

# 粤菜师傅职业技能 培训

学习  
资料

教学内容		
单元一	政策知识教育	<ol style="list-style-type: none"> <li>1、就业和社保政策</li> <li>2、禁毒知识</li> <li>3、消防和安全生产相关知识</li> </ol>
单元二	烹饪基础知识	<ol style="list-style-type: none"> <li>1、食品安全和卫生知识</li> <li>2、粤菜师傅基本素质要求</li> </ol>
单元三	广式点心	<ol style="list-style-type: none"> <li>1、面坯制作</li> <li>2、生坯成型</li> <li>3、产品成熟</li> </ol>
单元四	广府风味菜	<ol style="list-style-type: none"> <li>1、烹调技术基础</li> <li>2、原料切配加工技术</li> <li>3、烹调技术和方法</li> </ol>

## 第二章 烹饪基础知识

### 任务一 了解食品的安全和卫生知识

#### 一、食品卫生的基本要求

##### （一）食品卫生

食品卫生是研究食品的卫生质量，防止食品中出现有害因素影响人体健康的科学。人体必需的各种营养素是通过摄取食品而获得的，如果食品中存在有害因素，则会影响人体健康，甚至引起中毒以至癌症、畸形和遗传的突变。

##### （二）食品污染

食品污染是指危害人体健康的有害物质进入正常食物的过程。污染食品的有害物质，按其性质可分为生物性污染、化学性污染和放射性污染三大类。

#### 二、制作食品的卫生要求

##### （一）个人卫生要求

（1）必须穿清洁的工作服，戴工作帽和围裙。（2）保持双手清洁。（3）勤洗澡理发，不留长发、长指甲，要经常保持自己的清洁。（4）在烹调操作时应用小匙或汤匙试口味，禁止用手接触做好的食品。（5）工作时不戴指等珠宝饰物，不把私人用品带入操作间。（6）进厨房不抽烟，不随地吐痰、（7）每年进行体检，合格后才可上岗。

（2）餐具的消毒要做到“一刷、二洗、三清、四消毒”。

## 任务二 粤菜师傅基本素质要求

### （一）具备优良的服务意识

餐饮业定义为第三产业，是服务业的一块重要拼图，这就决定了餐饮业从业人员必须具备强烈的服务意识及优良的服务态度。服务质量直接影响企业的光顾率、回头率及可持续发展，由此可以看出，粤菜师傅的工作态度，直接影响菜品的出品质量，并间接决定了粤菜师傅的行业影响力。基于此，粤菜师傅必须时刻端正及重视自身的服务态度，这是良好职业素养的基石。常言道，顾客是上帝。只有把优良的服务意识付诸行动，贯彻于学习和工作之中，才能够精于技艺，才能够乐享粤菜师傅学习的过程，才能保证菜品的出品质量。

### （二）具备强烈的卫生意识

粤菜师傅必须具备良好的卫生习惯，卫生习惯既指个人生活习惯，同时也包括工作过程中的行为规范。卫生是食品安全的有力保障，餐饮业中的食品安全问题屡见不鲜，其中很大一部分与从业人员的卫生习惯密切相关。粤菜师傅首先必须从我做起，从生活中的点滴小事做起，养成良好的个人卫生习惯，进而形成健康的饮食习惯。除此之外，粤菜师傅在菜品制作过程中要严格遵守食品安全操作规程，拒绝有质量问题的原材料，拒绝不能对菜品提供质量保障的加工环境，拒绝有安全风险的制作工艺，拒绝一切会影响顾客身心健康的食品安全问题。没有良好的卫生习惯，一定不能成就一位合格的粤菜师傅。厨师既是美食的制造者，又是美食的监管者，因此，厨师除了具有食物烹饪的技能之外，还须具备强烈并且是潜移默化的卫生意识，绝对不能

马虎以及时刻不能松懈。

### （三）具备突出的合作精神

一道精美的菜品从备料到出品要经过很多道工序，其中任何一个环节的疏忽都会影响菜品的出品质量，这就需要不同岗位的粤菜师傅之间的相互协作。好的菜品一定是团队智慧的结晶，反映出团队成员之间的默契程度，绝不仅是某一位师傅的功劳。每位粤菜师傅根据自身特点都拥有精通的技能，是专才，并非通才。粤菜师傅根据技能特点的差异而从事不同的岗位工作，岗位只有分工的不同而没有高低贵贱之分，每个岗位都是不可或缺的重要环节，每个粤菜师傅都是独一无二的。粤菜师傅之间只有相互协作、目标一致，才能够汇聚成巨大的能量，才能够呈现自身的最大价值。

## 第三章 广式点心

### 第一节 面坯调制

#### 学习单元 1 原料，设备与工具

##### 一、面粉

###### 1 面粉

面粉是一种由小麦磨成的粉状物。按面粉中蛋白质含量的多少，可以分为高筋面粉、中筋面粉、低筋面粉及无筋面粉。

面粉分类：1) 强筋小麦粉。主要用于各类面包的原料或其他原料2)

中筋小麦粉。主要用于各类水饺，面条，馒头，油炸类面食品，包子

类面食品 3) 弱筋小面粉。主要作为蛋糕，饼干的原料

## 二、设备与工具

### 和面机

和面机和面机属于面食机械的一种，其主要就是将面粉和水进行均匀的混合。有真空式和面机和非真空式和面机。分为卧式、立式、单轴、双轴、半轴等。

使用方法：1 把面粉倒入和面缸内

2 将盖盖严

3 打开“安全”按钮

4 按“开始”按钮，机器开始工作

5 添加辅料

6 面坯和好后，按“倒转”按钮，使面坯稍向上旋转，易于取出

### 轧面机

轧面机是指能够将松散的面坯轧成紧密的，具有一定厚度的成型面片，并在轧制的过程中进一步促进面筋网络的成型，使面坯最终形成具有一定筋力和韧性且具有光滑面片的机械。

种类：老式轧面机、自动轧面机

使用方法：1) 开机前调整好所需轧辊间隙

2) 开启开关

3) 放入面坯。开机后严禁将防护网抬起或用手触摸压辊

4) 用完关闭开关，关闭电源

## 学习单元 2 面坯调制方法

### 一、冷水面坯

1 冷水面坯配料：面粉 500g 、 30℃冷水 225--250g

质量要求：1、外观：面坯有弹性，表面光洁

2、质感：面坯内部无空洞，组织均匀，体积不膨胀，面筋质较多，劲大而韧性强

操作准备

1 实训场地准备：设备、工具：案台、案板（或面盆）、电子秤、洁净湿布一块

2 实训用品准备：面粉 500g 30℃冷水 225--250g

操作步骤：步骤 1：将面盆洗刷干净并擦干，在面盆下面垫一块洁净的湿布，以防滑动

步骤 2：称量、下粉

步骤 3：分次渗水、抄拌

步骤 4：揉面

步骤 5：饧面

步骤 6：成团

### 三、注意事项

1 和面时要根据气候条件调整渗水量。

2 注意面粉质量

3 按成品要求来掌握渗水比例。

4 无论渗水量的多少，一般都要分次渗入

5 面坯要揉均搓透，达到要求卫生标准

6 饧面时盖上湿布，以防脏物落入和结皮

## 2. 调制温水面坯

### 操作准备

1 实训场地准备设备工具：案台、案板（或面盆）、电子秤、洁净湿布一块

2 面粉 500g、水 270g

### 操作步骤：

步骤 1:将面盆洗刷干净并擦干，在面盆下面垫一块洁净的湿布

步骤 2:称量、下粉

步骤 3： 渗温水、搅拌

步骤 4： 将面揉团

步骤 5： 掰开散热气

步骤 6： 最后揉成团

### 注意事项

1 水温要掌握准确，一般以 50℃左右为宜

2 必须根据成品要求正确、灵活掌握加水量。不然影响面皮的质感

3 面坯渗水成团后，面坯有一定温度，所以必须将热气散尽否则影响成品的质量

4 散尽热气后将面坯揉成团，加盖湿布或保鲜膜静置片刻，待面坯松弛柔润后再制成品

## 第二节 生坯成型

### 学习单元 1 面坯成型基本方法

#### 一、揉面



1) 概念：揉面就是在粉状的物体中加液体搅拌或揉弄使有粘性。用水揉和面粉。根据水温，和面又分为凉水和面，温水和面，热水和面，每一种和面方法揉制成的面不同。

2) 方法：单手揉法、双手揉法

2 揉面的特殊技法：捣、搥、摔、擦、叠五种技法

3 质量要求：揉面要揉透，揉匀，光洁，柔润

## 二、搓条

1) 概念：搓条是将揉好的面坯搓成粗细均匀，圆润光滑长条状的一种手法，是下剂的准备步骤

2) 方法：取一块面团，用双手掌跟压搓成圆柱形，双手从面柱中间不断向两端压揉延伸，如此反复多次，直至面团成均匀的圆形长条。面团必须醒透；搓条时双手用力要均匀，要自面柱中间向两端延伸。

3 质量要求：粗细均匀，不起皮不粗糙，外表光滑。

## 三、下剂

1 概念：下剂又称为摘坯或掐剂子，是指将搓条后的面坯分成大小一致的坯子的工艺过程。

2 下剂在操作上有：揪剂，挖剂，拉剂，切剂，剁剂

3 质量要求：下出的剂子无毛边，光洁圆整，大小均匀，重量一致。

## 四、制皮

1 概念：制皮就是将面剂用手或擀面杖制成各种类型的坯皮的过程

2 制皮的方法有：按皮，捏皮，摊皮，拍皮，擀皮，敲皮

质量要求：皮子圆整，厚薄事宜，大小一致

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：  
<https://d.book118.com/518013106134006073>