

food

ตำไทย



ตำปูปลาร้า



ตำซั่ว



ตำลาว



ตำข้าวโพด



สูตร 1



น้ำมะขามเปียก
1 ถ้วยตวง



น้ำตาลปีป
3 ช้อนโต๊ะ



พริกขี้หนู
8 เม็ด



กระเทียมจีน
8 กลีบ



กระเทียมดอง
3 หัว



น้ำกระเทียมดอง
3 ช้อนโต๊ะ



ซอสพริก
ศรีราชา
3 ช้อนโต๊ะ



แป้งข้าวโพด
1 ช้อนโต๊ะ



เกลือ
1 ช้อนโต๊ะครึ่ง

สูตร 2



พริกแห้ง
35 กรัม
สำหรับพริกป่น



พริกแห้ง
40 กรัม
สำหรับทอด



น้ำมะขามเปียก
200 มิลลิลิตร



น้ำตาล
มะพร้าว
300 กรัม



กระเทียมดอง
พร้อมน้ำ
150 กรัม



น้ำตาลทราย
250 กรัม



เกลือ
2 ช้อนชา



มะเขือเทศสีดา
70 กรัม

สูตร 3



น้ำมะนาว
1 ถ้วยตวง



น้ำตาลปีป
5 ช้อนโต๊ะ



พริกขี้หนู
ครึ่งถ้วย



กระเทียม
ครึ่งถ้วย



น้ำปลา
ครึ่งถ้วย



น้ำต้มสุก
ครึ่งถ้วย



รากผักชี
5 ราก



ผักชี
ตามชอบ

 หมักเนื้อนุ่ม ปรุงรส เค็ม เปรี้ยว พริก	น้ำปลาร้า 1 ถ้วยตวง ซีอิ๊วขาว 1 ถ้วยตวง พริกป่น 1 ถ้วยตวง เกลือ 1 ช้อน ผงชูรส 1 ถ้วยตวง น้ำปลา 1/2 ถ้วยตวง
 หมักเบียร์ ปรุงรส เค็ม เปรี้ยว พริก	น้ำปลาร้า 1 ถ้วยตวง น้ำปลาร้า 1 ถ้วยตวง ซีอิ๊วขาว 1 ถ้วยตวง พริกป่น 1 ถ้วยตวง ผงชูรส 1 ถ้วยตวง เบียร์ 1/2 ถ้วยตวง
 หมักจิ้มแจ่ว ปรุงรส เค็ม เปรี้ยว พริก	ซีอิ๊วขาว 1/2 ถ้วยตวง พริกป่น 1/2 ถ้วยตวง น้ำปลาร้า 1/2 ถ้วยตวง ซีอิ๊วขาว 1/2 ถ้วยตวง พริกป่น 1/2 ถ้วยตวง น้ำปลาร้า 1/2 ถ้วยตวง
 หมักเกาหลี ปรุงรส เค็ม เปรี้ยว พริก	น้ำปลาร้า 1/2 ถ้วยตวง พริกป่น 1/2 ถ้วยตวง ซีอิ๊วขาว 1/2 ถ้วยตวง พริกป่น 1/2 ถ้วยตวง น้ำปลาร้า 1/2 ถ้วยตวง ซีอิ๊วขาว 1/2 ถ้วยตวง
 หมักพริกไทยดำ ปรุงรส เค็ม เปรี้ยว พริก	น้ำปลาร้า 1/2 ถ้วยตวง พริกป่น 1/2 ถ้วยตวง ซีอิ๊วขาว 1/2 ถ้วยตวง พริกป่น 1/2 ถ้วยตวง น้ำปลาร้า 1/2 ถ้วยตวง ซีอิ๊วขาว 1/2 ถ้วยตวง



น้ำจิ้มสุกี้

- ซอสมะเขือเทศ 2 ถ้วย
- ซอสถั่วเหลืองรส 1 ถ้วย
- ซีอิ๊วขาว 2 ช้อนโต๊ะ
- น้ำปลา 2 ช้อนโต๊ะ
- ซอสหอยนางรม 2 ช้อนโต๊ะ
- เกลือป่น 1 ช้อนโต๊ะ
- น้ำตาลทราย 3 ช้อนโต๊ะ
- พริกขี้หนูสด ตามชอบ
- กระเทียมสด 2 ช้อนโต๊ะ
- ภาชนะสำหรับตามชอบ
- เติมน้ำตามชอบ



น้ำจิ้มหมูกระทะ

- น้ำปลา 2 ช้อนโต๊ะ
- กระเทียมสด 3 ช้อนโต๊ะ
- พริกขี้หนูสด ตามชอบ
- น้ำปลา 3 ช้อนโต๊ะ
- ซีอิ๊วขาว 3 ช้อนโต๊ะ
- น้ำตาลทราย 3 ช้อนโต๊ะ
- จากผักชีสด 2 ช้อนโต๊ะ
- น้ำมะนาว 2 ช้อนโต๊ะ
- ข้าวโพด ตามชอบ



น้ำจิ้มซีฟู้ด

- พริกขี้หนูสด ตามชอบ
- กระเทียมสด 10 กลีบ
- จากผักชี 3-4 ต้น
- สับปะรด 15 กรัม
- น้ำมะนาว 3 ช้อนโต๊ะ
- น้ำปลา 3 ช้อนโต๊ะ
- น้ำตาลทราย 3 ช้อนโต๊ะ

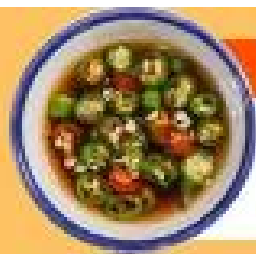


น้ำจิ้มแจ่ว

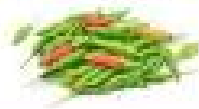
- น้ำปลา 3 ช้อนโต๊ะ
- น้ำมะนาว 3 ช้อนโต๊ะ
- พริกขี้หนูสด ตามชอบ
- ข้าวโพด ตามชอบ
- ผักชีสดตามชอบ
- พริกขี้หนูสดตามชอบ
- น้ำตาลทรายตามชอบ



สูตรน้ำพริก



สูตรดั้งเดิม



พริกขี้หนู



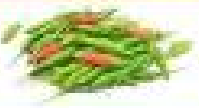
น้ำปลา



น้ำมะนาว



สูตรยอดนิ่ม



พริกขี้หนู



น้ำมะนาว



น้ำปลา



กระเทียม



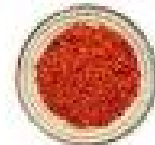
สูตรพริกป่นน้ำปลา



น้ำมะนาว



น้ำปลา



พริกป่น



สูตรแจ่วน้ำปลาพริก



พริกป่น



น้ำมะนาว



น้ำปลา



จ้าวหัว



สูตรน้ำปลามะนาวหอมแดง



พริกขี้หนู



น้ำมะนาว



น้ำปลา



หัวหอมแดง



สูตรไข่ดองน้ำปลาพริก



พริกขี้หนู



น้ำปลา



กระเทียม



ไข่ดอง



น้ำเปล่า



น้ำตาล



น้ำตาลมะพร้าว



ไข่แดง

- ไข่ 10 ฟอง
- น้ำเปล่า 1 ถ้วย
- น้ำปลา 1 ถ้วย
- น้ำตาลปีบ 50g
- น้ำตาลทราย 50g
- จิ๋วหั่นแฉ่น 1 แฉ่น
- พริกสด ตามชอบ
- กระเทียม ตามชอบ



ไข่หวาน

- ไข่ไก่ 3 ฟอง
- นม 3 ชต
- เกลือ เล็กน้อย
- พริกไทย เล็กน้อย
- แครอต 2 ชต
- ต้นหอม 2 ชต
- หอมหัวใหญ่ 2 ชต



ไข่ตุ๋น

- ไข่ไก่ 4 ฟอง
- น้ำเปล่า 400ml
- ซีอิ๊วขาว 2 ชต
- น้ำตาลทราย 1/4 ชช
- พริกไทยป่น ตามชอบ
- ต้นหอม 1 ต้น
- เห็ดหอมสด 1 ดอก
- พริกขี้หนูแดง 1 เม็ด



ไข่ต้ม

- ไข่ต้ม 10 ฟอง
- โซยุ 12 ชต
- น้ำเปล่า 9 ชต
- น้ำเชื่อม 3 ชต
- พริกสด ตามชอบ
- กระเทียม ตามชอบ
- ต้นหอม ตามชอบ



แพนเค้กไข่หน้าเบคอน

- ไข่ไก่ 120g
- ไข่ขาว 1 ชช
- เบกิ้งโซดา 1 ชช
- น้ำตาลทราย 4 ชต
- เกลือป่น 1/4 ชช
- นมสด 200g
- น้ำมันพืช 25g
- ไข่แดง 2 ฟอง
- ไข่ขาว 1 ฟอง
- กลิ่นวานิลลา
- เบคอน ตามชอบ



ไข่ชั้นเบคอน

- ไข่ไก่ 2 ฟอง
- นมสด 2 ช้อนโต๊ะ
- น้ำปลา ตามชอบ
- น้ำมันหอย ตามชอบ
- เนย ตามชอบ
- น้ำมัน ตามชอบ
- เบคอน ตามชอบ



หมูทอดสูตรเจ๊จ



หมูทอดชาวจีน



หมูทอดเจ๊ยมฮาย



หมูทอดน้ำปลา



หมูแดดเดียว



ยอดนิยมนำมาทำอาหาร

ข้าวมันไก่สิงคโปร์



- วัตถุดิบไก่ต้ม**
- ไก่สด 1 ตัว
 - ตะไคร้ 3 ต้น
 - ใบเตย 1 มัด
 - ต้นหอมญี่ปุ่น 1 ต้น
 - เกลือ 2 ช้อนโต๊ะ
 - งา 100 กรัม
 - น้ำเปล่า 3 ลิตร
- วัตถุดิบข้าวมัน**
- ข้าวหอมมะลิ 3 ถ้วยตวง
 - น้ำต้มไก่ 2 1/2 ถ้วยตวง
 - เนย 1 ช้อนชา
 - กะทิเย็นสับ 1 ช้อนโต๊ะ
 - น้ำมันไก่ 1 ช้อนโต๊ะ
 - งา 1 ช้อนโต๊ะ
- วัตถุดิบน้ำจิ้มสิงคโปร์**
- น้ำต้มไก่ 1 ช้อนโต๊ะ
 - พริกชี้ฟ้าสีแดง 10 เม็ด
 - ขมิ้น 1/2 ช้อนโต๊ะ
 - กระเทียมสับ 1 ช้อนโต๊ะ
 - น้ำตาลทราย 2 ช้อนโต๊ะ
 - เกลือ 1 ช้อนชา
 - น้ำส้มสายชู 2 ช้อนโต๊ะ
- วัตถุดิบซอสน้ำมันจากราคาไก่**
- ซีอิ๊วขาว 1 ช้อนโต๊ะ
 - ซีอิ๊วดำ 1 ช้อนชา
 - ผงข้าวโพด 1 ช้อนชา
 - น้ำต้มไก่ 1 ถ้วย
 - น้ำมันงา 1/4 ช้อนชา

ข้าวมันไก่ไหหลำ



- วัตถุดิบไก่ต้ม**
- ไก่สด 1 ตัว
 - ขมิ้น 1 ฝรั่ง
 - เกลือ 2 ช้อนชา
 - รากผักชีบุบ 3 ราก
 - น้ำเปล่า 3 ลิตร
 - กระเทียมบุบ 5 กลีบ
- วัตถุดิบข้าวมัน**
- ข้าวสารข้าวเจ้า 3 ถ้วยตวง
 - น้ำต้มไก่ 2 1/2 ถ้วยตวง
 - น้ำมันข้าว 1 ช้อนโต๊ะ
 - กระเทียมสับ 5 กลีบ
 - งา 1 ฝรั่ง
- วัตถุดิบน้ำจิ้มไก่ไหหลำ**
- น้ำจิ้ม 2 ช้อนโต๊ะ
 - ขมิ้นตำ 1 ช้อนโต๊ะ
 - พริกจินดาเขียวและแดง 5 เม็ด
 - กระเทียมสับ 3 กลีบ
 - น้ำตาลทราย 2 ช้อนชา
 - น้ำส้มสายชู 1 ช้อนชา

ข้าวมันไก่เบตง



- วัตถุดิบไก่ต้ม**
- ไก่สด 1 ตัว
 - เกลือ 1 ถ้วย
 - ขมิ้น 1 ฝรั่ง
 - รากผักชีบุบ 3 ราก
 - น้ำเปล่า 3 ลิตร
 - น้ำแข็ง 4 ถ้วยตวง
 - กระเทียมบุบ 5 กลีบ
- วัตถุดิบข้าวมัน**
- ข้าวสารข้าวเจ้า 3 ถ้วยตวง
 - กระเทียมบุบ 4 กลีบ
 - น้ำต้มไก่ 1 1/2 ถ้วยตวง
 - น้ำมันไก่ 3 ช้อนโต๊ะ
 - รากผักชี 3 ราก
 - ขมิ้น 1 ฝรั่ง
- วัตถุดิบน้ำจิ้มข้าวมันไก่เบตง**
- น้ำจิ้ม 1/2 ถ้วย
 - กระเทียมคั่ว 1 ถ้วยตวง
 - น้ำตาลทราย 3/4 ถ้วย
 - ซีอิ๊วขาว 3/4 ถ้วย
 - ขมิ้นตำ 1/2 ถ้วย
 - น้ำต้มไก่ 1 ลิตร
 - น้ำส้มสายชู 1/2 ถ้วย
 - พริกจินดาเขียวและแดง 1/4 ถ้วย
 - รากผักชีบุบ 2-3 ราก
 - กระเทียมปอกเปลือก 1/2 ถ้วย

น้ำพริกข่า (ภาคเหนือ)



พริกขี้หนูแห้ง



กระเทียม



ข่าหั่น



เกลือ

น้ำพริกมะขาม (ภาคกลาง)



หมูสับ



มะขามอ่อน



กุ้งแห้งป่น



หอมแดง



กระเทียม



น้ำตาลปีบ



กะปิเผา



พริกขี้หนู



เกลือ

น้ำพริกปลาร้าสับ (ภาคอีสาน)



ปลาร้า



ใบมะกรูดซอย



กระชาย



หอมแดง



มะขามเปียก



ตะไคร้



พริกขี้หนู

น้ำซุบโจร (ภาคใต้)



กุ้งสด



กะปิ



พริก



หอมแดง



มะนาว



น้ำตาล



น้ำต้มสุก



สูตรลาวจิ้ม



พริกขี้หนู
½ ถ้วย



กระเทียม
½ ถ้วย



น้ำมะนาว
1 ถ้วย



เกลือ
2 ช้อนโต๊ะ



น้ำตาล
3 ช้อนโต๊ะ



น้ำต้มสุก
1 ถ้วย



รากผักชี
5 ราก



สูตรพริกเกลือ



พริกขี้หนู
½ ถ้วย



กระเทียม
½ ถ้วย



น้ำมะนาว
1 ถ้วย



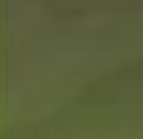
เกลือ
2 ช้อนโต๊ะ



น้ำตาล
3 ช้อนโต๊ะ



น้ำปลา
½ ถ้วย



น้ำปลา
1 ถ้วย



สูตรลับประด



พริกขี้หนู
½ ถ้วย



กระเทียม
½ ถ้วย



น้ำมะนาว
1 ถ้วย



น้ำส้มสายชู
¼ ถ้วย



เกลือ
1 ช้อนโต๊ะ



น้ำตาลทราย
3 ช้อนโต๊ะ



ลับประด
½ ถ้วย



รากผักชี
5 ราก



น้ำปลา
1 ถ้วย



น้ำพริกเผา



พริกแห้ง



กุ้งแห้ง



หอมแดง



กระเทียม



เกลือ น้ำปล่า น้ำมันพืช



น้ำพริกหนุ่ม



พริกหนุ่ม



กระเทียม



มะนาว



น้ำตาลปื๊บ



หอมแดง



น้ำปลา



น้ำพริกกะปิ



พริกขี้หนู



กระเทียม



กุ้งแห้ง



กะปิ



มะเขือพวง



น้ำปลา



น้ำตาลปื๊บ



มะนาว



น้ำพริกมะเขือเทศ



มะเขือเทศ



กระเทียม



พริกขี้หนูแห้ง



หอมแดง



น้ำมะขามเปียก น้ำปลาร้าต้มสุก
น้ำปลา น้ำตาลทราย



น้ำพริกมะม่วง



กะปิ



กุ้งแห้ง



กระเทียม



พริกขี้หนูสวน



น้ำตาลปื๊บ



มะม่วงเปรี้ยวสับ



น้ำปลา มะนาว

สูตรที่ ๔



ปลาร้าหนุ ทรงเครื่อง



ปลาร้าปลากระดี
1 ขีด



ปลาตุกแล่นือ
1 ตัว



หวักะกิ
1 ถ้วยตวง



หางกะกิ
1 ถ้วยตวง



กระชายซอย
6 หัว



น้ำซอย
1 แฉ่ง



ตะไคร้ซอย
2 ต้น



หน่อไม้ต้มซอย
3 หน่อ



มะเขือเปราะ
4 ลูก



หอมแดงซอย
5 หัว



ถั่วฝักยาว
3 ฝัก



พริกชี้ฟ้า
สีละ 1 เม็ด



ใบมะกรูด
5 ใบ

สูตรที่ ๕



thonเต้าเจี้ยว



เต้าเจี้ยวขาว
1/3 ถ้วยตวง



หวักะกิ
1 ถ้วยตวง



เนื้อกุ้งสับ
7 ตัว



หอมแดงซอย
5 หัว



มะขามเปียก
3 - 4 ช้อนโต๊ะ



พริกชี้ฟ้า
สีละ 1 เม็ด



น้ำตาลปีบ
1 ช้อนโต๊ะ

สูตรที่ ๖



น้ำพริกนรก



พริกขี้หนูแห้ง
ป่นละเอียด
20 - 25 เม็ด



หอมแดง
7 หัว



กระเทียม
15 หัว



กุ้งแห้งป่น
1/3 ถ้วยตวง



กะปิ
2 ช้อนชา



มะขามเปียก
สับละเอียด
1/3 ถ้วยตวง



น้ำปลา
1/3 ถ้วยตวง

WWW.WONGNAI.COM

ไก่ชุบแป้งทอด



#วัตถุดิบ



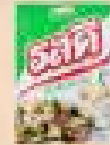
มันไก่
4 ม้วน



แป้งชุบไก่ทอด
6 ชต



เกลือ
½ ชช



ผงปรุงรส
2 ชช



น้ำมัน

กุ้งชุบแป้งทอด



#วัตถุดิบ



กุ้งสด
10 ตัว



แป้งสาลี
อเนกประสงค์
5 ชต



แป้งทอด
กรอบ
8 ชต



น้ำเย็น
6 ชต



เกลือป่น



พริกไทย
ขาวป่น



น้ำมัน

หัวหอมชุบแป้งทอด



#วัตถุดิบ



หอมใหญ่
1 ลูก



แป้งสาลี
1 ถ้วย



เกลือ
1 ชช



พริกไทย
1 ชช



นมสด
รสจืด
2 ชต



น้ำตาล
1 ชช



โซดา
1/2 ถ้วย
(เย็นๆ)



เนยจืด
1 ชช



ไข่ไก่
1 ฟอง



น้ำมัน

ชีสชุบแป้งทอด

#วัตถุดิบ

กุ้งดองซีอิ๊ว

กุ้งสด 16 ตัว ซีอิ๊วขาว 200g น้ำเปล่า ½ ถ้วย พริก 10 เม็ด กระเทียม 7 กลีบ ตาลปิบ 100g

กุ้งนึ่งมะนาว

กุ้งสด 7-8 ตัว น้ำปลา 2½ ชต. น้ำตาลทราย 1 ชต. น้ำมะนาว 10 ชต. กระเทียม 8 กลีบ สารชะหนั 2 ต้น พริกชี้ฟ้า 8 เม็ด

กุ้งทอดกระเทียม

กุ้งขาว 12 ตัว น้ำมันสำหรับทอด 1 ช้อนชา น้ำตาลทราย 1 ช้อนชา พริกไทยป่น 1 ช้อนชา แป้งทอดกรอบ 1 ถ้วย ซีอิ๊วขาว 2 ช้อนชา กระเทียมไทย 1 ถ้วย

กุ้งชุบแป้งทอด

กุ้ง 200g น้ำมันสำหรับทอด ½ ช้อนชา เกลือ 1 ถ้วย เกล็ดขนมปัง 1 ถ้วย แป้งทอดกรอบ 1 ถ้วย ไข่ไก่ 2 ฟอง

๖

แค่ 4 รส ก็ปรุงเมนูญี่ปุ่นได้สารพัด



สวัสดี



เทอริยากิ

●●○
1:1:1
จ๊อนไต้



สุกียากี้

●●●○
1:2:1:1 จ๊อนไต้
½ ถ้วย



เกว๋นหน้าไก่
กับไข่

●●●○
1:2:2:4 จ๊อนไต้
○ 1 จ๊อนท

ทอนสึ

●●○ 1:½ จ๊อนไต้
●●● 1:1 จ๊อนท



โตะมงโซะ

●●●
4:2:2
จ๊อนไต้

โตะมปรุรงร

●●●○ 2:2:4:1 จ๊อนไต้
1 ถ้วย



ชอช
นัตโตะ

●●●
1:2:2 จ๊อนไต้
½ ถ้วย



ซาบู

●●● 6:4:3 จ๊อนไต้
2 ลิตร



ชิชิโตะ

●●● 1:2:2 จ๊อนไต้
½ ถ้วย



โอะเด็น

●●●○ 4:2:4:4:2
จ๊อนไต้
2 ลิตร

ซาลาเปาไส้หมูสับ

ส่วนผสม

แป้งสาลียูเอฟเอ็ม ตราพัดโบก	
180 กรัม	
แป้งสาลีอเนกประสงค์ ตราว่าว	
150 กรัม	
แป้งสาลีโฮลวีท ตรายูเอฟเอ็ม	
ชนิดหยาบ	80 กรัม
ผงฟู	4 กรัม
เกลือ	3 กรัม
น้ำตาล	50 กรัม
ยีสต์	5 กรัม
น้ำ	200 กรัม
เนยขาว	50 กรัม

ไส้

หมูสับติดมัน	300 กรัม
เห็ดฟังเส้น	200 กรัม
น้ำตาล	20 กรัม
เกลือ	2 กรัม
ซีอิ๊วขาว	15 กรัม
น้ำมันหอย	15 กรัม
น้ำมันงา	10 กรัม
พริกไทย	5 กรัม
แป้งข้าวโพด	3 กรัม
ต้นหอมซอย	20 กรัม
เห็ดหอม	2 กรัม
หอมใหญ่	100 กรัม

อร่อยเด็ด ถูกใจคนรักสุขภาพ

ขั้นตอนการทำแป้ง

1. นำแป้งสาลียูเอฟเอ็มสำหรับทำเค้ก ตราพัดโบก แป้งสาลีอเนกประสงค์ ยูเอฟเอ็ม ตราว่าว แป้งสาลีโฮลวีท ตรายูเอฟเอ็ม ชนิดหยาบ ผงฟู เกลือ น้ำตาล และ ยีสต์ นามผสมกัน
2. ใส่ น้ำ ตีส่วนผสมให้เข้ากัน
3. ใส่เนยขาว ตีจนส่วนผสมเนียน
4. พักแป้ง 10 นาที
5. ดัดแบ่งก้อนละ 30 กรัม พักให้ซาลาเปา ขึ้น 2 เท่า 45-60 นาที
6. ท่อไส้ และนำไปนึ่งไฟแรง 12-15 นาที

ขั้นตอนการทำไส้

นำส่วนผสมทุกอย่างมาวนวดร ความเหนียว แล้วนำไปฟ่อ

ลูกชิ้นทอด

ส่วนผสม

- ลูกชิ้น 1kg
- แป้งข้าวเจ้า 2 ถต
- น้ำเย็นจัด 2 ถต
- น้ำปูนใส 5 ชต
- พริกไทย 2 ชต
- สีผสมอาหาร 4 หยด



ลาบรวมมิตรลูกชิ้น

ส่วนผสม

- ลูกชิ้นปลา 110g
- ลูกชิ้นหมู 110g
- น้ำเชื่อม 40ml
- น้ำปลา 4 ชต
- พริกป่น 2 ชต
- น้ำมะนาว 5 ชต
- หอมแดง ¼ ถต
- จ้าวจ้าว 4 ชต
- ต้นหอมซอย ¼ ถต
- ใบสะระแหน่ ½ ถต
- น้ำมัน 3 ชต
- พริกแห้ง ¼ ถต



เส้นหมี่ราดหน้า

“ส่วนผสม”

 เส้นหมี่	1 ห่อ
 เนื้อหมูหั่นชิ้น	300 g
 ซีอิ๊วดำ	1 ชต.
 แป้งข้าวโพด	1-2 ชต.
 เต้าเจี้ยว	1 ชต.
 ผักคะน้า	2 ต้น
 น้ำตาลทราย	2 ชต.
 กระเทียมเจียว	1/2 ชช
 ซอสหอยนางรม	1 ชต
 เกลือ	1 ชช
 น้ำเปล่า	1 ถ้วย



เส้นหมี่กะทิสีชมพู

“ส่วนผสม”

 เส้นหมี่	1 ห่อ
 ไข่ไก่	2 ฟอง
 เต้าหู้เหลือง	1 ก้อน
 หอมแดง	5 หัว
 ใบกุยช่ายหั่น	8 ต้น
 ถั่วงอก	1 ถ้วย
 ซอสเย็นตาโฟ	1 ถต.
 น้ำตาลทราย	2 ชต.
 น้ำมะขามเปียก	1 ชต.
 เต้าเจี้ยว	2 ชต.
 น้ำเปล่า	1 ถ้วย
 น้ำมันพืช	2 ชต.



ตำ ชีวปูปลาร้า



- 🍅 หนมจีนสด 3 จับ
- 🍅 มะละกอสับ 1 กำมือ
- 🍅 ปูเค็มลวกสุก 1 ตัว
- 🍅 พริกขี้หนู ตามชอบ
- 🍅 น้ำปลาร้า 3 ชต.
- 🍅 มะนาว 1 ลูก
- 🍅 น้ำปลา 2 ชช.
- 🍅 น้ำตาลปีบ 1 ชช.
- 🍅 มะเขือเทศ 2 ลูก
- 🍅 ผงชูรส เล็กน้อย

ตำ หลวงพระบาง



- 🍅 มะละกอผ่านเส้น
ยาวแฉ่นบาง 2 กำมือ
- 🍅 พริกขี้หนู ตามชอบ
- 🍅 กระเทียม 4 กลีบ
- 🍅 กะปิ ½ ชต.
- 🍅 มะเขือเทศ 2 ลูก
- 🍅 น้ำปลาร้า 3 ชต.
- 🍅 น้ำตาลปีบ ½ ชต.
- 🍅 น้ำมะนาว 1 ชต.

ต้มจืด เต้าหู้ผักกาดขาว



ส่วนผสม

- 🍗 น้ำซุป 2 ถ้วย
- 🍗 รากผักชีทุบ 2 ต้น
- 🍗 แครอทหั่นแว่น ตามชอบ
- 🍗 น้ำปลา 3 ชต
- 🍗 พริกไทยดำป่น เล็กน้อย
- 🍗 ผักกาดขาว
- 🍗 หั่นขวาง 6 ใบ
- 🍗 เต้าหู้ไข่ 2 หลอด
- 🍗 ผักชี ต้นหอม
- สำหรับโรยหน้า

ข้าวมันส้มตำ



ส่วนผสม

	ข้าวสารเจ้า	400 g.
	หัวกะทิ	100 ml.
	หางกะทิ	150 ml.
	น้ำตาลทราย	2 ชต.
	เกลือ	1 ชช.
	ส้มตำ	สำหรับทานคู่กัน

กะหล่ำปลี ผัดไข่ทอดน้ำปลา

ส่วนผสม



- | | |
|-----------|----------|
| กะหล่ำปลี | 1 หัว |
| ไข่ | 2 ฟอง |
| กระเทียม | 1 ชต |
| น้ำปลา | 3 ชต |
| น้ำมันพืช | เล็กน้อย |

“ ต้มจับฉ่าย ”



ส่วนผสม

	กะหล่ำปลี	ตามชอบ
	หัวไชเท้า	ตามชอบ
	กวาดุ้งอ่อนเต้	ตามชอบ
	กวาดุ้งไทย	ตามชอบ
	แครอท	ตามชอบ
	ซอสหอย	1 ชต.
	กระเทียม	5 กลีบ
	ซอสปรุงรส	1 ชต.
	ซีอิ๊วดำ	1 ชต.
	น้ำมันหมู	2 ชช.
	น้ำตาล	1 ชต.
	หมูสามชั้น	500 g

เส้นหมี่กะทิสีชมพู

“ส่วนผสม”

 เส้นหมี่	1 ห่อ
 ไข่ไก่	2 ฟอง
 เต้าหู้เหลือง	1 ก้อน
 หอมแดง	5 หัว
 ใบกุยช่ายหั่น	8 ต้น
 ถั่วงอก	1 ถ้วย
 ซอสเย็นตาโฟ	1 ถต.
 น้ำตาลทราย	2 ชต.
 น้ำมะขามเปียก	1 ชต.
 เต้าเจี้ยว	2 ชต.
 น้ำเปล่า	1 ถ้วย
 น้ำมันพืช	2 ชต.

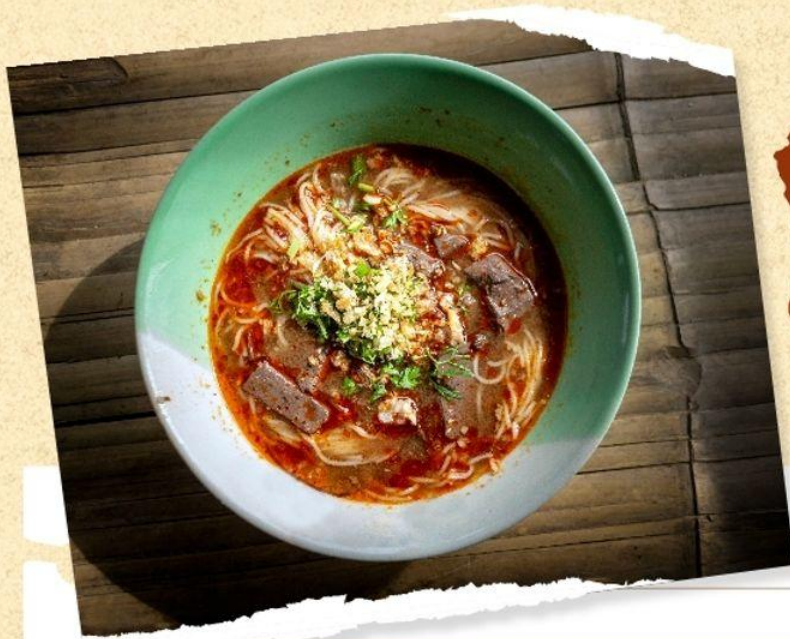




จ้าวซอย

วัตถุดิบ

- | | | | |
|------------------|----------|-----------------|----------|
| 🔍 น่องไก่ | 5-6 น่อง | 🔍 น้ำปลา | 1 ชต. |
| 🔍 กะทิ | 6 ถต. | 🔍 น้ำตาลมะพร้าว | 1 ชต. |
| 🔍 พริกแกงจ้าวซอย | 1/2 ถต. | 🔍 เกลือ | เล็กน้อย |
| 🔍 เส้นจ้าวซอย | ตามชอบ | 🔍 เครื่องเคียง | ตามชอบ |



วุ้นมจีน น้ำเงี้ยว

วัตถุดิบ

- | | | | |
|--------------------|---------|------------|----------|
| 🔍 ดอกเงี้ยว | 1 ตต. | 🔍 น้ำปลา | 3 ชต. |
| 🔍 มะเขือเทศ | 5-7 ลูก | 🔍 เกลือ | เล็กน้อย |
| 🔍 พริกแกงน้ำเงี้ยว | 2 ชต. | 🔍 หัวเผ้า | 1/2 แฉ่น |
| 🔍 เลือดไก่ | 1 ถ้วย | 🔍 วุ้นมจีน | ตามชอบ |
| 🔍 หมูสับ | 300 g. | 🔍 น้ำซุบ | 3 ตต. |

น้ำพริกหนุ่ม

ส่วนผสม

-  พริกหนุ่ม 7-10 เม็ด
-  หอมแดง 4 หัว
-  กระเทียม 8 กลีบ
-  น้ำปลา 1+1/2 ชต.
-  เกลือ 1 ชช.



น้ำพริกกะปิ

ส่วนผสม

-  พริกชี้หนูสวน 1 ชต.
-  กระเทียม 1 ชต.
-  หอมแดง 1 หัว
-  กะปิ 3 ชต.
-  น้ำตาลปีบ 2 ชต.
-  มะเขือพวง 2 ชต.
-  น้ำปลา 2 ชต.
-  น้ำมะนาว 4 ชต.
-  น้ำต้มสุก 3 ชต.



น้ำพริกปลาร้า

ส่วนผสม

- 🌶️ น้ำปลาร้า
พร้อมเนื้อปลา 100 g.
- 🌶️ พริก 5 เม็ด
- 🌶️ หอมแดง 4 หัว
- 🌶️ ผงปรุงรส เล็กน้อย
- 🌶️ มะเขือเทศ 3 ลูก

