

一口酥

逢年过节，口酥几乎是泉港每家每户必做的美食。一家人围在一起，一边包着口酥，一边聊着天，其乐融融。金黄色酥脆的皮包裹着香甜的芝麻花生，一口下去，卡兹卡兹脆，根本停不下来。

口酥，跟饺子长的有点相似，但是口感相差甚远，饺子通常是清蒸或水煮，而口酥是油炸着吃，而且里面包的馅料也有所不同。下面，我们来看看是怎样制作吧。

口酥的原料主要是花生、面粉、花生油、肉油、白糖、蒜泥、黑芝麻、鸡蛋等。将花生、芝麻炒熟、捣碎，和糖成为内馅；以面粉调水，再加少许猪油，有时还会加几个鸡蛋，搅拌均匀，揉成面团，取一小团，以圆木棍或酒瓶等圆滑的东西擀平，平摊于手，将馅置于其中，捏拳使面团合拢成鸡冠状。一个个捏成之后，分批放入油锅炸熟，即成又酥又脆又香又甜的口酥。下锅，一定要用慢火，不断翻滚，直到口酥皮炸至金黄，用大漏勺打捞起来，过油。刚出锅的口酥酥糯松软，咬一口下去，可以感受到蔗糖融化的甜、花生的脆、芝麻的香，让人回味无穷，满嘴留香。

以前口酥仅仅是将花生馅捏成团后沾上面粉直接油炸，后来慢慢演变成做好表皮再包花生馅，捏成月牙状。在泉港地区，每逢春节、端午节等传统节日，不少村民都会做口酥。不过，随着生活水平的提高，一些人讲究饮食，油炸的东西不多吃，口酥逐渐淡出人们的生活。早些年，许多人没有冰箱存放，就把口酥放在缸里或者挂在天花板的“吊篮”上。缸、篮底下铺一层面线，面线可以吸油、防潮。天气允许的情况下，口酥能放大半个月。



一 口酥的制作特点

特点：香味浓郁、口感香脆、色泽金黄。

二 口酥的制作方法

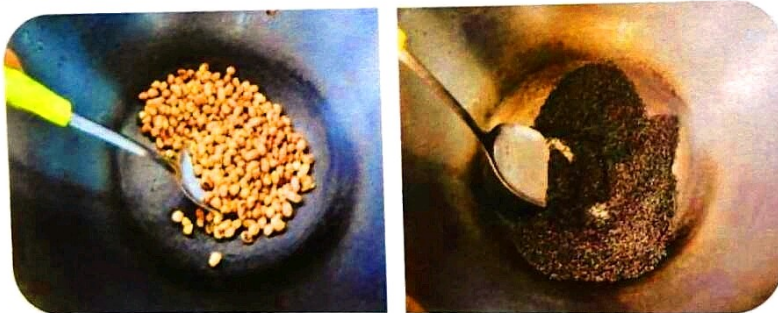
（一）使用的材料

1. 制皮材料：面粉 500 克，花生油 130 克，开水适量。
2. 制馅材料：花生仁 250 克，黑芝麻 50 克，白糖 50 克。



（二）制作步骤

1. 将花生仁 250 克和黑芝麻 50 克分别炒熟。



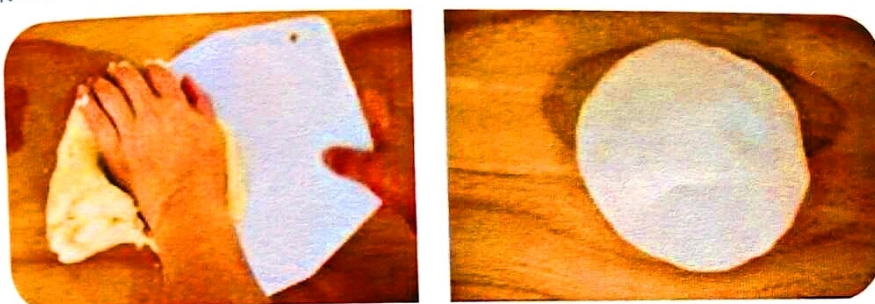
2. 将花生仁和黑芝麻分别碾碎，加白糖 50 克拌匀，制成馅待用。



3. 面粉 500 克中加花生油 130 克，倒入适当开水，搅拌成棉絮状。



4. 稍凉后揉成面团，静置 15 分钟。



5. 先将大面团分成（差不多大小的）小面团，再将小面团擀成饺子皮状。



6. 皮中加适量甜馅，将皮对折捏紧锁边。



7. 锅中倒入油大火烧开，调中小火放入生坯炸至金黄色，捞出摆盘，即可食用。



安全提示：防止烫伤。

三 口酥的教学案例设计

【教学目标】

职业技能：

轻度：掌握一口酥的原料和制作过程

中度：在辅助和示范下，掌握一口酥使用的原料和制作过程。

重度：在辅助和示范下，了解一口酥的制作过程。

职业认知领域：

轻度：能认识所有学过的工具和材料的名称。能说出一口酥成品的美味。

中度：在辅助和示范下，说出学过的工具和材料的名称，分辨成品的咸甜苦味。

重度：在辅助和示范下，说出学过的部分工具和材料的名称。

职业沟通领域：

轻度：能理解口酥的制作过程，并能参与其中。

中度：在辅助和示范下了解口酥的制作过程，能听懂日常沟通词语，并参与其中。

重度：在辅助和示范下，能用简单词语进行表达。

职业道德领域：

轻度：文明、讲礼貌、讲究卫生，做好每个操作环节的职业素养。

中度：在辅助和示范下，具有一定的职业素养。

重度：能保持情绪稳定地参与课堂活动。

【教学重点】了解和掌握口酥的制作过程。

【教学难点】包口酥时锁边的技巧。

【教学方法】讲解、演示、练习、指导

【教学材料】面粉 500 克、花生油 130 克、开水适量、花生仁 250 克、黑芝麻 50 克、白糖 50 克

【教学工具】擀面杖、钢盆、炒锅、钢铲、钢勺、过滤网、案板刀

【教学课时】3 课时

【教学过程】**一、导入课题**

（一）师讲解芝麻和花生的营养

【设计意图】拓展学生知识面。

1. 芝麻的作用：芝麻既可食用，又可做油料。在日常生活中，人们吃的多是芝麻酱和香油。具有护肤美肤、减肥美体、护发美发等功效。

（1）护肤美肤：芝麻中的多种维生素对皮肤中的胶原纤维和弹力纤维有滋润作用，从而改善、维护皮肤的弹性；同时能促进皮肤内的血液循环，使皮肤得到充分的营养物质与水分，维护皮肤的柔嫩与光泽。

（2）减肥美体：芝麻中含有能防止人发胖的蛋黄素、胆碱、肌糖等活性成分，可以帮助减肥。

（3）护发美发：芝麻中的维生素 E 有助于头皮内的血液循环，促进头发的生命力，并

对头发起滋润作用，防止头发干燥和发脆。

(4) 养血补血：常吃芝麻可以防止人体因缺乏维生素 E 而引起的骨髓造血功能紊乱，防止产生异常的红细胞。芝麻含有大量的铁元素，可缓解缺铁性贫血。

2. 花生的作用：花生中含有大量的蛋白质、纤维素以及热量，适量的进食，可以起到增加饱腹感以及降低食欲的作用；其次，花生中富含膳食纤维、精氨酸以及叶酸等营养物质，可以起到保护心脏的作用；另外，适量的食用花生，还能够改善记忆力以及益智健脑。除此之外，食用花生后还能够促进血小板的生成，可以很好的预防血小板的凝集，同时花生中的儿茶素还能够起到抗衰老的作用。

所以口酥这道点心是即好吃又营养的美食。

(二) 观看口酥的制作视频。

【设计意图】让学生先了解口酥的制作步骤。

二、师边演示制作步骤边讲解，学生观察模仿。

【设计意图】培养学生的观察能力、模仿能力。

1. 将花生仁 250 克和黑芝麻 50 克分别炒熟。
2. 将花生仁和黑芝麻分别碾碎，加白糖 50 克拌匀，制成馅待用。
3. 面粉 500 克中加花生油 130 克，倒入适当开水，搅拌成棉絮状。
4. 稍凉后揉成面团，静置 15 分钟。
5. 先将大面团分成（差不多大小的）小面团，再将小面团擀成饺子皮状。
6. 皮中加适量馅料，将皮对折捏紧锁边。
7. 锅中倒入油大火烧开，调中小火放入生胚炸至金黄色，捞出摆盘，即可食用。

三、学生分组制作，师巡视指导。

【设计意图】培养学生的动手能力和团队协作。

四、师提醒学生注意事项

【设计意图】提高学生职业技能。

1. 注意防止烫伤。
2. 分成小面团时，大小一致。
3. 不能包破。



五、课堂展评

【设计意图】培养学生接受他人不同意见。

六、课堂小结

【设计意图】强调课堂重点。

七、整理课堂卫生，并将物品归回原处。

【设计意图】培养学生生活自律与自理能力。