

【新しい中国点心】

点心とは

点心の概要／生地の種類／餡と餡の仕事について／点心の主な名称／点心の道具

点心に心寄せる人々へ

つくる前に

本書の参考文献

◎コラム

マレーシア風カステラ マーラーガオ「馬拉糕」

おこしのような満洲族の菓子（サチマ）

「水油皮」「油酥」とは？（パイ生地）

熱湯と水でつくる生地のよさをあわせ持つ（シャオロンパオ生地）

変化したスープ餃子の提供スタイル（フカヒレ入りスープ餃子）

焼売生地はもともとはフリルのようにのばしていた

中秋節と各地にあるそれぞれの月餅

点心のチャーシュー

ちまきの由来

油条の由来

[副素材]

バニラ風味の油のつくり方

ナツメのシロップ蒸しのつくり方

豚背脂の砂糖漬けのつくり方

カラメルバナナをつくる

カラメルリンゴをつくる

さつま芋のキンモクセイ風味のつくり方

ドライパイナップルのつくり方

陳皮ペーストのつくり方

揚げニンニクのつくり方

花椒水のつくり方

ナツメのシロップ漬けのつくり方

生姜ペーストのつくり方

ジャスミン茶のチップのつくり方

コワントロー風味のクコのつくり方
生姜風味のシロップのつくり方

材料一覧

自家製調味料、焼きもの

1章 点心の生地の扱い、包み方、加熱法

◎生地の分割

◎生地ののばし方

団子／A餃子、パオズ／B眉形餃子、スープ餃子／エビ餃子／パイ／月餅

◎包み方

餡の扱い方／鳥かご形／木の葉形／麦の穂形／丸形／三日月形

水餃子形／くし形／鶏冠形／鳳凰の眼の形

王冠形／白菜の形／鎖模様の円形／焼売形／その他の包み方

◎点心中で用いる加熱方法

2章 包子 — 膨らむ生地

◎酵母と膨張剤

〔基本生地 酵母を使う〕

チャーシューパウ生地

煎り焼き老麺生地

◎老麺（ラオ ミエン）について

老麺とは／培養と取り扱い

◎老麺の培養方法

蒸しパン生地

煎り焼きパン生地

焼きパン生地

〔基本生地 膨張剤を使う〕

膨張剤の生地

ミルク風味の生地

[点心]

チャーシューパウ生地

フクロタケ入り若鶏のパオズ
チャーシューのパオズ
若鶏のパオズ カレー風味
塩漬け卵入りカスタードのパオズ
塩漬け卵入りカスタードの揚げパオズ
ハスの実と塩漬け卵入りパオズ

煎り焼き老麺生地

煎り焼きパオズ 南乳風味

蒸しパン生地

山東風パオズ
こぶりのパオズ 天津風
螺絲卷 (ルオ スーチュアン)
銀絲卷 (イン スー チュアン)
花卷 (ホワ チュアン)
ゴマ風味のパン
とろーりカスタード饅頭

蒸しパン生地の応用

アズキの針鼠形パオズ／ライチ風味のパオズ

煎り焼きパン生地

煎り焼きパオズ 上海風／牛肉のパオズ 豆豉風味

焼きパン生地

チャーシューのパン／魚と腸詰のパン

膨張剤の生地

豚バラ肉のパオズ 黒胡椒風味／塩漬け卵と木の実の重ね蒸し

膨張剤の生地の応用

パイナップル風味の揚げ菓子

膨張剤を使って

南乳風味の揚げ菓子／ナツメの揚げ菓子

ミルク風味の生地

カスタードのとろけるパオズ／冬瓜風味のとろけるパオズ

マーラーガオの生地

リンゴのマーラーガオ

◆マーラーガオの生地

黒ゴマ風味のマーラーガオ

蒸しカステラ 如意形

サチマ（満州風揚げ菓子）の生地

ココナッツ風味のサチマ

◆サチマの生地

ラム酒風味のサチマ

3章 パイ生地 — 練り込み、折り込み

〔基本生地 練り込み〕

クッキー生地

タルト生地

〔基本生地 折り込み〕

折り込みパイ生地 西洋風

折り込みパイ生地 嶺南風

◎中国風パイ生地の層を生かす包み方

〔縦の層を生かす〕 俵形

〔渦巻状の層にする〕 鎖模様の円形／鎖模様の眉形／丸形

◎パイ生地の加熱方法

小型折り込みパイ生地 中国風

〔点心〕

クッキー生地

ハスの実のパイ／木の実とドライフルーツのクッキー／木の実のパイ

チャーシューの黒胡椒風味パイ／甘栗とクルミのパイ

タルト生地

パパイヤと木の実パイ／エッグタルト／ココナッツタルト（4種）／パイナップルのパイ

タルト生地の応用

さつま芋のパイ／クルミのパイ／ネギ風味パイ 北京風

折り込みパイ生地 西洋風

若鶏と梨のパイ ポルトガル風

リンゴと塩漬け卵風味のカスタードパイ

エビと豚肉のパイ トマト風味

折り込みパイ生地 西洋風（2番生地）

ピータンのパイ／ココナッツのパイ／カスタードの渦巻パイ

折り込みパイ生地 嶺南風

中国ハム入り揚げパイ 上海風／大根のパイ 上海風

折り込みパイ生地 嶺南風の応用

ハスの実と甘栗のラム酒風味パイ

小型折り込みパイ生地 中国風

ネギ風味のチャーシューパイ／牡丹形のパイ

小型折り込みパイ生地 中国風の応用

冬瓜のパイ／ニラ風味のパイ

4章 その他の生地

[基本生地 小麦粉+水]

水餃子の生地

[基本生地 小麦粉+熱湯]

煎り焼き餃子の生地

[基本生地 小麦粉+温水]

シャオロンパオ生地

[基本生地 小麦粉+シロップ]

月餅生地

◎月餅の成形と焼売

[基本生地 浮き粉]

エビ餃子の生地／潮州風蒸し餃子の生地

ニラ饅頭の生地／揚げ餃子の生地

[基本生地 白玉粉]

ハムソイコッ生地

[基本生地 米の粉]

糕品（ガオ ピン）／大根餅

[基本生地 野菜を使って]

ウーコッ生地

◎ウーコッ生地を使った点心を揚げる

[点心]

春巻の皮

若鶏とエビの広東風春巻

小麦粉＋水 水餃子の生地

水餃子 四川風

羊とトマトの水餃子 北京風

小麦粉＋水の生地

牛肉のパイ クミン風味

北京式クレープ

ナツメとリンゴの中国クレープ

ワンタンの皮

甘酢の揚げワンタン

小麦粉＋熱湯 煎り焼き餃子の生地

ネギ風味パイ 広東風

小麦粉＋熱湯 煎り焼き餃子の生地の応用

エビの塩辛風味のクレープ 家庭風

小麦粉＋熱湯 焼き餃子の生地

焼き餃子

◆焼き餃子の生地

焼き餃子 北京風

小麦粉+熱湯 状元水餃子の生地

状元水餃子のピリ辛炒め

◆状元水餃子の生地

小麦粉+熱湯 スープ餃子の生地

フカヒレ入りスープ餃子

◆スープ餃子の生地

焼売の皮

広東風焼売

干し貝柱の焼売

花椒と唐辛子風味の焼売

トマト入り海鮮焼売

フナの水餃子 魚醤ソース

小麦粉+温水 シャオロンパオ生地

シャオロンパオ

チャーチャンのパオズ

小麦粉+シロップ 月餅生地

木の実と中国ハムの月餅 広東式

塩漬け卵とハスの実の月餅 広東式

渋皮栗の塩漬け卵風味パイ

小型折り込みパイ生地を使って

月餅 蘇州式

冬瓜の月餅 潮州式

松の実入りナツメの月餅

もち粉を使って

生月餅 (2種)

イチジク入り黒ゴマの羊羹

さつま芋の羊羹 キンモクセイ風味

浮き粉 エビ餃子の生地

エビ餃子

黄ニラ入り蒸し餃子 田舎風

フカヒレの蒸し餃子

豚バラとエビの王冠形餃子

浮き粉 エビ餃子の生地の応用

干し貝柱入り白菜形餃子

浮き粉 潮州風蒸し餃子の生地

ピーナッツ入り蒸し餃子 潮州風

浮き粉 ニラ饅頭の生地

冬菜風味のニラ饅頭

塩漬け魚風味の煎り焼き餅

浮き粉 揚げ餃子の生地

揚げ餃子のスープ仕立て

チーズ入りカレー風味の揚げパイ

浮き粉 水晶生地

パイナップルジャムの葛餅

◆水晶生地

ゴマ風味の葛餅

白玉粉 ハムソイコッ生地

ゴマ風味の揚げ団子

揚げ餃子 ハムソイコッ

カスタードのココナッツ団子

ゴマ風味の木の実の団子

黒ゴマの白玉団子

ピータンとチャーシューの黒胡椒風味餅

白玉粉を使って

粒餡の焼き餅

ココナッツ風味の中国餅

チョコレートと龍眼のココナッツ団子

ナツメと甘い松の実の揚げ白玉団子

ナツメの白玉団子詰め キンモクセイ風味

北京風きな粉餅

焼き餅 潮州風

白玉粉 求肥生地

ふんわりフランボワーズの大福

◆求肥生地

ふんわりライチの大福

米の粉を使って

牛肉とエビのライスクレープ蒸し

◆ライスクレープの生地

ライスクレープの煎り焼き

米の粉 糕品

タロ芋の蒸し餅

野菜を使って ウーコッ生地

蜂の巣形コロッケ ウーコッ

ハスの実と栗の揚げ菓子

野菜を使って

さつま芋の粒餡入り焼き餅

◆さつま芋生地

さつま芋とエンドウのナツメ包み揚げ

◆エンドウ豆生地

木の実餡の紅芋揚げ

◆紅芋生地

カボチャの田舎風菓子

◆カボチャ生地

黒クワイの蒸し羊羹

フルーツのタピオカ葛餅 (5種)

トウモロコシの粉の蒸し菓子 ウオトウ

5章 餡

餡のチャート

甘くない生餡 基本餡／その他

甘くない加熱餡 基本餡／その他

甘い餡 基本餡／その他

[餡のレシピ]

甘くない生餡 基本

牛肉餡

広東風春巻餡

焼売餡

魚すり身餡

シャオロンパオ餡

◇豚の皮の煮こごりをつくる

エビ餃子の餡

冬菜風味のニラ餡

◇冬菜醬のつくり方

甘くない生餡 その他

ワッカイ餡

◇ワッカイ醬のつくり方

カレー風味の鶏肉餡

◇カレー醬のつくり方

山東風パオズ餡

天津風パオズ餡

ニラ風味のパイ餡

水餃子の餡

スープ餃子の餡

黒胡椒風味のパオズ餡

北京風ネギ風味の餡

上海風中国ハム入り餡

ワンタンの餡

焼き餃子の餡

北京風焼き餃子の餡
干し貝柱の焼売餡
花椒と唐辛子風味の焼売餡
トマトの焼売餡
広東風ネギ風味の餡
王冠形餃子の餡
チャーチャンのパオズ餡

甘くない加熱餡 基本

チャーシュー餡
◇チャーシュー醬をつくる
ハムソイコッ餡
ウーコッ餡

甘くない加熱餡 その他

カレー風味の蟹肉餡
田舎風蒸し餃子の餡
潮州風蒸し餃子の餡
大根の餡
クミン風味の牛肉餡

甘い餡 基本

カスタード餡
塩漬け卵入りカスタード餡
ココナッツミルク餡
ココナッツ餡
冬瓜餡
パイナップル餡
ゴマ餡

甘い餡 その他

木の実の餡
さつま芋餡
木の実と中国ハムの月餅餡
松の実とナツメの餡
黒ゴマ餡

塩漬け卵の黄身餡
パイヤと木の実の餡
クルミ餡
ピータンと甘酢生姜の餡

6章 デザート

[基本] 糖液（餡）をからませる技法 1

抜絲の技法
琉璃の技法 1 / 琉璃の技法 2

[基本] 糖液（餡）をからませる技法 2

掛霜の技法

[点心]

抜絲

栗のバースー（基本）
グレープフルーツのバースー

琉璃

松の実の餡がらめ（基本）
クルミの餡がらめ（基本）
ナツメの餡がらめ
カシューナッツの餡がらめ

掛霜

パッションフルーツの砂糖がらめ（基本）
クルミの砂糖がらめ ココナッツ風味（基本）

その他

龍のひげ餡

[基本] 甘いスープ

沙 / 露 / 糊 / 糖水

[点心]

甘いスープ 沙

ハスの実とゆり根の汁粉 ココナッツ風味
マレーシア風汁粉

甘いスープ 露

タロ芋とタピオカの汁粉
マンゴーの香港風デザート ヤンチーガムロー

甘いスープ 糖水

金柑とドライフルーツの蒸しシロップ
黒ゴマ餡入り白玉団子の甘酒風味

[基本] プディングとゼリー

[点心]

プディングとゼリー

ライチプディング (基本)
マンゴープディング 広東風
古式杏仁豆腐
ココナッツとサンザシのゼリー
ジャスミン茶のブリュレ
マンゴーとタピオカの焼きプディング
杏仁のブリュレ
フルーツのスパイシーなゼリー仕立て
汾酒 (フェン チュウ) とキンモクセイのゼリー寄せ

[基本] アイスクリーム

[基本] シャーベット

[点心]

アイスクリーム

老酒のアイスクリーム (基本)
サンザシのアイスクリーム
花椒と杏仁のアイスクリーム
ライチ紅茶のアイスクリーム

シャーベット

- ジャスミン茶のシャーベット（基本）
- キンモクセイのシャーベット
- サンザシのシャーベット

その他

- サンプウチャン
- バナナとさつま芋のデザート
- ツバメの巣のココナッツ風味デザート
- 黒ゴマのもち米巻き
- クルミのデザート 北京風
- 生姜風味の牛乳プリン
- レンコンのもち米詰め蒸し キンモクセイ風味
- 愛玉ゼリーの杏仁風味
- 豆腐のデザート

7章 小吃

【基本】ちまき

◎ちまきの包み方

- 包み方 1 笹の葉で四角錐に包む
- 包み方 2 ハスの葉と竹の皮を使って
- 包み方 3 笹の葉で四角く包む
- 包み方 4 竹の皮でポピュラーな形に包む

【点心】

ちまき

- 具沢山なちまき（基本）
- 焼味（シャオ ウエイ）と緑豆風味のちまき
- ハスの実と塩漬け卵のちまき かん水風味
- 栗と豚肉のちまき

【点心 その他の小吃】

粥のトッピング

- 油条

南乳風味のリング揚げ

小吃

ジンドウイカの蒸しもの 梅風味
鶏の足の豆豉風味蒸し
センマイのネギ生姜風味蒸し
ゆばの巻き揚げオイスターソース風味蒸し
ウナギのオリーブ風味蒸し
スペアリブの豆豉風味蒸し
ハチノスのサテ風味蒸し
フナのすり身の煎り焼き 豆豉ソース
マテ貝のサテ風味蒸し
タロ芋と焼鴨（シャオ ヤー）の煎り焼き 香港風
若鶏の XO 醤風味蒸し
豚足の煮込み 南乳風味
大アサリのもち米蒸し
若鶏ともち米のハスの葉包み蒸し