

时代召唤匠心 青年不负韶华

——90 后面点传承人付甜甜的奋进之路

付甜甜

青岛邴大厨酒店服务有限公司 山东 青岛 266000

【摘要】：90 后匠人付甜甜拥有会展、财会职场积淀，凭借系统化、精细化思维跨界深耕中式面点领域。她摒弃行业浮躁风气，坚守古法面点核心工序，搭建标准化制作体系，同时贴合现代健康饮食需求创新面点品类。她屡获行业大奖，担任专业赛事评委，深耕技艺传承、后厨管理与美食文化传播，以初心与创新赋能鲁菜面食传承，展现新生代青年匠人的责任与担当。

【关键词】：付甜甜；90 后匠人；中式面点；守正创新；技艺传承

DOI:10.12417/3041-0630.26.10.035

付甜甜，一名 90 后餐饮匠人，现任青岛邴大厨酒店服务有限公司面点厨师长。她同时拥有高级中式面点师、青岛本帮菜名师、中国烹饪大师、青岛厨艺文化研究会高级研究员、助理会计师、会展策划师等多项专业职称，受聘为全国集中用餐服务机构等级评定委员会评审员，还荣获世界中餐网颁发的中餐文化技艺传承之薪火传承火炬手称号。不同于大多数自小深耕餐饮行业的从业者，她有着会展统筹、财务会计两段完全独立的职场经历，在积累成熟的统筹规划能力与精细化数据管理思维后，遵从内心热爱跨界投身中式面点领域，将过往职场沉淀转化为创新传统面点的独特优势，凭借扎实功底、严谨标准与创新思路，在行业赛事屡获大奖，以评审身份助力行业交流发展，兼顾后厨标准化管理、古法技艺传承、健康面点创新，成为当下极具代表性的新生代 90 后面点传承者。

正式投身面点行业之前，付甜甜长期深耕会展项目统筹与财务核算等工作。会展行业的工作经历，锤炼出她统筹全局、分步落地、兼顾多方需求的宏观思维，擅长梳理完整流程、把控项目细节；常年从事财会相关工作，则让她养成了分毫必究、客观复盘、数据留存的严谨处事习惯。传统民间面点制作大多依靠世代经验，存在模糊化、不稳定、无统一标准的短板，而双重职业经历赋予她的系统化、精细化思维，恰好弥补了这一行业短板，为她后续搭建四季标准化面点制作体系、规范酒店面点后厨出品流程、科学改良面点配方奠定了不可替代的基础。

在外部环境变化与机缘巧合的共同作用下，付甜甜主动告别熟悉稳定的白领赛道，下定决心从零学习中式面点，全身心投入面食技艺的钻研打磨。当下餐饮行业充斥着速成教学、批量量产、预制半成品、添加剂增效等浮躁风气，她却沉下心扎根案板，摒弃急功近利的心态，从头夯实和面、揉面、醒发、塑形、包制、蒸烤全套基础工序。她深刻认识到中式面点是承载千年饮食文化的精细手艺，环境温湿度、面粉筋度、酵母用

量、揉制力道、蒸制时长任何一处细微变化，都会直接改变面点的外观形态、蓬松度与入口风味。为此她日复一日反复实操、对比调整，沉心钻研各类面食底层制作逻辑，稳扎稳打锤炼自身基本功。

长年累月的潜心打磨，使付甜甜的面点技艺获得了行业权威认可。最受劳动者欢迎的面点厨师、第三届亚洲烹饪大赛特金奖、美联升杯第五届馒头面食大赛花馍传承贡献奖、亚洲烹饪大赛鲁菜烹饪大师争霸赛金奖、黑米金厨金奖……她将这些荣誉视为前行路上的一个个脚印，而非终点。在她看来，获奖只是技艺精进过程中的自然回响，真正的价值在于日复一日对面点品质的极致追求。2026 年 5 月，她两度受邀担任行业大赛专业评委，分别出任第四届亚洲烹饪大赛评委、涵岛杯鲁菜特色面食名厨交流赛暨 2026 第六届山东花饽饽面食艺术节评委，以青年专家视角参与赛事评审和同行技艺交流，为鲁菜面食行业的规范化、高质量发展积极建言献策。



在传统古法工艺传承层面，付甜甜始终坚守初心，严格遵循面食经典“三揉三醒”核心工序。通过多次充分揉压，彻底排净面团内部残留气泡，优化面团内部肌理结构，成品质地坚实通透，麦香自然浓郁，不存在发硬、夹生、塌陷等缺陷，冷却后不易回皮，放置隔夜依旧保留纯正小麦本味。包制塑形环

节,延续她严谨细致的特质,手工包子褶皱疏密均匀、收口紧实不漏馅,各式花饽饽线条流畅、造型规整,让家常面点兼具食用价值与观赏美感。蒸制环节形成固定操作规范,精准把控上汽节点,全程中火恒温,蒸制结束后预留焖蒸时间,杜绝大火猛蒸、中途开盖等影响成品品质的操作陋习,实现店内所有面点出品风味、品相高度统一。



坚守古法并不意味着故步自封,付甜甜结合现代人群健康饮食需求,持续对面点进行守正创新。传统面食普遍存在高油、高糖、品类单一的弊端,无法适配多元化就餐需求,她不断调试优化配方,坚持全程零添加剂、轻油轻糖、纯自然发酵工艺,自主研发全麦、杂粮、粗粮系列健康面点,兼顾老年人、孩童、减脂人群的饮食诉求。同时遵循二十四节气时令饮食理念,依托本地新鲜时令食材,打造荠菜包、笋丁汤包、南瓜馒头、桂

花蒸糕等季节限定面点,还原食材自然本味,传承“应时而食”的传统饮食智慧。除此之外,她深耕卡通蒸点、花式创意花饽研发,雕琢细腻生动的面点造型,打破传统面食老旧单调的外观局限,适配家庭日常餐桌、亲子加餐、宴席摆盘等多元场景,让传统鲁式面点收获更多年轻受众,助力传统手艺焕发全新活力。

面对市场批量代工、重产量轻品质的行业乱象,付甜甜始终守住纯手工精工制作的匠人底线,坚持慢做、精做、少做的出品原则,奉行宁缺毋滥的标准,发酵不足、外观瑕疵、口感不达预期的面点全部作废,绝不流入餐桌。在日常后厨管理中,她兼顾技艺带教工作,将自身标准化制作体系、实操技巧分享给团队员工,以严谨专业的标准带动整体面点制作水平提升,平衡门店经营与技艺传承。

工作之余,付甜甜主动承担鲁菜面食文化传播的责任,经常制作手工面点分享给邻里,以美食作为情感纽带传递质朴烟火温情。对她而言,面点早已不只是一份谋生职业,更是治愈自我、温暖他人、传承地方饮食文脉的重要载体。告别节奏紧绷、高压竞速的职场,沉浸揉面、塑形、蒸制的慢节奏日常,让多年奔波的内心归于平和丰盈,蒸笼升腾的烟火气息、醇厚自然的麦香、食客发自内心的认可,是她长久坚守面点事业的**最大动力。

横跨会展、财会两大职场赛道,最终归于方寸面点案板,会展经历拓宽她的行业格局,财会工作塑造了她严谨自律的从业底线,中式面点则承载起她长久以来的内心热爱。这位敢闯敢拼、踏实精进的90后鲁菜匠人,不被世俗职业标签定义,不惧跨界从零起步,在浮躁的行业环境中沉心深耕、默默精进。褪去过往职场的繁华光环,一心扎根人间烟火,付甜甜以严谨专业为根基、以传统手艺为内核、以文化传承为使命、以温柔善意传递烟火温度,在一方案板之上融合古法与创新,用自身实践走出新生代面点传承者的独特道路,为鲁菜面食技艺延续、中式面点文化年轻化传播注入源源不断的青年力量。

参考文献:

- [1] 赖裕华.传统手工面点制作技艺的数字化保护与传承策略[J].食品安全导刊,2025,19(36):174-176.
- [2] 刘容延.文化传承视角下职业启蒙教育的创新实践——以“岭南传统节庆糕点制作”为例[J].智慧引航,2025,(32):153-155.
- [3] 吴曼琦.基于烹饪教学的中式面点非遗烹饪技艺传承应用研究——以定胜糕为例[J].食品界,2025,(10):65-67.