5.6 全家福

5.6.1 原料

以十份计。油炸猪肉皮400g、小猪肉圆50只、熟猪肉片250g、熟去壳鹌鹑蛋40只、熟笋片150g、水发木耳150g、胡萝卜片100g、大白菜嫩茎500g、葱结100g、姜片50g、熟猪油200ml、酱油30ml、精盐40g、白糖20g、猪骨头汤1500 ml。

5.6.2 制法

将油炸肉皮放冷水里泡发一夜，泡好的肉皮批切成大菱形片，入沸水中加食碱煮1min捞出放入冷水中，挤洗出油脂碱味，汰清水，待用。将大白菜嫩茎切成菱形片，待用。锅上火，入水煮沸，先放入胡萝卜片、笋片、木耳焯水待用，再放入鹌鹑蛋、肉圆、熟肉片焯水待用。锅上火，放熟猪油，放入葱段，姜片略煸，放入胡萝卜、白菜片、木耳、猪肉皮、肉圆、熟肉片、鹌鹑蛋、冬笋片，加入猪骨头汤烧沸，盖上锅盖焖煮5min，放入糖、鸡精、酱油。汤汁烧成淡黄色，起锅装盘。

5.6.3 品鉴要求

皮肚鲜酥吸滷，食材各献一味，汤汁醇厚。

5.7 葱香鲫鱼

5.7.1 原料

以十份计。大鲫鱼2900g、葱220g、色拉油500ml（约耗200ml）、绍酒500 ml、虾籽酱油100ml、精盐40g、冰糖20g。

5.7.2 制法

大锅上火烧热，入油，将鲜活大鲫鱼剖肚去内脏，刮鳞去鳃，削去颌下老肉，洗净控水，在鱼身两面剖上柳叶刀纹，放入容器。用酱油（100 ml）在鱼身表面抹遍，静置30min，待用。将葱切去大部分葱叶，取葱茎。炒锅上火，入油，烧至150℃，将葱段放入炸至淡黄色，捞起沥油待用。锅离火，在下面垫上淡黄色葱段，上放鲫鱼，上火煮沸，入盐、糖，加盖，用小火慢慢煮透入味，再用大火收稠汤汁。起锅装盘。

5.7.3 品鉴要求

葱香浓郁，鲫鱼鲜嫩，咸鲜回甜。

5.8 香椿涨蛋

5.8.1 原料

以十份计。鸡蛋20只、香椿头1000g、淀粉100g、精盐20g、色拉油200ml、葱末100g。

5.8.2 制法

将香椿头洗净，切末，将鸡蛋磕开打散，同放入容器中，加入色拉油、干淀粉、精盐，和匀；将香椿、鸡蛋液放入平锅，使蛋液厚薄均衡，翻过来，再烙另一面，沿锅壁放入清水100ml，加盖，用小火使香椿蛋慢慢涨高，盛入盘中。如此涨蛋需做四次，切块装盘。

5.8.3 品鉴要求

香椿馨香，蛋糕松润，咸鲜入味。

5.9 炒鱼片

5.9.1 原料

以十份计。鱼片4000g、生姜丝150g、熟鸡蛋丝150g、马蹄片100g、球葱片100g、红椒片100g、精盐60g、葱姜酒汁500ml、湿淀粉250g、葱油50g、色拉油3500ml（实耗500ml）。

5.9.2 制法

取鱼片，加精盐、葱姜酒汁、湿淀粉上浆备用。炒锅上火，放入色拉油，烧至120℃，入鱼片滑油至成熟倒入漏勺控油。炒锅复上火，入生姜丝、球葱片、红椒片煸香，下入鱼片、蛋皮丝、用湿淀粉勾芡，淋入葱油，颠翻炒锅，起锅装盘。

5.9.3 品鉴要求

鱼肉滑爽，诸丝鲜香。

5.10 文蛤豆腐

5.10.1 原料

以十份计。盐卤老豆腐3500g、文蛤2500g、黄瓜20根、精盐50g、鸡蛋10个、熟猪肥膘肉500g、葱末50g、姜末50g、白胡椒粉50g、文蛤浓汤2000ml。

5.10.2 制法

将老豆腐挤去水，塌压成泥状备用。将文蛤焯水，取肉剉碎，将熟肥膘切成细末。将豆腐泥中依次加入文蛤肉、熟肥膘肉末、葱姜末、鸡蛋、精盐，按顺时针方向搅拌上劲。倒入托盘压成3cm厚豆腐饼，密封入蒸箱蒸15min，冷却定型后，改刀成长4cm长3cm宽块状，入锅煎至两面金黄起壳。炒锅上火，放入文蛤浓汤，下入豆腐文蛤饼，大火收汁，出锅装盘。

5.10.3 品鉴要求

文蛤鲜味浓郁、吃其味而不见其物。

5.11 韭芽笋丝炒肉

5.11.1 原料

以十份计。猪前夹肉丝500g，韭菜芽750g，笋丝500g，姜米100g，精盐20g，绍酒50ml，酱油100ml，白糖50g，色拉油150ml。

5.11.2 制法

炒锅上火，放入色拉油50 ml，入姜米煸香，入肉丝煸出油，入酱油、糖、绍酒，烧入味盛起。放入色拉油100 ml，放笋丝、韭菜芽丝、盐，沿锅边放入清水100ml，煸炒至翠绿，再放入肉丝炒匀，起锅分装入盘。

5.11.3 品鉴要求

韭香四溢，笋丝清脆，肉丝鲜润回甜。

5.12 河蚌菜薹

5.12.1 原料

以十份计。小河蚌肉2500g、青菜薹1500g、浓白汤2000g、葱段100g、姜片100g、火腿片100g、白胡椒粉50g、精盐50g、豆油350ml。

5.12.2 制法

将河蚌斧足部分用木棍敲松，洗净，入高压锅加水、葱、姜烧沸。用小火压制10min，至河蚌酥烂取出待用。将青菜薹切成长段洗净。炒锅上火，放入豆油，煸香姜片，加入菜薹，煸炒成翠绿色时，加入浓白汤、河蚌、精盐，大火烧沸至汤浓，撒入胡椒粉。

5.12.3 品鉴要求

河蚌滑嫩酥烂，菜薹碧绿脆爽。

5.13 香芋扁豆

5.13.1 原料

以十份计。香芋10个（约2000g）、扁豆2500g、浓米汤1500ml、小金钩虾米200g、精盐50g、蒜末50g、红椒末100g、白糖100g、酱油100ml、色拉油600ml。

5.13.2 制法

将芋头去皮洗净，切成滚刀块，将扁豆撕去两头老筋，洗净。将金钩虾米用100g温水泡发。炒锅上火，入色拉油，入红椒末、蒜末煸香，入芋头、扁豆煸透，放入金钩小虾米与泡虾米的鲜汁，精盐、白糖、酱油、米汤烧沸，装盘。

5.13.3 品鉴要求

芋头鲜香糯滑、扁豆酥醇不糙。

5.14 汪豆腐

5.14.1 原料

以十份计。豆腐2000g、蘑菇1000g、葱末50g、姜片50g、精盐30g、清鸡汤5000ml、湿淀粉100g、色拉油100ml、白胡椒20g。

5.14.2 制法

将豆腐切成1.5cm的方块，蘑菇焯水切成片。锅上火，放入油、入葱末煸香，放入鸡汤，加入蘑菇和豆腐烧沸。入盐，用湿淀粉勾芡。装汤盘，撒上白胡椒粉。

5.14.3 品鉴要求

口感细嫩，味道鲜美。

5.15 百合藕菱

5.15.1 原料

以十份计。百合瓣1000g、菱形藕片2000g、鲜菱米片500g、鲜莲子500g、彩椒片200g、精盐60g、鸡清汤500ml、葱末100g、姜末100g、色拉油500ml。

5.15.2 制法

炒锅上火，入水烧沸，入百合瓣、藕片、菱片、鲜莲子焯水，倒入漏勺，炒锅复上火，放入色拉油，入葱末姜末煸香，入彩椒片略煸。入鸡清汤、精盐、百合瓣、藕片、菱片、鲜莲子煸炒，自然收稠汤汁，装盘。

5.15.3 品鉴要求

咸鲜味，色彩艳丽，百合清腴，菱米韧香，藕片清脆，莲子糯粉。

5.16 香藕炖鳊鱼

5.16.1 原料

以十份计。活鳊鱼5000g、花香嫩藕3000g、姜块500g、葱结500g、精盐60g、绍酒500ml、熟猪油500ml。

5.16.2 制法

将藕切薄片，将鳊鱼宰杀，挖鳃，去鳞，去内脏，洗净。锅上火，放入沸水，放入鳊鱼、姜葱、绍酒，烧沸，撇去浮沫，入熟猪油。用大火将鱼汤烧白，去姜葱，加盐，盛入汤盘。带姜米醋碟蘸食。

5.16.3 品鉴要求

鱼形饱满。鱼肉鲜嫩，莲藕清脆，爽滑味美。咸甜适中。

6 主食

6.1 包子

6.1.1 原料

面皮：以100只包子计，成品重量每只75g，面坯料占50%。面粉2344g，酵母28g，泡打粉28g，糖28g，水：春秋季40℃、夏季30℃、冬季50℃，1200ml。

馅心（以三丁包为例）：熟猪前夹肉丁2500g、熟鸡丁250g、熟鲜笋丁450g、盐30g、白砂糖150g、湖虾籽15g、黄豆酱油40ml、高汤1500ml、熟猪油300g、葱末35g、姜米45g、绍酒100ml、淀粉85g。

6.1.2 制法（以三丁包为例）

将葱、姜洗净，放容器内捣碎后加清水100g，浸泡成姜葱汁水。将猪肋条肉放入沸水锅出水，捞出洗净，放入锅中，加满清水煮至七成熟捞出，待冷却后，切成0.6cm见方的丁，再将鸡肉、熟冬笋分别切成0.8cm和0.5cm见方的丁。锅置火上，先放入猪肉丁煸香出油，再

放入鸡肉丁煸炒，再放入笋丁煸炒，放入绍酒及姜葱汁水，再放入酱油、虾子、绵白糖、鸡汤，用旺火煮沸入味，用水淀粉勾芡，待卤汁渐稠时起锅即成三丁馅。将面团搓成长条，摘成面剂，撒上少许饹面，逐只用手掌拍揪成边薄中间稍厚，直径约12cm的圆形面皮，平放在左手心，挑馅心70g在面皮中间，左手端平让面皮合拢，以拇指按住馅心，左手使面皮自左向右转动，捏32道折纹，收口捏拢成鲫鱼嘴、荸荠肚形，放入蒸笼内，置旺沸水锅上蒸约10min，至包口湿润，包皮不粘手时即成。

6.1.3 品鉴要求

呈正圆形（“荸荠鼓”形）饱满，褶纹清晰，且数量应在24~28个之间，收口正中，端正不漏馅。形状均匀一致，不漏馅。包子横截面圆形，形态完整美观。呈乳白色，有光泽，表皮光滑。具有小麦粉经发酵、蒸制后特有的滋味和酒香气味。手按有弹性，柔软。

6.2 烧卖

6.2.1 原料

面皮：面粉2Kg、水800ml、盐4g。

馅料（以糯米烧卖为例）：以100只烧卖计，以每只95g为例，糯米3500g，熟猪前夹心肉丁900g，白砂糖180g，熟猪油1000g，酱油120ml，绍酒12ml，葱末150g，姜末120g，精盐40g，高汤1100ml。

6.2.2 制法（以糯米烧卖为例）

馅心制法：将糯米淘洗干净后，用冷水浸4至5h。将糯米沥去水分，上笼用旺火蒸熟。将猪肉切成小丁。葱姜切末。锅上火，入熟猪油，将肉丁下锅煸炒。加酱油、绍酒、白糖、葱姜末、高汤烧沸。将糯米饭倒入锅内拌匀。待汤汁被糯米涨干时，加猪油拌和，出锅冷却，即成糯米馅心。

将面粉放案板上，加入沸水搅拌成半熟面，再加入冷水揣揉，当面团软润发光时，取出放案板上。将少许面粉撒在案板上，放上面团搓成长条，摘成面剂，逐只用手拍扁，用擀面杖将边缘擀薄，并有褶纹呈荷叶形的面皮（直径约15cm）。左手托起面皮，挑馅心在面皮中间，随即五指合拢包住馅心，五指顶在烧卖坯的四分之一处捏住（俗称捏出烧卖的“颈口”），让馅心微露，再将烧卖在手心转动一下位置，以大拇指与食指捏牢“颈口”，放入蒸笼内，盖上笼盖，置旺火沸水锅上蒸约5min。

6.2.3 品鉴要求

顶部褶纹呈“鬼蓬头”状，底部呈正圆形，总体外形饱满。烧麦形状完整美观，表皮光滑且不破不漏不塌。

6.3 面条

6.3.1 原料

以10碗计，面条1250g，熟猪油80g，酱油180ml，胡椒粉6g，蒜末110g。

6.3.2 制法

将大面锅内注入清水，加入干湖虾籽（水量与面条之比约为10:1），用旺火烧沸，将面条抖开放入在沸水锅里，同时取碗，倒入熬制的酱油，胡椒粉、蒜末，熟猪油，舀入热面

汤，见面条浮起后，激入少量冷水，待面条重新浮起，将面条捞起沥去汤汁，将酱油熬制，加调料，放入装有调料的熬制酱油和热面汤的碗内。

6.3.3 品鉴要求

汤色淡红清亮，面条排列整齐，呈“梳笼头”状。汤味鲜醇，面香隽永，胡椒、蒜、猪油香气浓郁。

6.4 豆苗油旋饼

6.4.1 原料

以十份计。豌豆苗5000g、面粉2500g、精盐50g、色拉油1500ml、熟猪油1000ml。

6.4.2 制法

将豆苗焯水过凉斩碎，加入精盐，拌匀入味成馅。将面粉调成饅粉，加入温水、精盐、熟猪油，和匀成水油面团，略醒。将面团擀成薄皮，放入豆苗馅抹平，卷成圆筒形，再摘成剂子，逐个擀成饼状，放入平底锅，加入色拉油，在小火上煎至两面金黄。

6.4.3 品鉴要求

色泽淡黄，外皮酥脆，馅心馨爽。

6.5 鲰鱼卷

6.5.1 原料

以十份计。面粉5000g、酵母50g、泡打粉100g、白糖500g、温水3000ml。

6.5.2 制法

将酵母、泡打粉、白糖用温水化开，分次加入面粉中，和成面团，醒制15min。放入压面机压制至表面光滑。再将面团搓成长条状，摘成一个个小剂子做成鱼型，醒制30min，上大火蒸制8min。

6.5.3 品鉴要求

松软可口，色泽洁白。
