

๑๙
๑๘๕๗๑

๑๘๕๗๑
๑๘๕๗๑
๑๘๕๗๑
๑๘๕๗๑

ขอขอบพระคุณอย่างสูงแด่ท่านที่เคารพทุกท่าน
ที่ได้กรุณาเป็นเกียรติในพิธีกุศลสดพระอภิธรรม
และฌาปนกิจศพไว้ ณ โอกาสนี้ หากมีสิ่งใด
บกพร่อง ขอได้โปรดประทานอภัยด้วย.

THAI NATIONAL ASSEMBLY LIBRARY



3961129239

นางอุไร ยมะสมิต

ชาติระ ๓๑ มีนาคม ๒๔๕๔

มรณะ ๒ พฤษภาคม ๒๕๑๔

๐๐/๑๘



วันที่ ๓/๗/๕๗
 เลขทะเบียน ๐๒๓๗
 เลขหมู่ ๐๘
 ๐๘๕๗๑.

พลอากาศเอก พนม ๕๕๕
 มอบให้ห้องสมุดรัฐสภา

สมบัติห้องสมุดรัฐสภา



ตั้งศพบำเพ็ญกุศล และสวดพระอภิธรรม ณ บ้านประตุน้ำ
วันที่ 3 พฤษภาคม 2514



สามี และ บุตรธิดา



สาม และ บุตร หลาน
ถ่ายเมื่อวันที่ 25 กรกฎาคม 2514



สวดพระอภิธรรม ค่ำวันที่ 30 พฤษภาคม 2514
เพื่อนๆ เซนต์โยเซฟ ของสมลักษณ์ พलगูร



ประวัติย่อ

นาง อุไร ยมะสมิต เกิดเมื่อวันที่ ๓๑ มีนาคม พ.ศ. ๒๔๕๔ ที่บ้านพัก สัสดีมณฑลราชบุรี เป็น บุตรพันโท พระพิพิธเสนา กับ นางพิพิธเสนา (รอด พรหมเสน) มีพี่น้องร่วมท้องคือ

นายสุรัส พรหมเสน

นางอุไร ยมะสมิต

เมื่อเยาว์วัย นางอุไร ยมะสมิต ได้รับความศึกษาที่โรงเรียนผดุงนารี จังหวัดพิษณุโลก และต่อมา ได้เข้าศึกษาต่อที่ โรงเรียนเบญจมราชาลัย ครั้นจบจากโรงเรียนนี้แล้วก็ได้ศึกษาต่อ ณ ที่ใดอีก

ได้ทำการสมรสกับ นายสัญญา ยมะสมิต เมื่อวันที่ ๕ สิงหาคม พ.ศ. ๒๔๗๓ และมีบุตรด้วยกัน ๔ คน คือ

๑. นาง สมลักษณ์ พลางกูร (สมรสกับ ดร. บรรเจิด พลางกูร)

๒. ร.อ. สมิต ยมะสมิต (สมรสกับ ม.ล. พร้อมจิตร สนิทวงศ์)

๓. นาย ศิริพงษ์ ยมะสมิต (ถึงแก่กรรม)

๔. ร.ท. สมศักดิ์ ยมะสมิต (สมรสกับ น.ส. สันสนีย์ หงสนันท์)

เมื่อวันอาทิตย์ที่ ๒ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๑๔ เวลา ๑๗.๐๐ น. ได้ถึงแก่กรรมด้วยโรคตับพิการ ณ บ้านพักประจันตฯ ถนนเพชรบุรี พระนคร รวมอายุได้ ๖๐ ปี

อาลัยถึง

คุณโยมอุไร ขมะสมิต

คนเลวตายหลายร้อย ไม่น้อยจิต

คนดีตายคนเดียวเราเสียวใจ

โยมอุไรใจพระขมะสมิต

เป็นคนดีมีบุญคุณมากมาย

ทั้งสมบัติพิสดานและบ้านช่อง

ทั้งสามมือครบกักหัวใจ

เป็นคนดีมีธรรมประจำจิต

เป็นยอดหญิงมิ่งขวัญยอดภรรยา

เห็นมาตาภิธาน่าสรรเสริญ

เป็นแม่เรือนแม่บ้านงานสำคัญ

รู้หน้าที่ที่ทำประจำที่

ปกครองคนดีนิกหลักบวการ

ไม่เคยเกลียดเคียดโกรธลงโทษใคร

เปรียบคุดตันโพธิ์ทองสนองธรรม

มีเมตตากรุณาทั่วหน้าหมด

พรหมวิหารสามานจิตคิดการณ

เป็นแม่ดีมีคุณอุตหนุนบุตร

เลียงรักษาบุตรธิดาได้ตระการ

เพราะชีวิตคนเวลานั้นเหลวไหล

แสนอาลัยถึงคนดีมีรูปร่าง

ผู้มีจิตเมตตาการณหลาย

ต้องละลายทั้งร่างแล้วร่างไป

ทั้งพี่น้องลูกหลานท่านผู้ใหญ่

เด็กผู้ใหญ่บิวารท่านเลี้ยงมา

สร้างแต่กิจกรรมดีมีบูชา

เสนาหาสามมีใครทัน

สร้างเจริญให้สามมีแปรผัน

เป็นมิ่งขวัญของครอบครัวรู้ทำงาน

ทำแต่ดีเดินไว้หลายสถาน

บิวารด้วยเมตตาสง่าธรรม

มีน้ำใจคิดแต่ซุบอุปถัมภ์

ทุกคนจิตใจในใบบน

ไม่เคยกตมีแต่รับสนับสนุน

สร้างแต่คุณไม่ให้โทษโปรดประทาน

สร้างแต่จุดดีเด่นเป็นมาตรฐาน

มีหลักฐานเก็ยศิยศปรากฏไกล

เพราะแม่คัมศรีสง่าสูง
แม่มีศีลมีธรรมประจำใจ
โยมอยู่ไหนแหละเป็นแม่พระ
พ่อแม่ดีบุตรีตาเด่นกระจ่าย
ประเทศชาติผูกผาดสะอาดศรี
วงศ์ตระกูลมั่นคงธำรงพร
เป็นนกับบุญสร้างคุณประโยชน์มาก
สร้างวัดวาอารามงามทวี
ทอดกฐินผ้าป่ามามากหลาย
รักษาศีลเป็นประจำทำแต่บุญ
ได้ฟังธรรมคำพระอยู่เสมอ
ทั้งอ่อนน้อมถ่อมตนกุศลกรรม
ให้ทั้งบุญให้ทั้งคุณประโยชน์เขา
ทั้งช่วยเหลือเกื้อหนุนเจ้อจันงาน
มุกตาเมื่อผู้ใดใครทำถูก
ส่งสอนบุตรบริวารในด้านดี
มีความเห็นเที่ยงตรงลงแน่วแน่
เชื่อพระธรรมคำพระพุทธสดชัว
เป็นอบาสิกาทันน่ารัก
เป็นแม่ดีแม่ขี้ดศรีกระจ่าย
เป็นยอดหญิงมิ่งขวัญสำคัญนัก
เหมือนนางแก้วแววตลอดขยคอนงก

จึงชักของบุตรให้ได้เป็นใหญ่
เทพไทจึงมาเกิดกำเนิดกาย
เลี้ยงรักษาบุตรมาดีเป็นศรีฉาย
เป็นแสงฉายชูประเทศเขตนคร
สังคมาดีเด่นซ้อลือกระฉ่อน
เพราะมารดรทำถูกเลี้ยงลูกดี
ได้ฝังฝากพุทธศาสน์สะอาดศรี
สร้างกุฏิอุโบสถปรากฏคุณ
ทานถวายทานมัยใจสวยสุนทรีย์
ประกอบคุณภาวนามาประจำ
ธรรมเสนोजิตสงบพบเนกขัม
ประพฤติธรรมไม่ยะโสพาโลพาล
ไม่คิดเอาเสี้ยสละมหาศาล
ชวนชวยการกิจที่ชอบประกอบดี
ช่วยฝังปลูกโมทนาเสริมวราศรี
ให้ทั่วประพฤติธรรมพระสัมมา
ไม่เปลี่ยนแปลงวิสุทธิพุทธศาสนา
มีศรัทธามั่นคงไม่หลงทาง
ได้ขุดหลักคำแจ้งแสงสว่าง
ทั้งเป็นนางสาวกาพระพุทธรองค
เห็นประจักษ์เด่นกระเดื่องเรืองระหง
ควรธำรงเอาอย่างไว้ให้อนุชน



๗ เอย์จงเป็นสุขสันต์ในที่สุคติเกิด

อุไรน่องลอยล่องอยู่ห้องฟ้า
โลกมนุษย์นี้ล้วนอนิจจัง
เมื่ออุ้งน่องครองชีวิตอยู่ในโลก
แต่อุ้งน่องมองข้ามความทุกข์ไป
อุ้งบ้ำเพ็ญเห็นประจักษ์กุศลกรรม
คนอยู่หลังยังไม่คลายอาลัยเลย
ของลูกผู้ญาติมิตรที่คิดถึง
บ้ำเพ็ญกุศลอุทิศให้ถวายใจภักดิ์
เสวยทิพย์สมบัติในสวรรค์
ผลความดีที่บ้ำเพ็ญได้เป็นทุน

หรือวิญญาแม่ยังวุ่นพะวงหลัง
จงยับยั้งหยุดคิดจิตอาลัย
อุ้งผ่านทุกข์ระทมโศรกตามวิสัย
อุ้งทศใจแก่สังคมมิตรชมเชย
ทั้งทางโลกทางธรรมมีเมตตา
อุ้งน่องเอย์จงแจ้งใจในความรัก
ในความดีที่ตรงตราใจหนัก
ขอน่องรักจงได้รับสรรพบุญ
อ้อมด้วยสุขเกษมสันต์ได้ก่อหนุน
เป็นบัจจัยสมคุณัน์นรินทร์ เทอญ

ดิเรก วัฒนศิริธรรม,

จิตลม
๒๐ มี.ย. ๒๕๖๔

ไว้อาลัยแด่ “เจ้าแม่ แห่งความอารีไมตรีจิต”

คุณอุไร ยมะสมิต เป็นกรรมการคู่มือใจของเบญจมาชวลัยหลายสมัย นับเป็นเวลาต่อเนื่องกันมากกว่าสิบปี คุณอุไร เป็นบุคคลที่ชอบช่วยเหลือ ชอบทำงาน แข็งแรง และเข้มแข็งในการทำงานการกุศล ทำอะไรทำจริง ถ้ารักชอบแล้ว จะลำบากยากเหนื่อยเพียงใด เป็นเรื่องเล็กน้อย คุณอุไร ชอบพูดคุยกับเพื่อน ๆ หลาย ๆ คนว่า ในโลกนี้ใคร ยอมให้สองคนเท่านั้น คือ ท่านผู้หญิงละเอียด พิบูลสงคราม กับคิฉัน เพราะ รัก และนับถือ เห็นใจ ยอมให้ใช้ยอมให้ทุกอย่าง ความจริงไม่มีสิ่งใดที่จะท้องคุ่ว่าเธอ คิฉันเองก็เคยอยู่เสมอว่าคิฉันเป็นหนี้บุญคุณ ในความดี ความน่ารักของคุณอุไรมากกว่า ลับหลัง คิฉันเรียกเธอว่า คุณอุไร คุณอุไรต่อหน้าคิฉันเรียกเธอว่า ไร น้องไร แม่ไร บ้าง จนตลอดชีวิตของเธอ คิฉันไม่สามารถจะบรรยายออกมาเป็นตัวอักษรได้ว่าเรารักกันมากเพียงไร รักกันสนิทยิ่งมิตรสหาย ไรทำตัวเหมือนเป็นญาติพี่น้องใกล้ชิด ลูก ๆ คิฉันก็เรียกว่า น้ำไร น้ำไร ทุกคน.

งานกาชาดทุกปีที่ทำเงินส่งสภากาชาดได้หลายแสนบาท เป็นน้ำพักน้ำแรงของแม่ไร ไม่น้อยไปกว่าของเพื่อน ๆ แม่ไรจะขนลูกหลาน สาว ๆ สวย ๆ ตลอดจนคนรับใช้ในบ้าน คนรถ ไปทำงานแผนกต้อนรับ จำหน่ายบัตรเลี้ยงโชค คุณแลเข้าของ จนปีถึงงานทุกวันและทุกปี ให้ลูกหลานแต่งตัวแบบไทยสวยงาม ออกเงินค่าผ้า ค่าตัดเย็บทุกอย่างให้ งานกาชาดปีหนึ่ง ๆ ส่งลูกหลานมาทำงานรับรอง ประดับเกียรติสวยงามในร้านทั้ง ๖ สมาคม วันละไม่น้อยกว่า ๑๐ คน ทุกปี รักแล้วจะทุ่มเทสักเท่าไร เป็นความสุขใจของเธอ นอกจากส่งลูก

หลานเค็กรับใช้ คนรถ ขนไปให้รับใช้หมดแล้ว ยังมีเพื่อน ๆ อีกมากมายที่ร้องเรียกพี่ไร น้องไร ล้วนแต่พา
มาให้ทำงานกุศล พอเห็นหน้าก็มีขนม นม เนย ผลไม้ ถักมาฝากทั่วถึง อีกวรรคหนึ่งที่แม่ไรชอบพูดกับ
ดิฉันเสมอในเวลาทำงาน คือ “ไร ว่าราชการแทนเสร็จแล้วล่ะ” เป็นหูเป็นตา เป็นทั้งมือซ้ายและมือขวา
ของประธานจัดงาน ไรอยู่ด้วยจนวาระสุดท้าย ทุก ๆ ค่ำ ทุก ๆ งาน เขียนถึงตรงนี้ ดิฉันคาฝ่ำฟางเต็มไปด้วย
ถ้วยน้ำตา ขอสารภาพในความอ่อนแอ ดิฉันอยากหยุดร้องไห้ เพื่อจะเขียนต่อ แต่ทำไม่ได้จริง ๆ ดิฉันได้พัก
การเขียนไว้เพียงเท่านี้.

อนึ่งการแสดงละครของโรงเรียน หรือของงานการกุศลใด ๆ เรื่องสมัครสมานความรักสามัคคีสำหรับ
ผู้แสดงแล้วก็เป็นที่หน้าของแม่ไร โดยไม่ต้องสั่ง ไม่ต้องเตือน แม่ไร เป็นคนช่างพูด พูด ไพเราะ อ่อนหวาน
มีจิตวิทยาสูง เข้าใกล้ใครแล้ว ผู้นั้นต้องรัก เพราะเห็นซึ่งในความเมตตาปราณีอย่างบริสุทธิ์ผุดผ่องของเธอ
ผู้แสดงคนไหนเหน็ดเหนื่อยหรือมีเรื่องน้อยอกน้อยใจ แม่ไรเข้าไปแก้ปัญหามาให้ราบรื่น ทำสถานะการณ์ระหว่าง
คนแสดงนั้บร้อย ให้อยู่ในสภาพสดใส ชุ่มชื้น ไม่ต้องร้อนใจถึงผู้อำนวยการแสดงละครแต่อย่างไร ไรเข้าที่ไหน
ก็ทำให้บรรยากาศที่นั่นแจ่มใส ร่าเริง เต็มไปด้วยไมตรีจิตสนิทสนม งานใดก็ตามนั้น ทุกคนจะต้องถามหา พี่ไร
น้องไร วันนั้นทำไมมาช้า (รอดูหลานแค้นทั่ว) วันนั้นทำไมไม่เห็นหน้าพี่ไร น้องไร (ร้านในงานกาชาดใหญ่มาก
ไร เดินไปตรวจความเรียบร้อย ความสะอาด แทนดิฉัน) ทุกคนเห็นคุณเอไร บ้าไร หน้าไร เดินมา ก็เข้าไป
รุมไปกอด ทั้งเป็นที่แน่ใจว่า มีคนรับใช้นำอาหาร ขนม ผลไม้ตามหลังมาด้วย.

คิดมันได้พรรณนาถึงความเรียบร้อย อ่อนโยน อ่อนหวาน ของแม่ไร มามากพอสมควรแล้วขอเรียนเพิ่มเติมว่า แม่ไร ไม่สามารถตามที่บรรยายมาข้างบนอย่างเดียว นิสัยแท้จริงอีกอย่างหนึ่งของเธอ เรียกว่าเป็นนักเลงน้อย ๆ ใต้ค้ำย นิสัยนี้เพื่อนฝูงตั้งแต่ครั้งอยู่โรงเรียนประจำเบญจมาชวลัยด้วยกันรู้จัก เธอเป็นลูกสาวคนเดียวของนายทหารผู้ใหญ่แห่งนครราชสีมาเธอมีเลือกทหาร เลือกคุณพ่อติดอกอยู่ไม่น้อย เธอเป็นคนเก๋กซาด เป็นหัวหน้าบรรดานักเรียนที่ไม่ชอบอยู่ในโอวาทครู อาจารย์ บางครั้งใครจะมีเสียงแหลมออกมาในทางมีติมีร้ายแล้ว หัวหน้าใหญ่คนนี้ ชอบปราบด้วยกำลังกาย หรือกำลังมือทันที ยิ่งใครแข็งกระด้าง จะทำตัวให้เป็นการบ่อนทำลายความรักสามัคคีระหว่างศิษย์เก่าเบญจมาชวลัยด้วยแล้ว แม่ไรต้องไปปราบถึงตัว ไม่กลัวใคร เพราะฉะนั้นเพื่อนฝูงที่ออกกล้าทำทางเก่งกาจ ในที่สุดต้องเกรงขามแม่ไรทั้งนั้น เป็นที่รักและยำเกรงของเพื่อน ๆ เธอพูดว่า ไรทำเพื่อสถาบันการศึกษาเก่า ไร ยอมอุทิศทั้งเลือดเนื้อและชีวิตให้เบญจมาชวลัย.

จะเห็นได้ว่า แม่ไรเกิดมาในโลกมนุษย์ ไม่เสียทีที่เกิดมา สร้างคุณงามความดีตลอดเวลา ทำตัวให้อยู่ในความรักใคร่ของเพื่อนได้ทุกชั้นทุกวัย ไม่ถือตัว ไม่อวดตัวว่าเคยเป็นภรรยาคนสำคัญ ผ่านตำแหน่งยิ่งใหญ่ของสามมีมาแล้ว บางครั้งแม่ไร ก็เคยมีเรื่องน้อยใจ และมาระบายให้คิดฉันทัง แต่เป็นการระบายที่น่ารัก น่าเอ็นดู ไม่พยายาทมาตราบ้าย เพียงแต่เล่าให้ฟังว่าคนคนนั้นหนูเคยช่วยเหลือมาแล้วอย่างไร โดยมากเป็นประวัติกของบุคคลสำคัญ ๆ ในประเทศไทยแต่อดีต ทั้งที่มีชีวิตอยู่และสิ้นชีวิตไปแล้ว นับได้ว่าเป็นบุคคลที่กำความลับความเป็นไปในอดีตของคนสำคัญไว้ได้ไม่น้อยกว่า คุณสัญญา ยมะสมิต สามมีที่ยังมีชีวิตอยู่แม่ไรนี้ นับได้ว่าเป็นยอดหญิงจริง นิสัยประเสริฐสุด คือการช่วยเหลือญาติสนิทมิตรสหาย ช่วยเหลือผู้น้อยที่อยู่ในความอุปถัมภ์

ปีหนึ่ง ๆ คุณไรร จะต้องมือนักเรียนฝากที่โน่นที่นี้ ไปกราบขอร้องด้วยตนเอง ไม่น้อยกว่าสิบคนทุกปี ให้เข้าเรียนโรงเรียนดี ๆ สถาบันการศึกษาสูง ๆ สำเร็จไปแล้วมากมาย บางคนยังส่งไปเรียนต่างประเทศด้วยทุนรอนส่วนตัว เพื่อชุบชีวิตอนาคตของเด็กให้ดีขึ้น เมื่อพฤศจิกายนปฏิบัติมาแล้วอย่างนี้ ทุก ๆ คนจึงรักนับถือบูชา แม่ไรร เป็นร่มโพธิ์ร่มไทรของเขาทุกคน

บางครั้งดิฉันเคยล้อเธอว่า วิ ไอ พี มาให้พี่ชื่นใจแล้ว ตามปกติที่ไม่มียานการกุศลถ้าแม่ไรรายหน้าไปสักสามสี่วัน ดิฉันก็ต้องโทรศัพท์ตามถามข่าวคราว บางครั้งได้รับคำตอบว่าหนูไปสร้างศาลา หนูไปสร้างเมรุ เผาศพให้วัด ล้วนแล้วแต่เป็นงานการกุศล บำรุงพุทธศาสนาทั้งสิ้น บางทีเพื่อนฝูงก็ถูกเรียกให้ไปร่วมทำบุญช่วยเหลือ คนละขัน ตามศรัทธา บางครั้งเธอเรียกดิฉันว่า แม่ ส่วนของแม่ ต้องหลายขันหน่อย ดิฉันรักและตามใจเธอทุกอย่าง ยิ่งในบั้นปลายแห่งชีวิตของเธอ แม่ไรรทำบุญกุศลมากมาย กล้ายกขี้ว่าจะรู้ล่วงหน้าเห็นอะไรก็คิดจะทำบุญ ไปบ้านดิฉันเห็นแก้อัฐุเก็บไว้ในห้องเก็บของหลายชุด ก็พูดว่า เก็บไว้ทำไม ให้ไรไปถวายวัดดีกว่า ไรจะเอารถมาขนไปให้วัดใช้นะคะ ดิฉันรักน้องคนนี้เป็นพิเศษ รักมาก ๆ จนกลายเป็นกลัวดิฉันไม่เคยขัดใจ จะทำอะไรก็ได้ จะพูดอย่างไรก็ฟัง บางทีก็ทำตามทันที ซึ่งบางครั้งดิฉันก็สงสัยตัวเองว่าทำไมจึงรักแม่ไรรเสียเหลือเกิน ทั้งนี้คงจะมีความสัมพันธ์กันมาแต่ชาติปางก่อน

เท่าที่ดิฉันพรรณนามาแล้ว ดิฉันขอสารภาพว่า ดิฉันเขียนด้วยน้ำตา คุณสมลักษณ์ ฯ ธิดา แก้วดาวดวงเดียวของคุณไรร และคุณสัญญา สามี ขอให้ดิฉันเขียนคำไว้อาลัย ดิฉันเขียนไม่ได้ ดิฉันไม่กล้าเขียน

คิดค้นขอสารภาพว่า จิตใจของดิฉันที่มีอายุ ๖๐ กว่านี้ ทั้งร่างกายและจิตใจเริ่มอ่อนแอ พ่ายแพ้ประสพการณ์
หมกกำลังใจทุกครั้งทีนึกถึง อย่าว่าแต่จะไปเห็นบ้าน เห็นอนุสรณ์ของแม่ไรเลย เพียงแค่คิดถึง นึกถึง
เท่านั้น อ่อนเพลีย จะเป็นลม ใจมันจะขาดตามไปเป็นที่สุดแล้ว ด้วยความรักความอาลัย สุดท้ายจะ
เปรียบปาน เกิดชาติใด ฉันท์ใด โนภพใด ขอให้แม่ไรเป็นญาติพี่น้องที่ใกล้ชิดสนิทสนมกว่า ชาติ
นี้ ความจริงไม่ควรจะเป็นกังวลหรือห่วงใยอันใดในทางที่เกรงว่าวิญญาณของแม่ไร จะไม่ได้อยู่บนสวรรค์
สวรรค์ ตรงกันข้าม พวกเราอยากจะขอพร ขอความช่วยเหลือให้แม่ไรบันทาลความเจริญรุ่งเรือง ความสำเร็จ
ในการจัดงานการกุศลทุกครั้ง ให้แก่สมาคมส ถาบันที่รักของแม่ไร พวกเราทุกคนจะถือว่าดวงวิญญาณของแม่ไร
เป็น “เจ้าแม่” ตามเรื่องบทละครที่แม่ไรได้อุปการะเกื้อกูล และเป็นผู้เริ่มก่อตั้งสมาคมศิษย์เก่าศิลปากร
แผนกนาฏ คุรียางค์ ร่วมกับดิฉัน ดิฉันเคยมีชีวิตร่วมกับสามี หลวงวิจิตรวาทการ จัดตั้ง โรงเรียน ศิลปากร
แผนกนาฏ คุรียางค์ เป็นครั้งแรกที่มีโรงเรียนชนิดนี้ขึ้นในประเทศไทย แม่ไร สุดท้ายของดิฉันได้ร่วมงานแต่
แรกเริ่ม เหมือนดิฉันทุกอย่าง นับได้ว่าเธอเป็นผู้เริ่มก่อการจัดตั้ง ให้ความช่วยเหลือแก่โรงเรียนศิลปากร
แผนกนาฏ คุรียางค์ แห่งแรกในเมืองไทย จึงได้เป็นกรรมการผู้เริ่มก่อตั้งสมาคมศิษย์เก่าศิลปากร แผนก
นาฏคุรียางค์ ด้วยท่านหนึ่ง

ในที่สุด ดิฉันและคณะกรรมการ บรรดาสมาชิกทุกรุ่นทุกสมัย ทั้งเบญจมาชลาลัย เพชรบุรี วิทยา
ลงกรณ์ นาฏคุรียางค์ ขอตั้งจิตอธิษฐาน ด้วยญาณวิถีย่างไรก็ตามที่ ขอให้คุณอุไร ยมะสมิต หยั่งทราบและ
แน่ใจว่าในโลกมนุษย์นี้ ยังมีคนรักใคร่ คนสรรเสริญ ยกย่อง ระลึกถึงในคุณงามความดีของแม่ไรอยู่ไม่น้อยเลย

ณ โอกาสสำคัญนี้ พวกเราทุกคนขอรวมกำลังใจ กำลังน้ำตาที่หลั่งไหล เพื่อกราบไหว้บูชาคุณพระศรี
รัตนตรัย และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งสี่นักษัตร ขอได้โปรดลดบันดาลประทานความเมตตา แก่ดวงวิญญาณอันเป็น
สุดที่รัก ของพวกข้าฯ ทั้งหลาย ดวงวิญญาณอันบริสุทธิ์ผุดผ่องของคุณอุไร ยมะสมิต ให้สิงสถิตอยู่ในสุคติภพ
พิมาน มีความเกษมสำราญทุกทีพาราตรี ให้ได้เฝ้าอยู่แทบพระบาทสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ภายใต้วัง
แห่งพุทธบารมี ด้วยความสุขสงบในสัมปรายภพชั่วนิรันดร์

ด้วยความแสนรักสุดอาลัยจากมิตรสหาย
และจากพี่สาว

ประภาพรณ วิจิตรวาทการ

แม่พระของข้าพเจ้า

แม่ไรได้แต่งงานกับข้าพเจ้าเมื่ออายุยังเยาว์วัย พึ่งสำเร็จการศึกษาจาก ร.ร. เบญจมาชาลัย และ
ยังอยู่ในความประคบประหงมของคุณพ่อคุณแม่มาเป็นอย่างดี แม่ไรเป็นที่รักใคร่ของญาติพี่น้องและมิตรสหาย
ตลอดมา เป็นภรรยาที่เข้าร่วมทุกข์ร่วมสุขกับข้าพเจ้าตลอดเวลา ๔๑ ปีเต็ม และทำหน้าที่เป็นภรรยาที่ดีที่สุด
ตลอดจนได้ประกอบภารกิจการงานในหน้าที่และส่วนตัว ทั้งในค้ำจุนสังคมจนเต็มความสามารถเสมอมา นับว่า
แม่ไรเป็นสตรีที่เพียบพร้อมด้วยคุณสมบัติอันดีงามทุกประการ ทำให้เป็นที่ชื่นชมยินดีและภาคภูมิใจแก่ข้าพเจ้า
และบุตรธิดา ตลอดจนญาติมิตรทุกคน จึงเป็นอนุสรณ์ตรึงตราอยู่ในใจของข้าพเจ้าจนกว่าชีวิตจะหาไม่ แม่ไรเป็น
ผู้ที่มีบุคลิกลักษณะ และกิริยามารยาทสุภาพอ่อนโยน แม่ไรเป็นผู้ที่เอาใจใส่ดูแลทุกข์สุขของสามี บุตร หลาน
และญาติมิตรโดยทั่วถึงกัน โดยไม่เห็นแก่ความเหนื่อยยากและไ้ยอมรับสั่งสอนผู้ที่ได้รับการอุปการะเลี้ยงดูและ
ผู้ใกล้ชิดให้มีความประพฤติดี มีความรอบรู้ในกิจการงาน มีศีลธรรม แม่ไรเป็นผู้มีใจตั้งมั่นอยู่ในการบุญกุศล
และเป็นผู้ที่มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เมตตากรุณาแก่ผู้ที่ได้รับความทุกข์ยากขัดสนและผู้ที่ควรจะได้รับ ความกรุณา
เอื้อเฟื้อ ทั้งได้เสียสละกำลังกาย กำลังทรัพย์สิน สร้างบุญกุศล เหลือที่จะพรรณานอยู่ตลอดเวลา เป็นผู้ที่รัก
เพื่อนฝูงร่วมโรงเรียนหรือญาติมิตรของแม่ไร ตลอดจนญาติมิตรบริวารของฝ่ายสามี แม่ไรได้สร้างคุณงามความดี
เป็นที่ประทับใจของเพื่อน ๆ ทั้งได้เสียสละความเหนื่อยยากประกอบการบุญกุศลในค้ำจุนสังคมต่าง ๆ ที่ขอความร่วมมือ
มามีได้ขาด

คุณสมบัติแห่งความดีงามทั้งหลาย จึงเป็นที่รักใคร่ของสามี บุตรธิดา ญาติมิตรและเพื่อนฝูงทุกคน เสียหายที่แม่ไรต้องมาจากไปในครั้งนี้ แม่ไรได้ให้ความสุขสำราญแก่ข้าพเจ้าเปรียบพร้อมด้วยประการทั้งปวง ที่ข้าพเจ้าได้รับจากแม่ไรนั้นได้สิ้นสุดลงทันทีที่แม่ไรได้จากข้าพเจ้าไป และข้าพเจ้าคิดว่าตลอดชีวิตอันสั้นของ ข้าพเจ้านั้น คงไม่มีโอกาสได้รับหรือได้พบสตรีที่มีคุณสมบัตินั้นอีก

แม่ไรได้เอาอกเอาใจทนุถนอมประคับประคองชีวิตในครอบครัวให้มีความสุข และได้ร่วมทุกข์ร่วม สุขกับข้าพเจ้า ประคบประหงม เลี้ยงดูบุตรธิดาตั้งแต่น้อยจนเติบโต ให้ได้รับการศึกษาเป็นอย่างดี จนกระทั่งมี ครอบครัวเป็นหลักฐานมั่นคงทั่วทุกคนอย่างสมเกียรติ โดยเฉพาะอย่างยิ่งแม่ไรได้เอาใจใส่ รู้จักผ่อนสั้นผ่อนยาว ให้ข้าพเจ้าได้รับความสุขตลอดมา ซึ่งเป็นการยากที่จะหาสตรีใดที่จะเป็นเสมือน แม่, ภรรยา พี่น้องหรือบุตร ทนุถนอมให้ข้าพเจ้าได้รับความสุขอย่างแม่ไรได้ให้กับข้าพเจ้า จนข้าพเจ้ายกย่องให้แม่ไรเป็นเสมือนแม่พระ ของข้าพเจ้าอยู่ตลอดเวลา แม่ไรเป็นภรรยาที่มีความรัก เคารพ บูชาสามีอย่างยกย่องเยี่ยงคนหนึ่ง

ณ บัดนี้ข้าพเจ้าได้สูญเสียแม่พระไป ทุกสิ่งทุกอย่างที่เคยได้รับ ความสุขสำราญ ร่ำรวย แจ่มใส ได้ กับมีดหม่นหมองลงทันที ในเวลาที่แม่ไรจากไป นับได้ว่าเป็นเวลาแห่งความทุกข์ ความสูญเสียอย่างใหญ่หลวงที่ สุดในชีวิตของข้าพเจ้า

การจากไปของแม่ไรครั้งนี้ เป็นที่เศร้าสลดแสนจะเสียดยอย่างสุดซึ้งของข้าพเจ้าตลอดทั้งบุตรหลาน และญาติมิตรเป็นอย่างยิ่ง เพราะแม่ไรยังมีสติปัญญาความสามารถที่จะประกอบการบุญกุศล ทำประโยชน์ แก่สังคมและให้ความอบอุ่นร่มเย็นแก่ครอบครัว บุตรหลานและบริวารอีกเป็นอันมาก ตามปรกติแม่ไรเป็นผู้ที่

รัก เป็นห่วงครอบครัว ลูกหลานญาติมิตรและผู้ได้รับอุปการะเป็นที่สุด มีใจโอบอ้อมอารี ไม่เคยทำอะไร
ให้ใครเดือดร้อน ผู้ที่อยู่ใกล้ชิดหรือบริวารจะได้รับความอุปการะเมตตา กรุณาปราณีเสมอ โดยทั่วถึงกัน จึง
เป็นที่รักใคร่ของผู้ที่ได้พบเห็นและรู้จักโดยทั่วถึงกัน

ข้าพเจ้าขอตั้งจิตอธิษฐาน ทอสังศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายในโลกนี้ว่า ผลบุญกุศลที่แม่ไรได้ประกอบคุณ
งามความดี มีจิตเมตตากรุณาต่อคนทุกข์ยาก และญาติมิตรบริวาร มีความยึดมั่นในพุทธศาสนา มีจิตใจบริสุทธิ์
ใสสะอาด ขอให้ลดบันทาลดวงวิญญาณของแม่ไรจงสถิตย์อยู่ในทิพย์วิมาน และขอจงให้ได้รับความอบอุ่น ความ
รัก ความระลึกถึงของข้าพเจ้า และบุตรหลานญาติมิตรทุก ๆ คน ขอให้กุศลกรรมทั้งหลายทั้งปวงที่ข้าพเจ้า
บุตรธิดา และญาติมิตร ที่มาบำเพ็ญให้จงเป็นผลพระบารมีส่งให้แม่ไรได้สู่คติภาพ ขอให้คุณงามความดีกุศล
กรรมดีที่แม่ไรได้กระทำไว้ในอดีตและปัจจุบันจนกระทั่งถึงแก่กรรม จงช่วยลดบันทาลให้วิญญาณอันใสบริสุทธิ์
ของแม่ไร ประสบความสุขในสัมปรายภพด้วยเทอญ

ด้วยความเศร้าสลด อาลัยรัก

สัญญา ขมะสมิต

๑ ส.ก. ๑๔

คุณแม่

วันที่ ๒ พฤษภาคม ๒๕๑๔ เป็นวันที่ลูกหลานของคุณแม่ได้รับความเสียใจ เสียหายอย่างสุดซึ้งในการจากไปอย่างไม่มีวันกลับของท่าน นับเป็นการเศร้าโศกสูญเสียครั้งยิ่งใหญ่ของลูกและหลานทุกคน ตั้งแต่นั้นไปใครเล่าจะเป็นร่มโพธิ์ร่มไทรให้ความอบอุ่น ให้ความรัก ความปราวณีก่แก่ลูกและหลานเช่นคุณแม่อีก

ระหว่างที่คุณแม่ท่านมีชีวิตอยู่ ท่านได้เป็นที่รัก เป็นที่พึ่งให้ลูก ๆ และหลานทุกคน แม่ลูก ๆ จะมีครอบครัวแยกไปแล้วก็ตาม คุณแม่ก็ไม่เคยละทิ้ง ไม่เคยหมกบังวล ท่านยังคอยเป็นห่วงให้ความอบอุ่น ซึ่งยังคงดูแลให้คำแนะนำในเมื่อลูก ๆ มีทุกข์ร้อน มีขัญหามาปรึกษาด้วยก็ทุกครั้งไป ตลอดเวลาท่านได้เสียสละทุกอย่างแม้ว่าท่านจะต้องทุกข์ยากลำบากใจเพียงใดก็ไม่สำคัญ ขออย่างเดียวให้ลูกมีความสุขสำราญ โดยไม่คำนึงถึงความสุขของตัวเองแม้แต่น้อย พระคุณอันเหลือล้นสุดที่จะหาสิ่งใดเสมอเหมือนนี้ ลูกและหลานทุกคนขอกราบและเทอดทูนด้วยความเคารพบูชา และจะระลึกจดจำไว้ชั่วชีวิต

เนื่องจากคุณแม่ท่านมีน้ำใจอันประเสริฐยิ่ง มีจิตใจโอบอ้อมอารี เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เป็นที่รัก และนับถือแก่ญาติพี่น้องตลอดไปถึงเพื่อนฝูง และผู้ที่คุ้นเคย แม้แต่เพื่อน ๆ ของลูกและหลานทุกคนท่านก็มีไว้แว่นที่จะกรุณาโดยทั่วถึงกัน อีกประการหนึ่งที่จะเว้นกล่าวเสียมิได้ก็เนื่องจากการที่ท่านเป็นผู้มีนิสัยชอบเอื้อเฟื้อช่วยเหลือญาติพี่น้องเป็นอย่างมาก ท่านจึงต้องรับภาระอันหนักในการรับฝากให้ดูแล เลี้ยงดู อบรม อุปการะ แก่บรรดาลูกหลานของญาติ ๆ อยู่เสมอ ซึ่งต่างก็ได้สำเร็จการศึกษามีครอบครัวเป็นหลักฐานไปเป็นจำนวนมาก ชันนี้ก็เป็นเหตุอันหนึ่งที่ทำให้ท่านต้องเหน็ดเหนื่อยในการที่จะต้องดูแลทุกคนให้ได้รับความสุข ความสบายทั่ว

หน้ากัน จนในบางครั้งทำให้ท่านลืมนึกถึงสุขภาพอันไม่ค่อยสมบูรณ์ของท่านเอง จนเป็นเหตุให้เกิดการเจ็บไข้ บ่อย ๆ ครั้งสุดท้ายท่านได้ล้มเจ็บก่อนหน้าวันครบรอบวันเกิดเพียง ๓-๔ วัน ท่านก็ยังพยายามฝืนทำตัวให้เป็นปกติ เพื่อมิให้ทุกคนเป็นห่วงท่านนัก ในวันที่ ๓๑ มีนาคม ซึ่งเป็นวันครบรอบวันเกิดครั้งสุดท้ายในชีวิตของคุณแม่ ลูก ๆ ยังจำภาพที่ท่านกอดลูกๆ ปลื้มปิติ รับรองลูกหลานและผู้ที่เคยนับถือท่าน ได้จัดแจงดูแลเรื่องอาหารการกินให้มีครบถ้วนมิให้บกพร่องอย่างที่ท่านเคยปฏิบัติเสมอ ๆ มา จากนั้นเพียง ๒ วันคุณแม่ก็จำต้องเข้ารับการรักษาตัวที่โรงพยาบาลศิริราช

เนื่องจากอาการโรคตับอักเสบ จากวันนั้นอาการของท่านก็เริ่มทรุดลงอย่างรวดเร็ว ยังความวิตกกังวลแก่ลูกหลานและทุก ๆ คน และก็ด้วยเวลาเพียงเดือนเดียวเท่านั้นที่บรรดาลูกหลานญาติ พี่น้อง ได้มีโอกาสได้ดูแลพยาบาลท่านอย่างใกล้ชิด ทุกคนตระหนักดีถึงอาการอันหนักของท่าน และทั้งที่บรรดาแพทย์ก็ได้พยายามช่วยกันรักษาท่านอย่างสุดความสามารถ ทุกคืนลูก ๆ ยังได้สวดมนต์ภาวนาสัจจะศักดิ์สิทธิ์ทั้งปวงในสากลโลก จึงได้โปรดช่วยชีวิตอันเป็นที่รักให้พ้นจากโรคร้ายนี้ แต่ในที่สุดคุณแม่ก็จากพวกเราไปโดยอาการสงบท่ามกลางความวิปโยคของทุก ๆ คน

ท้ายที่สุดนี้ ขออำนาจแห่งบุญกุศลและคุณความดีงามที่คุณแม่ได้บำเพ็ญไว้ตลอดชีวิต และกุศลกรรมที่ลูกทำไว้เนื่องจากคำสั่งสอนของท่าน ตลอดจนอำนาจกุศลบุญราศรีของท่านผู้มีเกียรติ ญาติ มิตร และลูกหลานที่ได้บำเพ็ญให้คุณแม่ จงบันดาลให้ดวงวิญญาณของคุณแม่ จงประสพสุข ร่มเย็น ในสัมปรายภพ เทอญ.

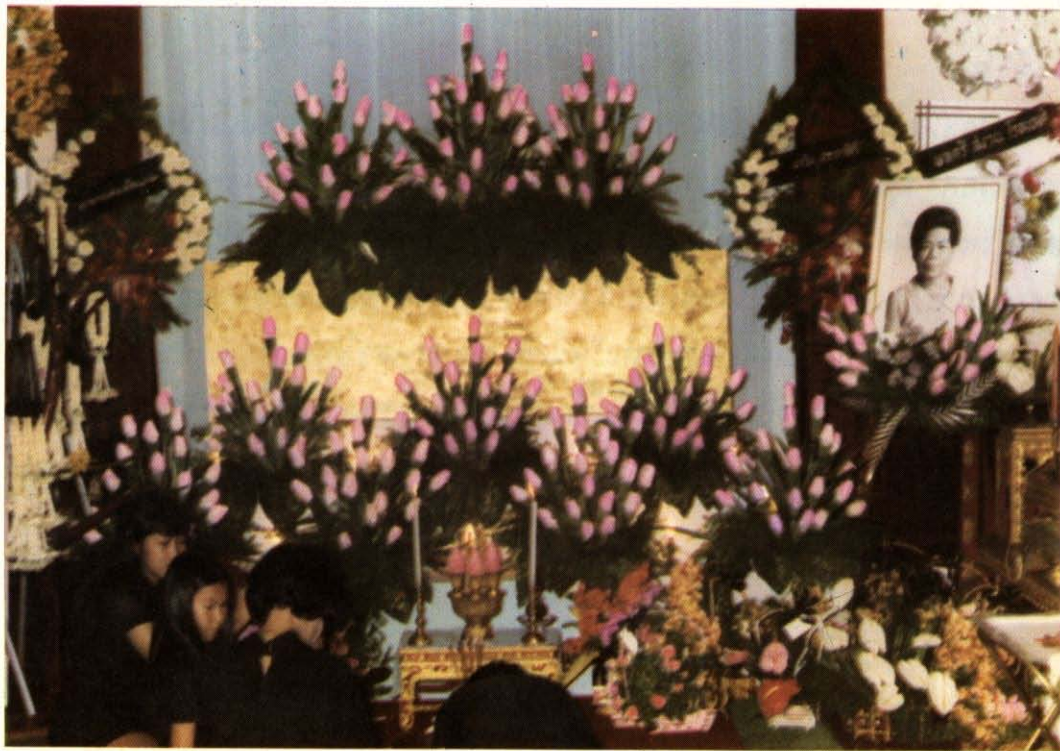
รายนามเจ้าภาพสวดพระอภิธรรมและบำเพ็ญกุศลศพ

นางอุไร ยมะสมิต

ณ บ้านเลขที่ ๒ ซอยจตุทิศ ถนนเพชรบุรี

๓	พฤษภาคม	๒๕๑๔	คุณสัญญา ยมะสมิต บุตรและหลานทุกคน
๔	”	”	พลตรีสงวน โรจน์วงศ์
๕	”	”	สมาคมเบญจมราชาลัยและสมาคมสตรีเพชรบุรีวิทยาลัย
๖	”	”	กรมพัฒนาที่ดินและ ว.ป.อ. รุ่น ๙
๗	”	”	คุณเชื้อ นิลพยัคฆ์ และบุตรธิดา
๘	”	”	บำเพ็ญกุศลครบ ๗ วัน
๙	”	”	คณะครูโรงเรียนควงฉวิล
๑๐	”	”	คุณหญิงจรูญผดุงวิทยาเสริม บุตร หลาน
๑๑	”	”	คุณอุคมและคุณสมฉวิล สังฆทรัพย์
๑๒	”	”	พระช่วงเกษตรศีลปการและคุณหญิง
๑๓	”	”	เพื่อน ๆ เซนค์โยเซฟของลูก

๖ มิถุนายน ๒๕๑๔	เพื่อนของสันสนีย์ ร.ร. ชางตาครูสคอนแวนต์
๑๓ " "	คุณเชิญ พิศลยบุตรและเพื่อน
๒๐ " "	บำเพ็ญกุศลครบ ๕๐ วัน คุณฉวี ปทุมรัตน์
๒๐ " "	ท่านผู้หญิงละเอียด พิบูลสงคราม
๒๗ " "	กองประกันภัยและสำนักงบประมาณ
	ม.จ หญิงเรงจิตจแรง อากาศ ประธานคอกไม้ประดับหีบศพ
๔ กรกฎาคม ๒๕๑๔	สมาคมประกันภัย
๑๑ " "	บริษัทไทยประกันชีวิต และสมาคมประกันชีวิตไทย
๑๘ " "	บริษัทไทยแอม
๒๕ " "	คุณประสงค์ หงสนันท์และบุตรหลาน
๑ สิงหาคม ๒๕๑๔	สมาคมผู้แทนประกันภัย
๘ " "	บริษัท สยามกลการ
๘ " "	บำเพ็ญกุศลครบ ๑๐๐ วัน พี่น้องบ้านโคกบึง
๑๕ " "	พระนรราชจำนงค์
๒๒ " "	คุณสัญญา ยมะสมิต และบุตรหลาน



สวดพระอภิธรรม คืนวันที่ 6 พฤษภาคม 2514
ข้าราชการกรมพัฒนาที่ดิน และนักศึกษา ว.ป.อ. รุ่น 9 เจ้าภาพ

คำปรารภ

ในการจัดพิมพ์หนังสือเพื่อเป็นอนุสรณ์ให้คุณแม่ในครั้ง^{นี้} พวกลูก ๆ เห็นเป็นโอกาสที่จะได้แสดงความกตัญญูทดแทนที่ท่านเป็นครั้งสุดท้าย จึงอยากจะจัดทำในสิ่งที่คุณแม่ชอบมากที่สุด คือเรื่องอาหารการกิน และได้ขอความกรุณาจากท่านผู้ใหญ่ที่นับถือ และญาติมิตรที่คุ้นเคยกับคุณแม่ขอนำทำหรับอาหารที่ท่านเหล่านั้นถนัดและชอบเป็นพิเศษ คนละสิ่งสองสิ่งเพื่อจัดพิมพ์ในหนังสือ^{นี้} ซึ่งก็ได้รับความกรุณาจากทุกท่านเป็นอย่างดี ทั้ง^{นี้}พวกลูก ๆ ของคุณแม่ขอกราบและสำนึกในพระคุณของท่าน ที่กรุณามอบตำหรับให้ลงพิมพ์ หากมีความผิดพลาดประการใด ขอกราบอภัยไว้ ณ ^{นี้}ด้วย และหวังว่าหนังสือ^{นี้}คงจะเป็นประโยชน์แก่ผู้อ่านบ้างตามสมควร

สมลักษณ์ พลาตกุล
พร้อมจิตต์ ยมะสมิต
สันสนีย์ ยมะสมิต

สารบัญ

หน้า ๑-๑๖

เรื่อง	หน้า	เรื่อง	หน้า
ฟองดู โบกียง (FONDUE BOURGIGNONNE)	๑	HOME MADE PIZZA	๑๖
ก๊วยเตี้ยวหลอด	๓	ไก่ตอนกับเห็ดสด	๑๘
ไก่สะเต๊ะ	๔	เค้กผลไม้กับไส้คัสตาเดิร์ม	๑๕
✓เม็ดทับทิมกรอบ	๖	✓เมี่ยงเนื้อ	๒๐
ลอดช่องสิงคโปร์	๗	✓เนื้ออบหรือเนื้อทอดไส้	๒๑
ขนมถั่วแปบ	๘	ข้าวหน้าไก่	๒๒
ข้าวุ้นเส้น	๕	ข้าวเกรียบอ่อน	๒๓
ต้มหมูชะมวง	๑๐	ขนมโตเกียว	๒๕
ขนมดอกกลาดวน	๑๑	✓ยำแคบหมู	๒๖
น้ำสลัดแบบขวดของนอก	๑๒	✓ปีกไก่ย่าง	๒๗
หมูเบคอน BACON	๑๓	กะเพาะปลา	๒๘
แกงเหลือง	๑๔	เป็ดขี้ดไส้	๒๙
แกงไตปลา	๑๖	ไส้กรอกหมูนครราชสีมา	๓๐

เรื่อง	หน้า	เรื่อง	หน้า
จ้อยหย่อ (ปอเปี๊ยะทอดแบบญวน)	๓๑	น้ำพริกพื้นเมือง	๔๓
ขำลดความดัน	๓๒	สังขยาเผือก	๔๔
ขากิโทร์ (ไก่ย่าง)	๓๓	ไก่จ๋อวย	๔๕
โอยะโกนบุรี ข้าวหน้าไก่	๓๔	ฟองสโนว	๔๖
เทนคนบุรี ข้าวหน้ากุ้งทอด	๓๔	แกงเปราะหน่อไม้กับข้าวโพดต้ม	๔๗
คัตจิคคนบุรี ข้าวหน้าหมูทอด	๓๕	ขนมมะแรงคี่เย็น (Cold Meringue)	๔๘
อุนางิคนบุรี ข้าวหน้าปลาไหลย่าง	๓๕	และมะแรงคี่ร้อน (Hot Meringue)	๔๘
แจ่วปลาทุ	๓๖	แกงบวน	๔๙
ปูอบ	๓๗	แครัพ	๕๑
สลัดองุ่น	๓๘	GREPE FARCIE	๕๒
เขลลลาใบ	๓๘	ขมมเต่า	๕๓
ชีสโรแลนด์ (Cheese Roland)	๓๙	ขำใหญ่	๕๕
น้ำพริกขลวงเรือ	๔๐	ขำเห็ดฟาง	๕๖
ทอดมันปลากราย	๔๑	หอมใหญ่บรรจุไส้	๕๗
ทอดมันกุ้ง	๔๒	เมี่ยงหม	๕๘

เรื่อง	หน้า
ข้าวผัดหมี่	๕๕
กล้วยหอมทอด	๖๐
กุ้งอเมริกัน KING PRAWNS AMERICAIN	๖๑
เครป ซูเซท CREPE SUZETTE	๖๓
ขำเมืองกำแพง	๖๕
นอยหน้าลอยแก้ว	๖๗
นาพริกผัก	๖๘
ปลานึ่ง-นาพริกถั่ว	๖๙
ซุ้โครงหมูย่างแบบเกาหลี	๗๐
ปลาข้่งแบบเกาหลี	๗๑
ช็อคโกแลตชูเฟล้ (Chocolate Souffle)	๗๒
แรสเบอร์รี่ครีม (Raspberry Cream)	๗๒

ฟองดู โบกียอง (FONDUE BOURGIGNONNE)

คุณหญิง อุดมลักษณ์ ศรียานนท์

เครื่องปรุง

แป้งมัน แป้งหวาน เกลือ พริกไทย มะเขือเทศ ผักกาดหอม แดงกวา มันฝรั่งทอด (Chip)
มายองเนส น้ำมันพืช เนื้อสันใน

วิธีปรุง

ล้างผักกาดหอม ฟานมะเขือเทศ ปอกแตงกวา ฟานตามชอบ จัดเข้าตู้เย็น ตีมายองเนสเข้าตู้เย็น

ล้างเนื้อให้สะอาด นวดให้นุ่ม บีบน้ำให้แห้ง หั่นเป็นก้อนขนาดตามชอบ เกลือ ๑ ช้อนชา
พริกไทย ๑/๒ ช้อนชา แป้งหวาน ๑ ช้อนชา แป้งมัน ๑ ช้อนชา รวมผสมให้เข้ากันดี แล้วจึง
นำเนื้อที่หั่นไว้ลงคลุกนวดให้เข้ากันหมักไว้

ก่อนรับประทานตั้งน้ำมันร้อนสักประมาณ ๒/๓ ของกระทะ พอร้อนจัดใส่เนื้อลงทอดครั้งละ ๗-๘ ชิ้น
โดยใช้ตะแกรงชั้นขึ้น ผิวเกรียมข้างในไม่สุกนัก (Well done) จักลงจาน แต่งด้วยผัก ซอสใส่ข้างจาน

วิธีผสมซอส

- มายองเนส ๑ ช้อนขาว)
- ซอสมะเขือเทศ)
- ซอสพริกศรีราชา)
- พริกไทย)
- มันคาคผสมแล้ว)
- ผักชีหั่นละเอียด)
- หอมใหญ่สับละเอียด)

ผสมตามชอบใส่ในที่เกี่ยวข้องกัน
คนด้วยส้อมจึงจุ่มด้วยเนื้อ, ผัก



๗) กว๊วยเตี๋ยวลอด

คุณหญิง อุดมลักษณ์ ศรียานนท์

เครื่องปรุง

ก๊วยเตี๋ยวล้วน ๑ ก.ก. เนื้อหมูสับละเอียด ครึ่ง ก.ก. กุ้งสดสับละเอียด ครึ่ง ก.ก. พริกไทย
กระเทียม ไชลกละเอียด ๑ ช้อนคาว ถั่วอก ผักชี พอสสมควร ซีอิ้วขาว ๒ ช้อนคาว
ผงชูรส ๑ ช้อนคาแพ แป้งมันเล็กน้อย กระเทียมเจียว ๑ ถ้วยแบ่ง

วิธีปรุง

หมู กุ้ง ที่สับละเอียดแล้ว คลุกกับพริกไทย กระเทียมที่โขลกละเอียด ใส่ซีอิ้วขาว ผงชูรส
ถั่วอก แป้งมัน คลุกให้เข้ากันดี แผ่แผ่นก๊วยเตี๋ยวลงบนเขียง ตักของที่ปรุงไว้แล้ววางลงตรง
กลางแผ่น แล้ว ม้วน หนึ่งให้สุก อย่างหนึ่งให้นานเกินไป ประมาณ ๒๐ นาทีก็พอ เมื่อสุกดีแล้ว
จัดลงจาน หั่นเป็นท่อนพองาม โรยด้วยกระเทียมเจียวและผักชีพอสวย รับประทานกับน้ำจิ้ม
(ใช้ราดบนก๊วยเตี๋ยวลอด)

๕๕ น้ำจิ้ม

ซีอิ้วชั้น น้ำส้ม พริกแดง ผงชูรส ผสมรสตามชอบ รับประทานขณะยังร้อน ๆ

ไก่อ่สะเต๊ะ

คุณหญิง อุดมลักษณ์ ศรียานนท์

เครื่องปรุง

ตะไคร้ ๒ ก้าน ใบมะกรูด ๓ ใบ (หั่นละเอียด) หัวหอม ๖ หัว เกลือป่นครึ่งช้อนชา นมข้น ๒ ช้อนโต๊ะ แป้งมัน ๒ ช้อนโต๊ะ หัวกะทิชั้น ๑ ถ้วยแบ่ง ผงชูรส พริกขี้หนู พริกขี้หนู (ล้าง กวักให้เหลือองป่นให้ละเอียดอย่างละ ๑ ช้อนชา)

วิธีปรุง

ทำเครื่องที่หั่นแล้วให้ละเอียด ใส่ลูกผักชี ยี่หว้าที่ป่นไว้ลงไปด้วย ผสมนมข้น ผงชูรส แป้งมัน เกลือ คนให้เข้ากัน ใส่ออกไก่ หั่นเป็นชิ้นขนาดพอสวย คลุกกับเครื่องที่ตำไว้ หมักทิ้งไว้สัก ๒๐ นาที ลองปรุงสุกสักชิ้นเพื่อชิมรสว่าได้ที่ตามที่ชอบหรือยัง

ถ้าพอใจแล้ว เสียบกับหางมะพร้าวที่เตรียมไว้ ปรุงบนเตาสำหรับปิ้งสะเต๊ะ (เป็นรางยาว ๆ) พอสุกพรมด้วยหัวกะทิ รับประทานร้อน ๆ

ส่วนที่กำหนดไว้สำหรับเนื้อไก่ประมาณ ๕ กก. จะเป็นสะเต๊ะประมาณ ๔๐ ไม้

น้ำพริกสะเต๊ะ

ตะไคร้ ๓ ต้น กระเทียม ๔ กลีบ หัวหอม ๕ หัว รากผักชี ๓ ต้น ช่า ๒ แว่น บาง ๆ
 ผิวนะครุนึกน้อย กะป็นึกน้อย พริกแห้ง ๕ เมล็ด ถั่วลิสงบ่นละเอียด ๑ ถ้วยแบ่ง
 มะพร้าวคั้น เอาแต่หัวกะทิ ๑ ถ้วย น้ำปลา น้ำตาลปี๊ป ผงชูรส

วิธีปรุง

หั่นเครื่องทุกอย่างให้ละเอียด แล้วจึงใส่ถั่วลิสงลงไป คนให้เข้ากัน เคี่ยวกะทิพอข้น อย่าให้แตก
 มันมาก ใส่เครื่องลงไปผัดให้หอม เติม น้ำปลา น้ำตาล ผงชูรส ชิมดูตามรสที่ชอบ ให้ออก
 หวานนิด ๆ พอ น้ำพริกที่ผัดขึ้นหน้าตักมันพอสวยก็ใช้ได้

เครื่องอาจาด

แตงกวา หัวหอมเล็ก พริกแดง น้ำส้ม เกลือ น้ำตาล

วิธีปรุง

แตงกวาหั่นซอยพองาม หัวหอมเล็กซอย พริกแดง ผสมน้ำส้ม เกลือ น้ำตาล ชิมรสตาม
 ชอบ นำผักที่หั่นแล้วลงผสมกับน้ำส้ม

เม็ดยัดหุ้มกรอบ

คุณหญิง อุดมลักษณ์ ศรียานนท์

เครื่องปรุง หัวจิ้น ๑ กิโลกรัม แบ่งมัน ๘ ชีต แบ่งท้าวายม่อมบดละเอียด ๒ ชีต ผสมแบ่งมันแล้วร่อน
ด้วยแฉ่งแล้วพักไว้ สีแดงสำหรับทำขนมละลายน้ำประมาณพอสีสวย มะพร้าวขาวครึ่งกิโลกรัม
นึ่งให้สุกก่อนกินเสีย พอเย็นคั้นกับน้ำ ๒ ถ้วยแฉ่ง ไข่เค็มต้มหุ้มเม็ดยัดแล้ว

วิธีทำเม็ดยัดหุ้ม

ปอกหัวให้หมดเปลือกตำ ล้างน้ำให้สะอาดหั่นเป็นชิ้นรูป ละลายสีแดงพอสวยงามนำหัวลงเคล้าสี ยก
ขึ้นสลัดน้ำพอสมควร นำตวงคลุกกับแบ่งที่ร่อนไว้หีบโรยทีละน้อยเพื่อไม่ให้แบ่งเปียกน้ำมาก พอ
สงบเบา ๆ ใส่ตะแกรงเพื่อให้เหลือเม็ดยัดสวย คั้นน้ำเคือดปลานปล่อยหัวที่คลุกแล้วลงไป พอเม็ดยัด
ลอยรีบตักขึ้นแล้วจับแบ่งใส่ในน้ำเย็นใส่กระชอนให้สะเด็ดน้ำ จึงเคล้ากับหัวกะทิพักไว้

เครื่องปรุงน้ำกะทิ

น้ำตาล ๑ กิโลกรัม น้ำ ๑ ขวด เคี่ยวเป็นน้ำเชื่อม ถ้าชอบดอกมะลิก็ลอยน้ำไว้ทำน้ำเชื่อม หรือ
จะชอบอบควันเทียนกระดังงารนด้วยควันเทียนก็ได้

เวลารับประทาน

ตักเม็ดยัดหุ้มที่เคล้ากะทิแล้วใส่น้ำเชื่อมและน้ำแข็งบด



สวดพระอภิธรรม ค่ำวันที่ 7 พฤษภาคม 2514
คุณเป้าเชอ นิลพยัคฆ์ และหลาน เจ้าภาพ

ลวดของสิงคโปร์

คุณหญิง อุดมลักษณ์ ศรียานนท์

เครื่องปรุง

แป้งสิงคโปร์ ๑ กิโลกรัม สารส้ม ก้อนประมาณขนาดหัวแม่มือ สีใส่ขนม มะพร้าว น้ำตาลทราย น้ำดอกมะลิ ชนุน

วิธีทำ

แบ่งแป้ง ๑ ชีตละลายในน้ำเล็กน้อย ใส่สารส้มให้ละลาย ใส่สีพอสวย (สีตามใจชอบ) แล้วเอาขึ้นกวนบนไฟอ่อน ๆ พอสุกยกกลง ทิ้งไว้ให้เย็น

แบ่งที่เหลือ ร่อนให้ละเอียดลงเคล้ากับแป้งที่กวนไว้จนจนเหนียวเข้ากันพอดี เอาน้ำใส่หม้อ ตั้งไฟให้เดือด กดแป้งที่นวดไว้บนตะแกรงสังกะสีที่เจาะรูลงในน้ำเดือดพอตัวลอยก็ตักขึ้นใส่ลงในน้ำเย็น เมื่อเย็นดีแล้วเทลงในผ้ากรอง เมื่อน้ำออกหมดแล้วจึงใส่ในน้ำเชื่อม

น้ำเชื่อม เอาน้ำดอกมะลิที่อบไว้ คั้นมะพร้าวให้ขึ้นใส่ลงในน้ำเชื่อมที่กำลังเดือด แล้วรีบยกกลงทิ้งไว้ให้เย็น ใส่ชนุนหั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ ใส่ น้ำแข็งทุบละเอียด

รับประทานทันทีแบ่งจะกอบ

หน้าว่าง

ยำวันเส้น

คุณหญิง สมจิตต์ กุลละวณิชย์

เครื่องปรุง วันเส้น เห็ดหูหนู แดงกวา ถั่วงอก ถั่วงอก ถั่วงอก หมู พริกชี้ฟ้าแดง กระเทียม น้ำตาล น้ำส้ม
เกลือ (ถ้าชอบนำปลาใช้น้ำปลาก็ได้)

วิธีทำ วันเส้น ล้างน้ำให้สะอาด ลวกด้วยน้ำร้อนแล้วสงขึ้นโดยเร็ว ใส่ในน้ำเย็น ตูพอเส้นนิ่มตัดเป็น
ท่อน ๆ ยาวพอควร ใส่ลงในกระชอนให้สะเด็ดน้ำ

เห็ดหูหนู ล้างน้ำให้สะอาด แช่ไว้ให้บาน ตักโคนแข็ง ๆ ออก ตัดเป็นชิ้นเล็กพอควร เอาขึ้น
ให้แห้ง

แดงกวา ปอกเปลือกออก ผานเป็นชิ้นบาง ๆ ตามลูก (อย่าให้ถึงเม็ด)

ถั่วงอก ล้างให้สะอาด ตัดเป็นท่อนสั้น ๆ ถ้าเป็นถั่วงอกจกหัวท้ายให้สวยงาม

ไก่ ต้มให้สุก ฉีกเป็นชิ้นเล็ก ๆ

หมู ต้มให้สุก หั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ

ถั่วงอก ต้มใส่เกลือนิดหน่อย สุกแล้วหั่นเป็นชิ้น ๆ

พริกชี้ฟ้าแดง กระเทียม โขลกให้ละเอียด

ผสมน้ำตาล น้ำส้ม เกลือหรือน้ำปลา ชิมดูให้มีรสเปรี้ยว เค็ม หวาน ให้รสจืดหน่อย เวลาจะ
รับประทานก็กรวดลงไปบนของที่เตรียมไว้ เกล้าให้ทั่ว ชิมดูรสตามชอบ

ต้มหมูชะมวง

คุณหญิง สมจิตต์ กุลละวาณิชย์

เครื่องปรุง

วิธีทำ

หมู ๓ ชั้นหรือหมูเนื้อแดง ไบชะมวง กะปิ ข่า หอม กระเทียม พริกแห้ง น้ำตาลปี๊บ น้ำปลา

หมูหันเป็นชิ้นโต ๆ (ขนาดเท่าหมูต้มเค็ม)

ไบชะมวง เลือกใบที่ไม่แก่และไม่อ่อนเกินไป ฉีกเอาออกจากกระดูกกลางโตขนาดใบละสี่ชิ้น ล้าง
น้ำให้สะอาด

กะปิ ข่า หอม กระเทียม เผาไฟแล้วโขลกรวมกัน

พริกแห้ง ผ่าซีกและเม็ดออกแช่น้ำ โขลกรวมไปด้วย เลือกพริกที่ไม่เผ็ด ต้องการให้มีสีสวยเท่านั้น (ใส่ประมาณสามเม็ดต่อหมูหนึ่งกิโลกรัม)

เอาเครื่องลงผัดให้หอม ใส่น้ำตาลปี๊บ น้ำปลา คุณน้ำตาลละลายเป็นสีจืดแล้วใส่หมู ไบชะมวง
ลงไปผัดด้วยสัปดาห์จึงเค็มน้ำลงไปพอท่วมหมู เคี่ยวไปจนหมูและไบชะมวงเปื่อย จะมีรสเปรี้ยวของ
ไบชะมวงออกด้วย ชิมดูรสหวานเค็มตามชอบ

ขนมดอกถั่วตวน

คุณหญิง ลำอังก์ ช่างเขตรศิลป์การ

เครื่องปรุง

แป้งสาลี	๒ ถ้วย
น้ำตาลทรายละเอียด	๑ ถ้วย
น้ำมันหมู พอกวน	
น้ำ ครึ่งช้อนกาแฟ	

วิธีทำ

ผสมแป้งสาลีกับน้ำตาลทราย เมื่อผสมดีแล้วเอาน้ำมันหมูใหม่ ๆ ลงคลุกพอขึ้นติด อย่าให้เหลวให้
 ก่อนข้างแข็งหน่อย เมื่อผสมดีแล้วเอาน้ำครึ่งช้อนกาแฟใส่ในผ้ามีอนุวคไปอีกสักประเดี๋ยวจนรู้สึก
 ว่าเหนียวขึ้น การผสมน้ำมันหมูเป็นการทำให้เหนียวง่ายขึ้น เสร็จแล้วปั้นเป็นลูกกลมผ่าสี่ แล้ว
 ตัดเป็นสามกลีบหรือสี่กลีบตามต้องการ และปั้นลูกกลมเล็ก ๆ ทิศตรงกลาง เสร็จแล้วฝังไฟขนาด
 กลางก่อนข้างอ่อน กอยระวังอย่าให้แก่ไฟ จะไม่สวย

น้ำสลัดแบบขวดของนอก

คุณหญิง สำอางค์ ช่วงเกษตรศิลปการ

เครื่องปรุง

ไข่ ๘ ฟอง น้ำมันรำหรือน้ำมันพืช ๑ ถ้วย นมคานเนชั่น ๑ ถ้วย มัสตาร์ด ๑ ช้อนชา น้ำส้ม ๑ ถ้วย
เกลือ ๖ ช้อนชา น้ำตาลทราย ๖ ช้อนดาว

วิธีทำ

ตีไข่ทั้งไข่แดงไข่ขาวจนปนกันดี สัก ๒ นาที ใส่เกลือ มัสตาร์ด น้ำตาล น้ำมันก้อย ๆ ใส ใส่นม
และเมื่อผสมดีแล้วก้อย ๆ ใส่น้ำส้ม เมื่อผสมเสร็จแล้วยังเหลว เอาภาชนะมั่งหรือหม้อใส่น้ำตั้งไฟ
พอน้ำเดือดเอาน้ำสลัดที่ผสมเสร็จแล้ว ตั้งในน้ำและก้อย ๆ คนไปจนขึ้น อย่าใช้ไฟแรง เมื่อขึ้น
แล้วถ้ามีเครื่องบดไฟฟ้าก็เอาใส่บดอีกทีก็จะละเอียดน่าดู เมื่อเหลือเก็บไว้หลายวันก็เอาอุ่นได้ เวลา
อุ่นจะเค็มน้ำส้มหรือน้ำก็ได้อะไร
(แต่ภาชนะที่ผสมควรใช้เครื่องเคลือบเช่น ปิ่นโต ถ้าใช้อลูมิเนียมจะเป็นสีเขียว คำ ไม่สวย)

หมูเบคอน BACON

คณหญิงระเบียบ รัตนะรัต

วิธีเลือกหมู หมูเล็ก อ่อน ใช้เนื้อสันท้องหรือที่เรียกว่าหมูสามชั้น มีลักษณะหนังอ่อน บาง สีขาวมันน้อย มีเนื้อแดงมากกว่าเนื้อขาว ขนาดเป็นแผ่นผืนผ้า หนักประมาณ ๒ ก.ก ต่อ ๑ แผ่น

เครื่องผสม เนื้อหมู ๒ ก.ก. ใช้เกลือ ๖๐ กรัม ดินประสิว ๑๐ กรัม น้ำตาล ๒๐ กรัม (น้ำตาลทราย) (๑ ช้อนโต๊ะ เท่ากับ ๑๐ กรัม, ๑ ช้อนกาแฟ เท่ากับ ๕ กรัม)

วิธีทำ เมื่อเลือกหมูได้ตามต้องการแล้วเก็บไว้ในตู้เย็น ๑ คืน วันรุ่งขึ้นจึงเอาออกมาทำความสะอาดซุกหนังให้ขาวแล้วล้างด้วยน้ำอุ่นให้สะอาด เอาขี้หนังบนตะแกรง ใช้ผ้าขาวบางเช็ดให้แห้ง เอามีดปลายแหลมเจาะที่หนังประมาณ ๔-๕ แห่งแล้วใช้ส้อมจิ้มจนทั่วทั้งแผ่นอีกครั้งหนึ่ง เอาเกลือโรย นวดไปประมาณครึ่งชั่วโมง จึงโรยน้ำตาลและดินประสิว นวดให้เข้ากันประมาณ ๕-๑๕ นาทีแล้วใช้กระดาษแก้วห่อแบน ๆ เก็บไว้ในตู้เย็นประมาณ ๑-๒ อาทิตย์เรียกว่าการหมักเบคอน

วิธีรมควัน (Smoke) เอาหมูที่หมักไว้ออกมาแกะกระดาษแก้วออก เอาตะขอกี่หว ๒ ซายหรือใช้ลวดผูกก็ได้ เอาถังน้ำมันเบนซินหรือกระป๋องสังกะสีโต ๆ ใช้เหล็กสอดเส้นผ่าศูนย์กลาง เอาหมูที่ผูกลวดไว้แขวน ใช้เปลือกมะพร้าวจุดไฟที่ละ ๑-๒ อันใส่ถังกระป๋อง เอาฝาปิดถัง รมไปประมาณ ๔ ชั่วโมง เมื่อเห็นว่าสีหมูเข้มดีแล้วก็ใช้ได้ ควรเก็บตู้เย็นหลังจากรมควันแล้ว

ถ้าจะให้หมูมีรสสวย ก่อนรมควันให้ใช้ผ้าขาวห่อเสียก่อน.

แกงเหลือง

คุณหญิงระเบียบ รัตนะรัต

เครื่องปรุง พริกขี้หนู ๔ ช้อนโต๊ะ ตะไคร้ ๑ ต้น (ทางนครศรีธรรมราชไม่ใช้) ข่า ๗ แว่น หอม ๕ หัว
 กระเทียม ๓๕ กลีบ เกลือ ๑ ช้อนโต๊ะ กะปิ ๓ ช้อนโต๊ะ ขมิ้น ๒ นิ้ว ปลาช่อนสดหนัก ๑ ก.ก. มะขามสด
 หรือมะขามเปียกคั้นน้ำข้น ๆ ประมาณ ๕-๖ ช้อนโต๊ะ ถ้าย้อนเปรี้ยวเติมน้ำมะนาว ๑ ผลหรือระกำ ๑-๒ ผล
 เพื่อชูรส สับปะรดหรือมะละกอ ๑ ผล

วิธีทำ โขลกเครื่องปรุงทั้งหมดให้ละเอียด ใส่กะปิที่หลังสุด โขลกต่อไปให้เข้ากัน

ละลายเครื่องแกงกับน้ำ ๖ ถ้วยตวงตั้งไฟให้เดือด ใส่ผักที่หั่นเตรียมไว้แล้ว เคี่ยวไปพอผักนุ่มจึงใส่
 ปลา กะตุนให้ปลาสุกจึงใส่น้ำมะขาม น้ำปลา ๒ ช้อนโต๊ะ ชิมดูให้รสเปรี้ยวขึ้นหน้าออกรสหวานปลา และเหยาะ
 น้ำตาลเพียง ๑ ช้อนชาเท่านั้น เสร็จแล้วยกลงได้

หมายเหตุ แกงเหลืองตามปกติจะไม่ใส่น้ำตาลเลย เพราะมีน้ำหวานออกจากปลาสด แต่ทางกรุงเทพฯ ใช้น้ำ
 ตาลเหยาะเพียง ๑-๒ ช้อนชาเท่านั้น กระเทียมถ้าใช้กระเทียมกลีบใหญ่ของจีนใช้เพียง ๑๐-๑๕ กลีบ เพราะ
 นอกจากกลีบใหญ่แล้วยังกลิ่นจืดอีกด้วย ถ้าตวงช้อนกะประมาณ ๒ ช้อนโต๊ะ ผัก จะใช้สับปะรด ๑ ผล มะละ
 กอ ๑ ผลหรือถั่วฝักยาว ๒ ก.ก. อย่างหนึ่งอย่างใดแล้วแต่จะชอบ บางท่านใช้ผัก ๒-๓ อย่างรวมกันเช่นหน่อ
 ไม้สดกับถั่วฝักยาว เมื่อรวมแล้วไม่ควรเกิน ๒ ก.ก หรือ ๓ ก.ก. ต่อปลา ๑ ก.ก. เพราะถ้าผักมากไปแกงจะไม่มี
 รสปลา จะใช้ปลาหรือกุ้งก็ได้ ปลาน้ำเค็มก็ใช้ได้ดี ข้อสำคัญต้องใช้ปลาสดจริงๆ



สวดพระอภิธรรม คืนวันที่ 8 พฤษภาคม 2514
คณะครูโรงเรียนดวงถวิล เจ้าภาพ

แกงไตปลา (อาหารสงขลา)

คุณอินทรา ลีวาระวิโรจน์

เครื่องปรุง

ปลาอย่าง ๑ ก.ก. กุ้งสด ๓ ช้อนโต๊ะ ตะไคร้ ๓ ต้น พริกไทย ๒๐ เม็ด พริกแห้ง ๓ เม็ด พริกขี้หนู ๓ ช้อนหวาน หัวหอม ๕ หัว กระเทียม ๒๐ กรีบ ข่า ๙ แว่น ผิวมะกรูดครึ่งช้อนกาแฟ ตะบูนิดหน่อย ไตปลา ๑๐ ช้อนโต๊ะ ไขมัน ๑๐ แว่น น้ำตาล ส้ม (จะใช้ส้มแขก หรือส้มมะขามก็ได้)

วิธีทำ

๑. ใช้ไตปลาผสมน้ำเย็น ๒ ถ้วยทิ้งไฟให้เดือดแล้วเอาเครื่องแกงที่โขลกไว้นั้นละลายให้ข้นใส ตามชอบ
 ๒. นำเครื่องทั้งหมด มีกุ้งสดโขลกปรุงกับเครื่องแกงด้วย เมื่อละเอียดแล้วละลายเครื่องแกงใส่หม้อตั้งไฟจนเดือด ใส่ปลาอย่างและไตปลา (ทั้งน้ำและเนื้อ) ใส่น้ำตาล ส้ม ใบมะกรูดหั่นฝอย ชิมดูรสตามชอบ ทิ้งไว้ให้เดือดสักครู่แล้วยกลงได้
- ใช้รับประทานกับผักสด เช่น สะตอ ลูกพะเนียง ถั่วฝักยาว ฯลฯ

HOME MADE PIZZA

ม.ล. มณีรัตน์ บุณนาค

วิธีทำ

แป้ง — แป้งสาลีร่อนแล้ว ๒-๓ ครั้ง ๒ ถ้วย ยีส ๑ ก้อน (ยีสแห้ง ๑ ช้อนโต๊ะละลายในน้ำอุ่น ๑/๔ ถ้วย กับน้ำตาลทราย ๑ ช้อนชา) น้ำอุ่น ๑/๓ เกลือ ๑ ช้อนชา น้ำมันมะกอกหรือน้ำมันพืชอย่างใดก็ได้ ๒ ช้อนโต๊ะ ใส่ยีส, น้ำตาลในน้ำอุ่น คนให้ละลายปิดฝาทิ้งไว้ในที่อุ่น อับลม เช่นใส่ตู้ที่ปิดทิ้งไว้สักครู่ จนยีสขึ้นเป็น ๒ เท่า แล้วเทลงในถ้วยน้ำอุ่นกับเกลือผสมรวมลงในชามแป้งคนให้เข้ากัน ใส่น้ำมัน แล้วคนอีกจนเข้าเป็นก้อน เอาน้ำมันอีกราว ๑๕ นาที จนแป้งนุ่มไม่ติดมือ วางก้อนแป้งในภาชนะที่ทำน้ำมันให้ทั่ว ใช้แปรงชุบน้ำมันทาบนแป้งเล็กน้อย ปิดฝา เก็บไว้ในที่อบอุ่นกับยีส แป้งจะขึ้นเป็น ๒ เท่า ใช้เวลาประมาณ ๔๕ นาที หรือ ๑ ชั่วโมง

ซอส — มะเขือเทศอย่างชิ้น ๑ กระป๋อง น้ำมันมะกอกหรือน้ำมันพืช ๒ ช้อนโต๊ะ หอมหัวใหญ่ ๒ หัว หน่อเตยหรือฟานบาง ๆ ออริกาโน ๑/๒ ช้อนชา กระเทียมทุบ ๒ หัว น้ำตาล เกลืออย่างละ ๑ ช้อนชา พริกไทยหรือจะปรุงตามรสชอบ น้ำ ๒ ๑/๒ ถ้วย มะกอกฝรั่งดองอย่างขูด เคี้ยวสด หรือปลากระป๋องอันโซวี ครีมชีส ๑ ๑ กล่อง หรือเนยแข็งขูด ใส่กรอกต่าง ๆ ที่มีเก็บไว้ในตู้เย็น

เจียวหอมในน้ำมันสัก ๑๕ นาที ใส่ซีสมะเขือเทศคนไปมาสัก ๓ นาที ใส่ผงออริกาโน น้ำตาล เกลือ พริกไทย กะเทียม น้ำ บัตเตอร์ รุมไฟอ่อนๆ ๒๕ นาที จนน้ำข้น

แบ่งแบ่งที่ขึ้นแล้วเป็นก้อนใหญ่ เล็ก ตามขนาดของถาดที่จะใส่คลึงบนกระดานที่โรยแป้ง บางๆ แผ่ให้หนา ๑/๒ นิ้ว ยกแป้งลง กรูในถาดที่รองกระดาษทนไฟ และทาน้ำมันแล้วทาแป้งหค เล็กน้อย ให้ตั้งยี่ตอกให้เต็มถาด แต่งขอบแป้งให้ริมหยักๆ เล็กน้อย ทาน้ำมันบนแป้งโรยเนย แข็งชุก แล้วตักซอสราดให้ทั่วถึงขอบ ฝานครีมชีส วางแต่งหน้า มะกอกฝรั่งหั่นเป็นแว่น เติตหั่น ชั้นเล็ก ปลาอันโชวี สับโรยเป็นหย่อมๆ (ถ้าชอบ) อบไฟร้อน ๔๕๐ เอฟ. ๑๕-๒๐ นาที (เตา ต้องปิดให้ร้อนก่อน) เสฟร้อนๆ ได้ ปีซซ่า ๒ ถาด.

ไก่ต๋อนกับเห็ดสด

คุณเนเนต ศิริสัมพันธ์

เครื่องปรุง

- | | | | | | | |
|---|---------|-------------------|---|-----|---------|---------------------------------|
| ๑ | ตัว | ไก่ต๋อน | - | ๑/๒ | ซ้อ้นซา | พริกไทย |
| | | | | | | พริกแดงฝรัง (Praprika) เล็กน้อย |
| ๑ | ซ้อ้นซา | ทารากอน (Taragon) | | ๑/๔ | ถั่ว | เนย หรือ มาการีน หรือ น้ำมันพืช |
| ๑ | หัว | หอมหัวใหญ่ | | ๑/๒ | ปอนค์ | เห็ดสด |

วิธีทำ

ไก่หั่นเป็นชิ้น ๆ ใหญ่กำลังดี ผสมกับเกลือเล็กน้อย พริกไทย และพริกแดงฝรัง (Praprika) พร้อมกับไก่ นำไปทอดกับเนย หรือ มาการีนประมาณ ๒๕ นาที คุ้ให้เหลืองจนทั่ว หัวหอมหั่นบาง ๆ นำไปทอดพร้อมกับทารากอน (Taragon) เติมน้ำเล็กน้อยเพื่อไม่ให้ติดกะทะ ใช้ไฟอ่อน ๆ ตั้งไปจนเปื่อยจึงใส่เห็ดสด จนกระทั่งเห็ดสุก ตักรับประทานได้ รับประทานกับขนมปัง หรือข้าว สำหรับท่านที่ชอบรสจัดจะใส่ซ้อสพริกศรีราชาได้

เค้กผลไม้กับไส้คัสตาดครีม

คุณเนเนต ศิริสัมพันธ์

เครื่องปรุง ไข่ไก่ ๕ ฟอง แบ่งเค้ก ๓/๔ ถ้วย ผงฟู ๑/๒ ช้อนชา ผลไม้กระป๋อง หรือจะใช้ผลไม้ที่
ใช้รับประทานก็ได้เช่น ลูกตาลเชื่อม หรือ มะม่วงเชื่อม ฯลฯ ใส่พอประมาณ

เครื่องปรุงคัสตาดครีม นม ๑/๒ ถ้วย น้ำ ๑/๒ ถ้วย น้ำตาลทราย เล็กน้อย แบ่งข้าวโพด ๒ ๑/๒ ช้อนโต๊ะ
ไข่ไก่ ๕ ฟอง เนยและวนิลาอย่างละเล็กน้อย

วิธีทำคัสตาดครีม

นำไข่แดง, แบ่งข้าวโพด, น้ำตาล, น้ำ และ นม ผสมให้เข้ากันแล้วนำไปตั้งไฟพอให้แข็งอยู่ทั่ว
นำเนยและ วานิลา อย่างละเล็กน้อยผสมให้เข้ากันอีกครั้ง เป็นเสร็จการทำไส้คัสตาดครีม

วิธีทำสับชั้นเค้ก

นำไข่แดง ซึ่งแยกจากไข่ขาวแล้ว มาตีให้ขึ้นก่อน แล้วจึงนำไข่ขาวซึ่งแยกใส่ภาชนะไว้มาตีให้ขึ้น
เช่นกัน ใส่ น้ำตาลทรายลงไปนไข่ขาวที่ละเอียดๆ จนหมดตามส่วนที่กำหนดไว้ นำไข่แดงซึ่งตีไว้ใส่รวมกับไข่
ขาว แล้วจึงใส่แบ่งเค้ก, ผงฟู และวนิลาเล็กน้อย แล้วนำไปใส่ถาดขนาด ๒ ปอนด์ นำไปอบ ประมาณ ๒๕
นาที เมื่อนำออกจากเตาอบแล้วใช้มีดผ่ากลาง แล้วทิ้งไว้ให้เย็น นำไส้คัสตาดที่ทำไว้เทลงตรงกลางซึ่งผ่าไว้
พร้อมกับผลไม้ที่เตรียมไว้ใส่ลงไป เมื่อเตรียมเรียบร้อยแล้วเป็นเสร็จการทำสับชั้นเค้ก แต่ถ้าท่านจะตกแต่งบนหน้า
เค้กให้ดูงามขึ้นโดยโรยน้ำตาลปั้นด้วยก็ได้

๒๐
เมียงเนอ

คุณพร้อม ทัพพะรังสี

เครื่องปรุง

เนื้อวัว	๑	กิโล	มะพร้าว	๓	ขีด
หัวหอม	๑๕	หัว	ชิงอ่อน	๒	กำ
ถั่วลันเตา	๓	ถ้วย	ผักกาดหอม	ใบคั้นใส่	พริกขี้หนูสด

วิธีทำ

เคี่ยวเนื้อกับกะทิให้พอเปื่อย เคี่ยวให้แห้ง ๆ ใส่เกลือเล็กน้อย ชูรส ตักใส่จานเปล่าไว้ ๑ จาน หั่น
ชิง หัวหอมหั่นเหมือนเมียงคำ ใส่จาน ถั่วลันเตานำมาทอด ผักกาดหอม คั้นใส่ รับประทานกับเนื้อ
ที่เคี่ยวไว้

วิธีทำนํ้าจิ้ม

คั้นส้มเขียวหวานที่มีรสเปรี้ยว โขลกพริกแดงให้ละเอียดพร้อมเกลือ น้ำตาลทราย ใส่ถั่วลันเตา
น้อย (ถั่วตัด) ปรุงตามใจชอบรับประทาน ตักเนื้อใส่บนผักพร้อมเครื่องแบบเมียงคำ ถ้าชอบเผ็ด
รับประทานกับพริกขี้หนู จะออกรสมาก

๕
เนอบหรือเนอสอกใส่

คุณพร้อม ทัพพะรังสี

เครื่องปรุง

เนื้อวัวทรงตะโพก มันหมู
พริกไทย เกลือป่น
ซีอิ้วหวาน น้ำปลา ผงชูรส

THAI NATIONAL ASSEMBLY LIBRARY



3961129239

วิธีทำ

นำเนื้อวัวมาหั่นเป็นก้อนใหญ่สี่เหลี่ยมแล้ว ใช้มีดแทงให้เป็นรู รูขนาดกว้างพอที่มันหมูหั่นสี่เหลี่ยมยาวของเนอบสอดเข้าไปได้

มันหมูหั่นเป็นสี่เหลี่ยมผืนผ้ายาวตามยาวของเนอบ เมื่อนำเนอบใส่มันหมูสอดเข้าไปแล้ว นำมาเคล้ากับกับพริกไทย เกลือป่น แล้วนำมาลงทอดกับน้ำมัน ใส่อบเชยทอดให้เหลืองและหอม เติม น้ำนิดหน่อย เคี่ยวจนเปื่อย ใส่ น้ำปลา ซีอิ้วหวาน ผงชูรส ชิมดูตามรสที่ท่านชอบ

ข้าวหน้าไก่

คุณพร้อม ทัพพะรังสี

4
เครื่องปรุง

ไก่ ๑ ตัว ผงชูรส พริกไทย
 กุนเชียง แบริ่งมัน
 แบริ่งสาลี ซีอิ้วขาว และซีอิ้วดำ
 พริกไทยป่น ต้นหอม ผักชี พริกแดง

วิธีทำ

แล้ไก่หันเอาแต่เนื้อ (กระดูกไก่ต้มเป็นน้ำเชื้อ) แบริ่งสาลี ๑ ช้อนโต๊ะ แบริ่งมัน ๒ ช้อนโต๊ะ ซีอิ้วขาว ๒ ช้อนโต๊ะ ซีอิ้วดำ ๑ ช้อนชา ผงชูรสคลุกปนให้เข้ากันประมาณ ๒๐ นาที จึงเอาน้ำมันหมูใส่กะทะให้ร้อนเจียวกระเทียมสับ ๑ ช้อนโต๊ะให้เหลืองใส่ไก่ที่หมักไว้ลงไปผัดให้หอม พอแบริ่งสุกจะขึ้นมาก ตักน้ำเชื้อที่เคี่ยวไว้ค่อย ๆ ใส่ลงไปแล้วแต่ท่านชอบให้ชื้นหรือใส แต่ต้องชื้นไว้สักหน่อย เพื่อจะได้ราดข้าวหนึ่งประกำด้วยผักชี หรือพริกแดง ต้นหอม กุนเชียงวางข้างจาน



สวดพระอภิธรรม คืนวันที่ 9 พฤษภาคม 2514
คุณหญิงจรรยา ผดุงวิชาเสริม และบุตรหลานสกุล พलगูร

ข้าวเกรียบอ่อน

คุณพร้อม ทัพพะรังสี

เครื่องปรุง

แป้งข้าวเจ้าอย่างดี ๑ ถ้วย แป้งท้าวยายม่อม ๒ ช้อนโต๊ะ น้ำเย็น ๒ ถ้วย
 น้ำร้อนเดือด ๑ ถ้วย น้ำตาลมะพร้าว ครึ่งถ้วย น้ำมันมะพร้าว หรือ น้ำมันหมู เคี้ยวใหม่ ครึ่งถ้วย
 มะพร้าวทึมทีกไม่อ่อนไม่แก่ ปอกเปลือกกำจัดออกแล้ว ชูต ด้วยกระดาษเงิน นึ่งให้สุก ครึ่งถ้วย
 ถั่วเขียวนึ่งสุกแล้ว ๑ ถ้วย เกลือป่น ครึ่งช้อนชา งาขาว ครึ่งถ้วย น้ำตาลละเอียด ๑ ถ้วย
 (ส่วนผสมเหล่านี้จะกินขนมประมาณ ๕๐ อัน)

วิธีทำแป้ง

ผสมแป้งทั้ง ๒ อย่างเข้าด้วยกัน น้ำเย็น ๑ ถ้วย ค่อย ๆ ใส่ในแป้งทีละน้อย ๆ เกล้าให้แป้งเข้า
 กันดี จนน้ำหมดถ้วย ใส่ น้ำร้อนเดือด ๑ ถ้วย ใช้ช้อนคนให้เข้ากันดี พอสักครู่จึงใส่น้ำเย็นอีก ๑
 ถ้วย ใส่ น้ำตาลมะพร้าว ละลายดีแล้วกรองถ้วยแฉ่ง

วิธีผสมไส้

ผสมมะพร้าว ถั่ว เกลือ คลุกให้เข้ากัน ชิมคูปอรสเค็ม พอดี ให้นำโพลกพอมะลิตแตกผสมน้ำ
 ตาลทรายละเอียด สำหรับจิ้มกับขนมที่สุกแล้ว

วิธีละเลงแป้ง

ให้ใช้ผ้าขาวเนื้อดี ซักให้สะอาดบิดพอหมาด ขึงปากหม้อให้ตึง เว้นช่องไว้พอควรเพื่อให้ไอน้ำขึ้น ใส่น้ำก่อนหม้อ นำขึ้นตั้งไว้บนไฟ (ต้องให้ไฟแรงอยู่เสมอ) เมื่อเดือดพล่านแล้วใช้ทัพพีบาง ๆ ตักแป้งละเลงบนผ้า แล้วบีตผ้าพอสุก (เวลาแป้งสุกจะพองขึ้น) จึงใส่ได้ประมาณ ๑/๒ ช้อนชา แล้วใช้พายไม้ไผ่บาง ๆ จุ่มน้ำเย็น แชะชั้นแป้งสี่เหลี่ยม แชะชั้นใต้ตะแกรง ซึ่งปลูกด้วยใบตอง ทาน้ำมันเล็กน้อย วางบนใบตองที่ปลูก (พายต้องจุ่มน้ำเย็นไว้เสมอ) ทาน้ำมันบนขนมเป็นอันเสร็จ

วิธีล้างถั่วเขียว

นำถั่วเขียวที่เราจะแตกเป็นสองซีกมาแช่น้ำ พอเปลือกร่อนก็ล้างเปลือกออกให้หมด ใช้ตะแกรงเล็กตาห่าง ๆ แต่อย่าให้เมล็ดถั่วลอคออกได้ ใช้ตะแกรงตักถั่วขึ้นจากน้ำที่ใส่น้ำให้ผงออก ถั่วจะสะอาด พอสะเด็ดน้ำดีแล้วก็ใส่น้ำหรือหวนหนึ่งจนสุก บีตผ้าหม้อยกขึ้นเขย่า ๆ เพื่อกลับข้างล้างขึ้นข้างบน แล้วนึ่งอีกสักครู่ ถั่วจะนิ่มนวลดี ยกลงบีตผ้าหม้อไว้เพื่อให้ถั่วเย็นดี

วิธีล้างงาให้ขาว

นำงาใส่ชามอ่างใส่น้ำมาก ๆ ใช้มือคน ๆ แล้วเทน้ำทิ้งใส่กระชอนตาดี ๆ ที่งารอคอกไม่ได้ กินหรือเมล็ดทรายจะจมอยู่ก้นอ่าง ทำสัก ๒ ครั้งงาสะอาดใส่กระชอนให้สะเด็ดน้ำแล้วจึงกั้ว

ขนมโตเกียว

				คุณพร้อม ทักษะรังสี			
ส่วนผสม	ไส้	แป้งข้าวโพด	๔	ซัอนโตะ	นมข้น	๑	กระป๋อง
		น้ำ	๘	ออนซ์ (๑ ถ้วยตวง)	เนย	๑	ซัอนโตะ
		ไข่ไก่	๔	ฟอง	เกลือ	๑/๒	ซัอนซา
		วนิลา	๑	ซัอนซา			

วิธีทำ นมกับน้ำผสมกันให้เข้ากัน แล้วตั้งไฟคนให้เข้ากันพอข้น ต่อยไข่ใส่ลงในชาม คนกับแป้งให้เข้ากัน น้ำแป้งที่ผสมแล้วใส่ลงในนม คนให้สุก แล้วกลง ใส่เกลือ เนย น้ำวนิลา คนให้เข้ากัน (เป็นการเตรียมไส้เสร็จแล้ว)

ส่วนผสม	ตัวแป้ง	ไข่ไก่	๔	ฟอง	น้ำตาลทราย	๑	ถ้วย
		แป้งสาลี	๒	ถ้วย	โซดา	๑/๒	ซัอนซา
		น้ำ	๕	ออนซ์			

วิธีทำ ต่อยไข่ผสมลงในน้ำตาลทั้งหมด ตีให้เข้ากันจนขึ้น แป้งผสมลงไปไข่ที่ตีขึ้น คนให้เข้ากัน ใส่น้ำลง ใส่น้ำลงไปทีละน้อยตักฟาม้อพิซคาร์ ใช้ไฟอ่อน ใช้ทัพพีกลมละเอียดเป็นรูปวงรี พอสุก เอาใส่ใส่มีนแล้วบีบหัวท้าย

ยำแคบหมู

คุณสมบัติพิเศษ พลังงู

เครื่องปรุง

แคบหมูอังไฟให้กรอบ สับเป็นชิ้นเล็ก
 หมูสับหรือบด รวนให้สุกประมาณ ๑ ถ้วย
 มะเขือเทศ หั่นเป็นชิ้นยาว ๆ ๑ ถ้วย
 หอมหัวใหญ่ปอกผ่าสอง หั่นตามขวางบาง ๆ ๑ หัวใหญ่
 ผักกาดขาวอ่อน ๆ ตัดท่อน ๆ พอประมาณ
 กระเทียม ๓ กลีบใหญ่ โขลก
 น้ำมะนาว น้ำปลาดี
 พริกขี้หนู น้ำตาล (ถ้าชอบหวานจึงใส่) ผงชูรส

วิธีทำ

นำแคบหมู หมูบด มะเขือเทศ หอมหัวใหญ่ กระเทียม พริกขี้หนู น้ำมะนาว น้ำปลาดี ผงชูรส
 เกล้ากัน ชิมรสดูตามชอบ ผักกาดวางเรียงใส่จาน นำเครื่องที่เคล้าใส่ลงบนผัก

ปีกไก่ย่าง

คุณสมบัติ พลังกูร

เครื่องปรุง

ปีกไก่ประมาณ ๑๕ ปีก ซอสมะเขือเทศ ๑ กระป๋องเล็ก ซีอิ้วขาว ๔ ช้อนโต๊ะ เกลือ ผงชูรส เหล้า
แม่โขง ๓ ช้อนโต๊ะ กระเทียม ๔-๕ กลีบ น้ำตาลทราย น้ำมันพืช

วิธีทำ

เอาปีกไก่ต้มใส่น้ำให้ท่วม เคี่ยวจนเปื่อยดี แล้วยกลง เอาน้ำมันพืชใส่กระทะ นำปีกไก่ลงทอดให้เหลือง
นวล แล้วตักขึ้นพักไว้ ใส่น้ำมันพืชในกระทะ เอากระเทียมโขลกละเอียดใส่พอเหลือง นำปีกไก่
ลงผัด และใส่ซอสมะเขือเทศ น้ำตาลตามชอบ ซีอิ้วขาว ผงชูรส คนให้เข้ากันดีแล้ว ใส่มะ
แม่โขงลง เอาน้ำที่ต้มปีกไก่ที่เหลือรินใส่พอท่วมปีกไก่ เคี่ยวไปจนน้ำงวดขลุกขลิก ชิมดูด้วยกลง

กะเพาะปลา

คุณเสาวณีย์ สุขยางค์

กะเพาะปลาประมาณ ๑/๒ กก. (พอสำหรับคน ๓๐ คน) ไก่ ๑ ตัว หน่อไม้ ซึ๊ว น้ำปลา ผง
หวาน แป้งมัน ผักชี พริกไทย พริก น้ำส้ม จีโฉ่

วิธีล้างกะเพาะปลา

เอากะเพาะปลาแช่น้ำล้าง เอาน้ำใส่หม้อตั้งไฟให้เดือดเอากะเพาะปลาลงลวก แล้วสงขึ้นมาล้างน้ำ
เปลี่ยนน้ำใส่หม้อตั้งไฟให้เดือดอีก เอาแม่โขงใส่ประมาณ ๒ ช้อนโต๊ะ เอากะเพาะลงลวกอีกเป็น
ครั้งที่ ๒ แล้วสงขึ้นล้างน้ำอีกครั้ง ทิ้งเพื่อให้หายกลิ่นคาว

วิธีทำ

ต้มไก่ให้เปื่อย ตักไก่ชิ้นเล็กเป็นชิ้นเล็ก ๆ แล้วเอากะเพาะปลาที่ทำสะอาดแล้วใส่ ใส่ไก่ ซึ๊ว
น้ำปลา หน่อไม้ ที่ต้มจนหายขึ้นแล้วหั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ ใส่ ละลายแป้งมันใส่ พอข้นยกลง เบลารับ
ประทานโรยผักชี พริกไทย มีพริกตำกับน้ำส้ม และจีโฉ่ (รสเปรี้ยว) ใส่ด้วยจะยิ่งช่วยให้รสอร่อยขึ้น

๒๕
เบ็ดยัดไส้

คุณเสาวณีย์ สุขยางค์

วิธีทำ

เบ็ด ๑ ตัว รากผักชีประมาณ ๔ ต้น พริกไทย ๑/๒ ช้อนชา ตับเบ็ด ๒ พวง มันฝรั่งประมาณ ๑/๒ กก. หรือจะใช้เม็ดบัวที่ต้มเปื่อยแล้วก็ได้ หมูสับ ๑/๒ กก. น้ำปลา ผงหวานนิคหน้อย เบ็ดตัดสากที่ก้นออกกลางให้สะอาด ถ้าไม่สะดวกที่จะถอดกระดูกก็ไม่จำเป็น ตัดเอาหัวและกระดูกที่ค้อออกแต่หนังที่หุ้มกระดูกคงเอาเก็บไว้ แต่ถ้าต้องการเลี้ยงแซกและจะหันเป็นแฉ่วนก็ต้องถอดกระดูก แต่ตามตลาดใหญ่แม่ค้าจะรับถอดให้เสร็จโดยคิดเงินเพิ่มอีกนิคหน้อย

ไส้

เอาหมูสับ รากผักชีตำกับพริกไทยใส่ในหมู ตับเบ็ดหันเป็นชิ้นเล็ก ๆ พร้อมทั้งมันฝรั่ง ปอกเปลือก หั่นเป็นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ ผสมกันใส่น้ำปลา ผงหวาน ซิมดูพอเค็มใส่ไปในท้องเบ็ดอย่าให้แน่นจนเกินไปเวลานึ่งจะแตกเย็บให้สนิท ใส่จานสังกะสีหนึ่งจานเปื่อย เก็บน้ำที่ตกจากตัวเบ็ดไว้เพื่อทำน้ำจิ้ม ถ้ามีหม้อเปรสตีฟ จะช่วยให้เร็วขึ้นมาก โดยใส่น้ำลงไปเล็กน้อยแล้วเคี่ยวพอเปื่อย ยกลง ตักเบ็ดขึ้น เอากะทะตั้งไฟใส่น้ำมันมาก ๆ เอาเบ็ดลงทอดให้เหลืองทั่วตัวยกลง

น้ำจิ้ม

เอาหอมเล็กสับหยาบ ๆ ลงผัดกับน้ำมันนิคหน้อยพอนุ่มใส่น้ำตาลบีบประมาณ ๑/๒ ถ้วย น้ำปลาน้ำส้มมะขาม และน้ำส้ม ๑ ช้อนโต๊ะ พร้อมทั้งน้ำที่ตกจากตัวเบ็ด ซิมดูให้มีรสทั้งสาม ผงหวานนิคหน้อย เคี่ยวไปจนข้น แต่ไม่ถึงกับเหนียว ใช้จิ้มกับเบ็ด แต่ถ้าบางคนไม่ชอบหวานก็จะรับประทานโดยไม่ใช้น้ำจิ้มก็ได้

ไส้กรอกหมูนครราชสีมา

คุณเชอ นิลพยัคฆ์

เครื่องปรุง

เนื้อหมู ๓ กก. หมู ๓ ชั้น ๑ กก. ไส้หมู ๑ กก. เลือกลิ้น ๗ อย่านำให้แตก เกลือป่น ๒ ช้อนโต๊ะ
กระเทียม ๒ ๑/๒ ช้อน พริกไทยเม็ด ๑ ช้อน น้ำปลา ๑ ช้อนโต๊ะ ข้าวสุก ๔ ถ้วย ๗ ข้าวต้ม

วิธีทำ

ไส้หมูล้างข้างในออกล้างด้วยแป้งมัน ขยำล้างให้หลาย ๆ ครั้ง ประมาณ ๓-๔ ครั้ง ให้สะอาดจน
หมกกลิ่นและเมือก แล้วล้างข้างนอกออกล้างให้สะอาดอีกจนไม่มีกลิ่น เอาไส้แขวนไว้ให้สะเด็ดน้ำ
เนื้อหมูและ ๓ ชั้นล้างน้ำ หั่นเป็นชิ้นแล้วสับให้พอหยาบ ๆ กระเทียมปอกเปลือก พริกไทยเม็ด
เกลือป่น รวมกันตำให้ละเอียด แล้วตักใส่ลงขยำกับหมูที่สับไว้ให้นาน ๆ จนเข้าเนื้อดีจะได้ไม่เสีย
และเติมน้ำปลา ข้าวสุกขยำต่อไปอีกนาน ๆ จนเข้ากันดีแล้ว ลองทอดชิ้นเล็ก ๆ ชิมดูให้รสเค็ม
พอดี ถ้าไม่เค็มก็เติมน้ำปลา แล้วนำไส้หมูมายัดหมูที่เคล้าไว้ การยัดใส่ในไส้ไม่ต้องให้แน่นนักดูแต่
พอควร แล้วใช้เชือกกล้วยหรือเชือกอะไรก็ได้ ผูกเป็นข้อ ๆ ประมาณ ๔-๕ นิ้วฟุต แขนงตาก
แดดประมาณ ๑-๒ วัน ถ้าชอบมีรสเปรี้ยวมากก็ประมาณ ๓ วัน จึงจะทอดรับประทานได้



สวดพระอภิธรรม ค่ำวันที่ 16 พฤษภาคม 2514
คุณอุดม-สมถวิล สังขทรัพย์ เจ้าภาพ

จ้อยหย่อ (ปอเปี๊ยะทอดแบบญวน)

คุณอุไรวัลย์ นิธิประภา

เครื่องปรุง ตัวจ้อยหย่อ หมูเนื้อแดง ๓ ชีด ปู (แกะแล้ว) ๓ ชีด เห็ดหูหนูหั่นละเอียด ๒ ช้อนโต๊ะ มันแกว
หั่นเล็ก ๆ ยาว ๆ ๒ ช้อนโต๊ะ วุ้นเส้น (แช่น้ำให้อ่อนตัว) ประมาณ ๒ ถ้วยตวง ฟองเต้าหู้
(แช่น้ำให้อ่อนตัวหั่นฝอย) ๑ ช้อนโต๊ะ ถั่วงอกประมาณ ๒ ถ้วยตวง พริกไทย ๑๕ เม็ด กระเทียม
๓ หัวเล็ก รากผักชี ๕ ราก ไข่เป็ด ๒ ฟอง ไข่ขาว แบ่งปอเปี๊ยะประมาณ ๑ กิโลกรัม

น้ำส้ม น้ำตาลทราย เกลือป่น หัวไชเท้าขูด ๑ หัว งาขาวคั่ว ถั่วลิสงคั่ว กระเทียม พริกชี้ฟ้าแดง
ตำพริกไทย กระเทียม รากผักชีให้ละเอียด ผสมเครื่องทั้งหมดสำหรับใส่ลงเคล้าให้ทั่ว ใส่กะทะ
รวนพอสุกทั่ว ใส่ไข่ขาว ผงชูรส หมักไว้จนเย็น บรรจุใส่ลงในแผ่นแบ่งปอเปี๊ยะตรงกลางแผ่น
พับหัวและท้ายก่อนจึงตลบแบ่งตรงกลางม้วนให้แน่น ทาริมแบ่งด้วยไข่ขาวม้วนจนสุดแบ่ง ลงทอด
ในน้ำมันมาก ๆ ทอดจนเหลือง ตักขึ้นใส่จานคั่วเป็นคำ ๆ รับประทานกับน้ำจิ้มซึ่งปรุงรสตาม
ชอบ (งาขาวคั่วโขลกผสมลงด้วย) ผักที่จะใช้รับประทานกับจ้อยหย่อใช้ผักสด เช่น ผักกาดหอม
แตงกวา ใบโหระพา หัวปลีหั่นฝอย สะระแหน่ เป็นต้น

ยาลดความดัน

คุณจ่านง ไรวา

เครื่องปรุง

ปลากรอบ หอมหัวเล็ก กระเทียม พริกแห้ง ใบคื่นไฉ่ มะนาว พริกแดง เกลือ น้ำตาล

วิธีทำ

ปลากรอบหักเป็นชิ้นเล็ก ๆ ทอดให้กรอบ หั่นหอมหัวเล็กและกระเทียมเป็นชิ้นเล็กเช่นเดียวกับพริกแห้ง เสร็จแล้วนำไปทอดน้ำมันให้เหลือง วางแผ่ลงบนจาน นำปลากรอบที่ทอดวางแล้วโรยด้วยหัวกระเทียมและพริกแห้งทอด

๕๕
นางมรด

โขลกกระเทียมกับพริกแดง เกลือผสมน้ำตาล น้ำมะนาวให้เข้ากัน เวลาจะรับประทานใช้หยอดลงไปบนปลากรอบและเครื่องที่โรยไว้พอดีคำ (ผักคื่นไฉ่เป็นผักที่ลดความดันได้อย่างวิเศษที่สุด)

ยาภิโทร (ไก่อ่าง)

คุณสมถวิล สังขทรัพย์

เครื่องปรุง

เนื้อไก่ ๑ ไร่ น้ำปลาญี่ปุ่น ผงชูรส น้ำตาล เหล้าสาเก

วิธีทำ

แต่เนื้อไก่เป็นชิ้นขนาดต้องการ เพื่อสำหรับเสียบไม้ ผสมน้ำปลาญี่ปุ่น น้ำตาล ผงชูรส เหล้าสาเก ๑ ไร่ กัวให้หอมใส่ลงไปกับน้ำปลาคั่ว ก่อนที่จะย่างไก่อ่างนั้นชุบเครื่องที่ผสมไว้สักครู่จึงนำขึ้นย่างรับประทานร้อน ๆ

ข้าวหน้าต่างๆ โอคนบุรี

คุณสมถวิล สังขทรัพย์

ชาวญี่ปุ่นเล่าให้ข้าพเจ้าฟังว่า คำญี่ปุ่นที่เรียกว่า โอคนบุรีนั้นมาจากไทย เมื่อครั้งพระเจ้าตากสินได้ประดิษฐ์ชาวมณีฟ้าขึ้นที่ จังหวัดธนบุรี และได้ส่งไปเป็นของกำนัลแก่พระมหากษัตริย์ญี่ปุ่น ซึ่งเป็นของพอพระทัยมากและนำมาใส่ข้าวหนึ่งต่าง ๆ ให้พระนามว่า โอคนบุรี เป็นของเสวย ข้าพเจ้าจะเขียนวิธีทำข้าวหนึ่งต่าง ๆ บ้างสักเล็กน้อย

๑. โอยะโกนบุรี ข้าวหน้าไก่อ

คุณสมถวิล สังขทรัพย์

เครื่องปรุง ไก่อ ไข่ไก่ เห็ด หน่อไม้อ่อน ๆ น้ำปลาญี่ปุ่น น้ำซุบ

วิธีทำ ไก่แล้ซึนรับประทานพอคิ ทีไข่ไก่ ๑ ฟอง ลงในถ้วยต่างหาก เห็ด หน่อไม้หั่นชิ้นบาง ๆ จะแกะสลักเป็นดอกโหงวมก็ได้ ใส่ตีให้เข้ากัน ใส่ น้ำซุบและน้ำปลาญี่ปุ่น ทำคล้ายตุ๋น แต่ให้ชั้นสั๊กหน่อย ข้าวหนึ่งสุกแล้วจึงเอาไข่ตี แล้วทิ้งหมกนั้รากลงหน้าข้าว พยายามวางชั้นไก่อและเห็ด หน่อไม้ให้น้ำคูลงใช้น้ำปลาญี่ปุ่นรากลงเป็นลายตามทีเห็นงามอีกก็ได้

๒. เทนคนบุรี ข้าวหน้ากุ้งทอด

คุณสมถวิล สังขทรัพย์

เครื่องปรุง กุ้ง ปลาหมึก แ bëงสาลี ไข่ไก่ เกลือ น้ำปลาญี่ปุ่น

วิธีทำ กุ้ง ปลาหมึก ล้างและทำให้สะอาดทั้งให้สะเด็ดน้ำ ผสม bëงสาลีและไข่ไก่ตีให้เข้ากัน ใส่เกลือบ่นเล็กน้อยคะเนคูลย้าใส่ bëงให้ชั้นนั๊ก เอากุ้งและปลาหมึกซุบ bëงทีผสมแล้วทอดนั้มันพอสุกเหลือง วางลงทีหน้าข้าวหนึ่ง ซึ่งใส่ซามไว้แล้ว เวลารับประทานรากลหน้าปลาญี่ปุ่น

๓. คัดจิกคนบุรี ขำหน้าหมูทอด

คุณสมถวิล สังขทรัพย์

เครื่องปรุง หมูสามชั้น แฉ่งสาลี ไข่ไก่ เกลือ ขนมะขามป้อม น้ำปลาญี่ปุ่น

วิธีทำ หมูทำเช่นเดียวกับกุ้งทอด แต่เมื่อชุบแป้งแล้วให้คลุกขนมะขามป้อมอีกครั้งหนึ่งทอดพอเหลือง วางข้างหน้าข้าวหนึ่ง เวลารับประทานเติมน้ำปลาญี่ปุ่นและซีอิ๊ว

๔. อนุาจิกคนบุรี ขำหน้าปลาไหลย่าง

คุณสมถวิล สังขทรัพย์

เครื่องปรุง ปลาไหล น้ำปลาญี่ปุ่น ผงชูรส น้ำตาล

วิธีทำ ตอดก้างปลาไหลหรือแล่นเนื้อแล้วออกเป็นชิ้นใหญ่บาง หั่นชิ้นเท่าฝ่ามือก่อนย่าง ชุบน้ำปลาญี่ปุ่นซึ่งผสมผงชูรสและน้ำตาลเล็กน้อย เวลาย่างมีน้ำมันหยดลงใส่จานไว้ พอย่างคะเนว่าสุกดีแล้ววางลงหน้าข้าว รากน้ำปลาญี่ปุ่น และน้ำมันปลาไหลลงอีกครั้งหนึ่ง

แจ่วปลาทุ

ม.ร.ว. ถนงค์ศรี สวัสดิวัตน์

เครื่องปรุง

ปลาทุหนึ่งตัวโต ๒ ตัว พริกชี้ฟ้าสด ๒๐ เม็ด พริกชี้หนู ๓๐ เม็ด ข่า ๔-๕ แว่น กระเทียม ๒ หัว หัวหอม ๘ หัว มะนาว น้ำปลา ผงชูรส

วิธีทำ

ย่างปลาทุจนเกรียม แกะเนื้อเตรียมไว้ พริก ข่า กระเทียม หัวหอมเผาไฟจนสุก ถ้าใช้เตาถ่าน เอาใส่ไว้ในเตา ปอกเปลือกหัวหอม กระเทียม แล้วรวมของที่เผาจนสุกทั้งหมดใส่ครกโขลกให้ละเอียด เติมเนื้อปลาที่แกะไว้ลงโขลกให้เข้ากัน แล้วเติมน้ำปลา บีบมะนาว โรยผงชูรส ชิมดูให้มีพร้อมทั้งสามรส คือ เปรี้ยว เค็ม เผ็ด ตักใส่ชามรับประทานแกล้มกับผักสดตามใจชอบ

ปูอบ

คุณจิรายุ จาตุรจินดา

เครื่องปรุง	ปูทะเลตัวใหญ่ ๆ	๔-๕	ตัว	หอมใหญ่สับละเอียด	๒	หัว
	กระเทียมสับ	๒	กลีบ	น้ำมันพืช		๕
	มะเขือเทศเอาแต่เนื้อ	๒	ผล	ผักชีสับ		๒
	เหล้าขาว	๑	ถ้วย	เกลือ		๒
	น้ำตาล	๒	ช้อนชา	พริกไทยแดง		๑/๒
	ขนมปังขูด	๑/๒	ถ้วย	เนย		๑/๔

วิธีทำ ต้มปูให้สุก แคะเนื้อแยกไว้ต่างหาก ล้างกระดองให้สะอาด ผึ่งให้แห้ง ผัดหอมสับและกระเทียมในไฟอ่อนข้างอ่อนจนเหลือง จึงเร่งไฟให้แรงแล้วใส่มะเขือเทศ ผัดจนกระทั่งสุก จึงใส่เหล้าและผักชีลงไปคนให้ทั่วแล้ว จึงใส่เนื้อปูแคะลงไปผัดให้เข้ากันชิมดูรสให้ดี ตักขึ้นใส่ชามขณะที่ยังร้อนอยู่ ค่อยไขไก่ตืบลงคนให้ทั่ว แล้วจึงบรรจุในกระดองปูให้เต็มโรยหน้าด้วยขนมปังขูดผสมเนยแข็ง เอาเนยก้อนเล็ก ๆ วางข้างบน ๑ ก้อน นำเข้าเตาอบที่ร้อนจัดจนกระทั่งขนมปังเหลือง (รับประทานกับข้าวหรือผักก็ได้)

สลัดองุ่น

คุณจิรายุ จาตุรจินดา

- วิธีทำ — องุ่นทั้ง ๒ ชนิด แช่วน้ำแข็งไว้สักครู่ แล้วเอามาเคาะออก เวลาจะรับประทานคลุกกับน้ำสลัดอย่างใส ใช้ผักกาดรองกันซาม แล้วตักองุ่นที่คลุกกับน้ำสลัดวางบนสลัด

เยลลี่ลำไย

คุณจิรายุ จาตุรจินดา

- ส่วนผสม — น้ำ ๒ โพนต์ ลำไยแห้ง ๕๐ กรัม
 น้ำตาลทราย ๑๐๐ กรัม เยลลี่แผ่น ๖ แผ่น
 ลำไยสดแกะเม็ดแล้วพอควร

- วิธีทำ — ต้มน้ำลำไย แล้วกรองเอาแต่น้ำนำไปกึ่งไฟ ใส่เยลลี่แผ่นลงไปเคี่ยวจนเยลลี่ละลาย ใส่น้ำตาลชิมดูอย่าให้หวานจัด ยกลงทิ้งไว้ให้เย็นใส่ถ้วยแก้วเล็ก ๆ ใส่ลำไยสดลงไปถ้วยละ ๔ ลูก นำไปแช่ตู้เย็นจนเยลลี่แข็ง



สวดพระอภิธรรม ค่ำวันที่ 23 พฤษภาคม 2514
คุณพระช่วงเกษตรศิลปการ และคุณหญิง เจ้าภาพ

ชีสรอแลนด (Cheese Roland)

ม.ล. สารภี หงสนันท์

ตัวแป้ง แป้งสาลี $๑\frac{๒}{๓}$ ถ้วย เนย ๖ ช.ต. น้ำเย็น ๓ ช.ต.

ไส้ ไข่ไก่ ๓ ฟอง เหล้าองุ่น $\frac{๑}{๓}$ ถ้วย นมสด $\frac{๑}{๒}$ ถ้วย เกลือนิดหน่อย พริกไทย $\frac{๑}{๒}$ ช.ช. แยม ๔ แผ่น และเบคอน ๔ แผ่นหั่นเป็นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ หอมหัวใหญ่หั่นสี่เหลี่ยมเล็กผักพอสูก ๑ ช.ต. เนยแข็งขูด ๑ ช.ต. พูน

วิธีทำตัวแป้ง ทวงแป้งพร้อมทั้งเกลือ และผงฟูร่อน เอาเนยใส่ในแป้ง เกล้าให้เข้ากันใส่น้ำ เกล้าแป้งต่อไปจนเกาะกันเป็นก้อน (ห้ามขยำ) เอาแป้งวางบนกระดานกลิ้งให้หนา $\frac{๑}{๒}$ นิ้ว โรยเนยลวด เอาเนยทาทั้งภาคให้ทั่ว เอาแป้งที่กลิ้งเป็นแผ่นบางกรุลงในภาชนะหม้อย่างคั้นหรือซามทไฟ ตัดแป้งที่เกินฉากออก แต่งขอบตามชอบใช้ส้อมทิ่มบนแป้งให้ทั่วภาคเอาเข้าเตาอบ ๆ พอสุกยกออกจากเตา เติริมผสมไส้

วิธีทำไส้ ไข่ตีพอแตกทั้งไข่แดงไข่ขาว ใส่เกลือ พริกไทย แยม ส่วนเบคอนเอาคนบนไฟพอสุกทั้งให้เย็น หอมผัก เนยแข็งขูด เหล้าองุ่น และ นมสด ของเหล่านี้ผสมลงในไข่ทั้งหมดคนให้เข้ากัน เทลงในภาชนะที่อบสุกแล้ว เกลี่ยให้เข้ากัน พอหน้าเหลืองใช้ได้

น้ำพริกลงเรือ

คุณอัมพร พรหมเสน

เครื่องปรุง มะพร้าวคับหรือมะคันทัน ๕ ลูก กระเทียม ๑๕ กลีบ กะปิ ๒ ช้อนโต๊ะ กุ้งแห้ง ๑ ช้อนโต๊ะ พริกแห้ง ๒ เม็ด ปลาตุกฟู ๑ ทัว ไข่เค็มต้มสุก ๒ ลูก หมูหวานหั่นชิ้นเล็ก ๆ ๑/๔ ถ้วย พริกขี้หนูสด ๔๐ เม็ด แบ่งไว้โรยหน้าด้วย น้ำปลา น้ำตาล น้ำมันหมูหรือน้ำมันพืช

วิธีทำ ซอยมะพร้าวหรือมะคันทันให้เป็นชิ้นเล็ก ๆ เคล้ากับเกลือป่น เคล้าเอาน้ำเปรี้ยวออกบ้าง ล้างน้ำแล้ว บีบให้แห้ง ถ้าชอบเปรี้ยวมากก็ไม่ต้องเคล้าเกลือ ล้างน้ำแล้วซอยก็ใช้ได้ พริกแห้งแกะเม็ดออก แช่วน้ำไว้จนนิ่ม โขลกกุ้งแห้งให้ละเอียดจนฟูแล้วตักใส่ถ้วยไว้ ใส่พริกแห้งโขลกให้ละเอียด แล้วใส่กระเทียม กะปิ พริกขี้หนูสด ๑๐-๑๕ เม็ด โขลกให้ละเอียดอีกครั้ง แล้วใส่กุ้งแห้ง มะพร้าวหรือมะคันทันซอย โขลกให้เข้ากัน เอากระทะตั้งไฟใส่น้ำมันพอควร เมื่อน้ำมันร้อนดีแล้ว ใส่น้ำพริกลงผัด ปรุงรสด้วยน้ำปลา น้ำตาล แล้วใส่หมูหวาน ปลาตุกฟูทอดกรอบบีบเป็นชิ้นเล็ก ๆ ผัดให้เข้ากันตักใส่ถ้วย โรยหน้าด้วยพริกขี้หนูเด็ดก้านออก และไข่แดงไข่เค็ม หั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ รับประทานกับสายบัว ผักบุนนาค แดงกวา มะเขือเปราะ ถั่วพูอ่อน

ทอดมันปลากราย

คุณไคด ขุนจันทร์

เครื่องปรุง

ปลากรายที่ซุกแล้ว ๑ กิโล พริกแห้ง ๓ เม็ด ข่า ๓ แว่น ตะไคร้ ๑/๒ ต้น รากผักชีหั่นละเอียด
แล้ว ๑ ช้อนชา กระเทียม ๗ กลีบ หอม ๓ หัวเล็ก เกือบป็น ๑/๒ ช้อนกาแฟ ผิวมะกรูด ๑
ช้อนชา ไข่เป็ด ๑ ฟอง ถั่วพลู่ประมาณ ๒ ชิต มันหมูเจียวแล้วประมาณ ๑ กิโล

วิธีทำ

เอาพริกแห้ง ข่า ตะไคร้ รากผักชี กระเทียม หอม เกือบป็น ผิวมะกรูดโขลกให้ละเอียด แล้ว
เอาปลากรายที่ซุกแล้วลงไปโขลกด้วย ต้องพยายามโขลกให้เหนียวจึงค่อยตักขึ้นใส่อ่าง เอาไข่ค่อย
ใส่ลงไป ๑ ฟอง นวดให้เข้ากันแล้วจึงใส่ถั่วพลู่ที่หั่นไว้แล้วลงไปเคล้าให้เข้ากัน แล้วจึงปั้นเป็นลูกๆ
เตรียมทอดต่อไป

การทอด ต้องตั้งน้ำมันให้ร้อนจัด อย่าให้ร้อนจัดเกินไป จะทำให้ข้างในไม่สุก แต่ข้างนอกไหม้
หรือถ้าน้ำมันไม่ร้อน จะทำให้ก้านไม่ฟู และจะทำให้ไม่เหนียว

น้ำจิ้ม เอาพริกชี้ฟ้าสีแดงล้วนผ่าเอาเมล็ดออกแล้วโขลกให้ละเอียด ตักขึ้นมาละลายกับน้ำส้ม น้ำตาล
เกลือนิดหน่อยชิมดูให้รสจัดมาก ๆ หน่อยทั้งสามรส (เพราะเมื่อน้ำเตงกวาออกจะทำให้รสอ่อนลง
บ้าง) แล้วเอาถั่วลิสงคั่วที่โขลกไว้มาละลายลงไปด้วยกัน เป็นเสร็จการทำน้ำจิ้ม ถึงเวลาจะรับประทานจึงเอาลาดงบนเตงกวาที่หั่นใส่ถ้วยไว้แล้ว

ทอดมันกุ้ง

คุณไคล ขุนทองจันทร์

เครื่องปรุง

รากผักชี ๑ ซ่อนซา พริกไทย ๑๐ เม็ด กระเทียม ๑๐ กลีบ กุ้งนาง ๑ กิโล น้ำมันแข็ง ๒ ชีต
ขนมปังป่น ไข่ไก่ ๑ ฟอง น้ำมันหมู ๑/๒ กิโล น้ำจิ้ม (น้ำบ๊วยเจีย เกลือ น้ำตาล พริกชี้ฟ้าแดง
กระเทียม)

วิธีทำ

เอารากผักชี พริกไทย กระเทียม โขลกให้ละเอียด แล้วปอกกุ้งเฉพาะตัวไม่เอาหัวใส่ แล้วโขลก
ให้เห็นยว ตักขึ้นมาวดกับน้ำมันหมูที่สับละเอียดแล้วใส่น้ำปลานิดหน่อย แล้วจึงปั้นเป็นก้อน ๆ ชุบ
ไข่ที่ตีไว้ เคล้าขนมปัง แล้วนำลงทอดในน้ำมันที่ร้อนพอสมควร พอเหลืองจึงตักใส่จานรับประทาน
ได้ ควรรับประทานทันที เย็นแล้วไม่อร่อย

๕๕
น้ำจิ้ม เอาน้ำบ๊วยเจียผสมกับพริกชี้ฟ้า กระเทียมที่สับไว้ เติมน้ำตาล เกลือ ชิมดูให้มีรส

น้ำพริกพริกเมือง

ครัวโรงเรียนควงกวัด

เครื่องปรุง

พริกชี้ฟ้า	๑๐ เม็ด	หัวหอม	๕ หัว
กระเทียม	๗-๘ กลีบใหญ่	กะปิ	๑ ช้อนโต๊ะปาด
กุ้งแห้ง	๑๕ ตัว	มะนาว	น้ำปลา
			น้ำตาล

วิธีทำ

พริก หอม กระเทียม กะปิ เผาแล้วนำมาโขลกให้เข้ากัน ไม่ต้องละเอียดนัก ปรุงด้วยมะนาว น้ำปลา น้ำตาล ให้รสตามชอบ

กุ้งแห้งล้างน้ำเสียก่อน ถ้าตัวใหญ่ควรผ่าซีก นำมาเคล้ากับน้ำพริกที่ปรุงไว้ให้เข้ากัน
(ใช้คลุกข้าวรับประทานกับผักสดและเครื่องแกง)

ผักจิ้ม

มะเขือ แตงกวา ถั่วฝักยาว หรือผักสดต่าง ๆ ตามใจชอบ
เครื่องแกง ปลายาสลิกทอด ไข่เค็ม ปลาแห้ง เนื้อเค็ม หรือ ปลาหมึกเค็มทอด ฯลฯ

สังขยาเมือก

ครัวโรงเรียนควงถวิล

เครื่องปรุง

ไข่เป็ด	๕ ฟอง	มะพร้าว	๑/๒ กิโลกรัม
น้ำตาลปีบ	๒ ๑/๒ ช็อก	น้ำตาลทราย	๒ ๑/๒ ช็อก
เผือกหัวเล็ก	๑ หัว		

วิธีทำ

เผือกล้างน้ำ ปอกเปลือก ผ่า ๒ ช็อก นำไปนึ่ง เมื่อสุกแล้วบดให้ละเอียด มะพร้าวคั้นประมาณ ๑ ถ้วย ผสมกับน้ำตาลปีบและน้ำตาลทราย ไข่เป็ดตีให้ขึ้นฟู นำไปผสมกับน้ำตาลกับกะทิที่เตรียมไว้ นั้น แล้วกรองด้วยผ้าขาวบางนำเผือกบดมายีลงในน้ำสังขยาให้เข้ากัน นำไปนึ่ง

ไถ่กร่อย

คุณเยี่ยมศรี บุณสุข

เครื่องปรุง

ไถ่ ๑ ตัวแฮม ๒ แผ่น เกลือ ๑/๒ ช้อนชา พริกไทย ๑/๒ ช้อนชา หัวแครอท ๒ หัว ผักกาดขาว ๕ กาบ ไข่ทอด ๑ แผ่น

วิธีทำ

ไถ่ลอกกระดูกออกเคล้าเกลือ พริกไทย พร้อมด้วยเนื้อหมูแผ่ไถ่ออกซ้อนด้วยเนื้อหมู และผักกาดขาว หัวแครอท ไข่ทอด แฮมพับม้วนให้กลมมัดด้วยเชือกลงไปทอด เสร็จแล้วใส่หม้ออบ ๑๕ นาที ใช้ได้ เวลาจะทานทำน้ำซอสราดหน้า

วิธีทำน้ำซอส

ใช้น้ำสต็อกให้ได้ ๒ ถ้วย เจียวหอมประมาณ ๓ ช้อนโต๊ะ ใส่แป้ง ๑ ช้อนโต๊ะ น้ำซอส ๑ ช้อนโต๊ะ พริกไทย ๑/๒ ช้อนชา กรองแล้วราดหน้าไถ่

ฟองสโนว

คุณเยี่ยมศรี บุณสุข

เครื่องปรุง

ไข่ไก่ ๖ ฟอง น้ำตาลทราย ๖ ช้อนโต๊ะ ซอส ลูกเชอรี

วิธีทำ

แยกไข่แดงออกจากไข่ขาว ใช้แต่ไข่ขาวตีกับน้ำตาลให้ขึ้น ใส่น้ำมะนาวด้วย ทีนี้แข็งตัวดีแล้วหยอก
ในน้ำเดือดประมาณ ๒ นาที ตักใส่ตะแกรงลวดหน้าด้วยซอสและเชอรี

วิธีทำน้ำซอส

ไข่แดง ๓ ฟอง คนกับน้ำตาลทราย ๓ ช้อนโต๊ะ คนทั่วแล้วใส่วนิลา ๑ ช้อนชา นมสด ๑ ถ้วย
คนให้ทั่วกันดีแล้วใส่หม้อคั้นไว้ลวดหน้าฟองสโนว



สวดพระอภิธรรม คณวันที่ 4 กรกฎาคม 2514
สมาคมประกันภัย เจ้าภาพ

แกงเปรอระหน่อไม้กับข้าวโพดต้ม

พี่น้องหลาน ๆ บ้านโคกบับ

คุณป้าอุไร ยมะสมิต ท่านมาบ้านโคกบับในปีหนึ่งท่านมาหลายครั้ง แต่ท่านชอบให้พี่น้องและหลาน ๆ ทางนี้จัดหาอาหารให้รับประทานทุกครั้งที่ท่านมา อาหารที่ท่านชอบมาก คือ แกงเปรอระหน่อไม้กับข้าวโพดต้ม

เครื่องปรุง

มีหน่อไม้สด ผักชะอม ใบแมงลัก พริกขี้หนูสด หอม กระเทียม ตะไคร้ กะปิ น้ำปลา และใบหญ้านาง

วิธีทำ

หน่อไม้ลอกเปลือกแล้วหั่นชิ้นบาง ๆ ต้มให้จืด ใบหญ้านางโขลกหรือชกกับน้ำสะอาด กรองน้ำใส่หม้อ กะคูน้ำกับหน่อไม้ให้พอดีกัน เอาหอม กระเทียม พริก เผาไฟให้สุก กะปิ ตะไคร้ หั่นใส่ครกโขลกให้ละเอียด ปลายกรอบเอาก้างออกใส่คกโขลกให้เข้ากัน เอาหม้อที่ใส่น้ำใบหญ้านางตั้งไฟให้เดือด แล้วเอาหน่อไม้กับเครื่องที่เตรียมไว้ใส่ลงหม้อคนเข้ากัน น้ำเดือดแล้วใส่น้ำปลาชิมดูมีรสกลมกล่อมดีแล้ว เอาผักชะอมและใบแมงลักที่เด็ดเตรียมไว้ลงหม้อคนให้ทั่ว ยกหม้อลงข้าวโพด คือข้าวโพดพื้นบ้านปลุกกันตามสวนใกล้บ้าน เมื่อท่านมากช่วยกันไปหักข้าวโพดที่สวน มาปอกเปลือกบ้างนิดหน่อย แล้วใส่หม้อต้มให้สุก แล้วก็เอามารับประทานได้ ที่คุณป้าชอบรับประทานก็เพราะข้าวโพดมีรสหวานอร่อยดี พอหักจากต้นมาก็ต้มเลย มิได้ค้างคืนจึงทำให้มีรสชวนรับประทาน

ขนมมะแรงค์เย็น (Cold Meringue) และมะแรงค์ร้อน (Hot Meringue)

คุณเสรี ลืออำรุง

เครื่องปรุงมะแรงค์เย็น

ไข่ขาว ๔ ฟอง น้ำตาลปั่น ๑/๒ ปอนด์ กรีมออฟตาต้า ๑/๒ ช้อนชา

- วิธีทำ ๑. ตีไข่ขาวกับ ๑/๓ ของน้ำตาลให้ฟู ๒. เติม ๑/๓ ของน้ำตาล แล้วตีไปจนแข็ง
 ๓. โรย ๑/๓ ของน้ำตาล แล้วคลุกให้เข้ากัน ๔. อบในเตาอบ ๒ ชั่วโมง ระหว่าง ๒๒๐°-๒๕๐° ฟาเรนไฮต์
 วิธีนี้เร็วและง่าย เหมาะสำหรับทำ พาย, มะแรงค์เชอส์และบอมบาดาสกา

เครื่องปรุงมะแรงค์ร้อน

ไข่ขาว ๔ ฟอง น้ำตาลก้อน ๑/๒ ปอนด์ กรีมออฟตาต้า ๑/๔ ช้อนชา น้ำ ๒ ออนซ์

- วิธีทำ ๑. ต้มน้ำตาล, น้ำ ให้เหนียวเป็นยาง หรือ ๒๕๐° ฟาเรนไฮต์ ๒. ตีไข่ขาว และ กรีมออฟตาต้าให้ขึ้น
 ๓. ก่อย ๆ เทน้ำตาลร้อน และ ตีแรง ๆ จนหมด ๔. อบในเตาอบร้อน ๒๒๐°-๒๕๐°
 ฟาเรนไฮต์ ๒ ชั่วโมง

สำหรับทำ เค้ก พงษ์ และ วัชชารัง และไข่หิมะ (ใช้คุ่นในน้ำอุ่น ๆ ๕-๑๐ นาที) และแต่งหน้า
 ขนมเค้ก

แกงบวน

คุณนันทา โชติกะทุกกณะ

เครื่องปรุง

ทับทิม	๑/๔ ก.ก.	} — สวกพอสกแล้วหันเป็นชั้นเล็ก ๆ
ทับเหล็ก	๑ อัน	
หมูสามชั้น	๑/๔ ก.ก.	
หัวใจ	๑/๔ ก.ก.	
เซ่งจี้	๑ อัน	

ใส่ย่อนต้มให้เปื่อยแล้วหันเป็นชั้นเล็ก ๆ ๑/๔ ก.ก.

ใบตะไคร้หั่นหยาบ ๆ	๑ ถ้วย	อัดให้แน่น	} — ทำแล้วคั้นกรองเอาแต่น้ำ ๒ ถ้วย
ใบผักชีหั่นหยาบ ๆ	๑ ถ้วย	อัดให้แน่น	

หอมเผา	๑ ถ้วย	กระเทียมเผา	๑ ถ้วย	
ข่าเผาหั่น	๑	ชันโตะ	ปลากรอบปั้งแกะเอาแต่เนื้อ ๓/๔ ถ้วย	ตำละเอียด
ปลากรอบปั้งแกะเอาแต่เนื้อ	๑/๒ ถ้วย	รากผักชีหั่น	๑	ชันโตะ
พริกไทยเม็ด	๑	ชันกาแฟ	ตะไคร้หั่นฝอยบดพอแตก	๓/๔ ถ้วย

จากรายการเซลด์แกส ครั้งที่ ๑๕๖ ทางไทยทีวีช่อง ๕ พุทธศักราช ๒๕๐๘

น้ำปลา	๓/๔ ถ้วย	น้ำตาลปีบ	๓/๔ ถ้วย
น้ำมันหมู	๑/๒ ถ้วย	ใบมะกรูดฉีกใหญ่ ๆ	๓-๔ ใบ
พริกแกงหั่นฝอยยาว ๆ		ผักชีเด็ดหรือหั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ	สำหรับโรยหน้า

วิธีทำ

ทำพริกไทย รากผักชี ข่าเผา ให้ละเอียด ใส่ปลากุเลา หอมเผาะเทียมเผา ที่ปอกแล้วตำ
 ต่อไปจนละเอียด ใส่ปลากรอบที่ตำละเอียดแล้วลงทำให้เข้ากันดี เอากระทะใส่น้ำมันหมูตั้งไฟ
 พอร้อน ตักส่วนผสมที่ตำไว้ละเอียดแล้วใส่ลงผัดให้ทั่วใส่หมูสามชั้นที่ลวกและหั่นแล้วลงผัดด้วย
 จนหอมเหลือง ใส่น้ำปลา น้ำตาล คนให้เข้ากัน แล้วใส่พวกเครื่องในต่าง ๆ ที่หั่นไว้ลงผัด
 สักครู่ ใส่น้ำประมาณ ๔-๕ ถ้วย น้ำตะไคร้ ผักชีที่กั้นไว้คนให้ทั่ว ตั้งไฟให้เดือดสักครู่จึงใส่
 ตะไคร้หั่นฝอยบุบพอแตก และใบมะกรูดลง เคี่ยวต่อไปจนเครื่องในเปื่อย ถ้าน้ำข้นและรสจัด
 มากเกินไปเติมน้ำให้ใสหน่อยได้ เมื่อตักใส่ชามแล้ว โรยด้วยพริกหั่นฝอยและผักชีหั่นหรือเด็ด
 เป็นชิ้นเล็ก ๆ รับประทานกับของแกล้ม เช่น เนื้อฝอยผัด หรือ ไข่แฉ่องทอดกรอบ.

๕๑
๗
แครพ

คุณขวัญจิตต์ ลุทธานนท์

เครื่องปรุง

ไข่ไก่	๒	ฟอง	เนย	๑	ช้อนโต๊ะ	เกลือ	๑/๔	ช้อนชา
แป้งสาลี	๒	ถ้วยตวง	นมสด	๒	ถ้วยตวง	เหล้ารัม	๑	ช้อนโต๊ะ
น้ำมันพืช	๑	ช้อนโต๊ะ	น้ำมันหมู	๑	ช้อนโต๊ะ	ชีสที่หล่ยม		

วิธีทำ

นำเนยและไข่ใส่รวมในภาชนะเดียวกันและตีให้เข้ากัน เอาแป้ง ๒ ถ้วย ใส่ลงในชามลึกและ
แหวกตรงกลางแป้ง เทเข้ากับเนยที่ตีไว้แล้วนั้นลงตรงกลางแป้ง ตีปนกับแป้ง ค่อย ๆ เทนม
สดลงทีละน้อย อย่าหยุดมือที่ตีในชามแป้ง ใส่จนนมหมด ๒ ถ้วย ใส่เกลือ น้ำมันพืช และ
เหล้า ตีให้เข้ากัน ทั้งไว้ประมาณ ๑/๒ ชม. เอากระทะแบนตั้งไฟปานกลาง ใช้ส้อมจิ้มน้ำมัน
หมูขึ้นที่หล่ยมเช็ดให้รอบกระทะ แล้วยกกระทะกรอกไปมาให้ทั่ว จะได้แผ่นขนมบางพอประมาณ
(คล้ายละเลงขนมเบื้องไทย) เมื่อเหลืองดีแล้วจึงแซะกลับให้ด้านบนเหลืองด้วย เมื่อทั้ง ๒ ด้าน
เหลืองดีแล้ว เอาลงจากกระทะวางช้อนไว้

จากรายการเชลล์แกลสครั้งที่ ๑๖๐ ทางไทยทีวีช่อง ๔ พุทธศักราช ๒๕๑๘ กรกฎาคม ๒๕๐๘

GREPE FARCIE

คุณขวัญจิตต์ ลุทธิตานนท์

เครื่องปรุง — เนื้อวัวบด ๓ ชีต ซอสมะเขือเทศ ๔ ช้อนโต๊ะ ซอสสุสเตอร์ ๑ ช้อนโต๊ะ
 น้ำซूप ๑/๒ ถ้วย เกลือ — ช้อนโต๊ะ พริกไทยป่นพอควร
 น้ำมันพืช ๓ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ — ผัดเนื้อกับน้ำมันพืช ใส่เกลือพริกไทย พอสุกตักใส่ภาชนะไว้ เอากระทะที่ผัดเนื้อทิ้งไฟใส่ซอส
 มะเขือเทศ, ซอสสุสเตอร์, น้ำซूप ละลายเข้ากันดีแล้วพักไว้ เอาเนื้อที่ผัด ตักใส่บนแป้งพอ
 ประมาณ ม้วนแป้งห่อเนื้อแล้ววางเรียงในภาชนะที่จะนำเข้าเตาอบได้ นำเข้าอบ ใช้ไฟปาน
 กลางประมาณ ๕ นาที เอน้ำซอสที่ปรุงไว้ราดบนแป้งม้วนเนื้อ แล้วนำเข้าอบใหม่ ประมาณ
 ๕ นาที จึงนำออกจากเตาอบรับประทานร้อน ๆ

ของหวาน (CREPE AU RHUM—AU MIEL)

เมื่อทำแป้งเสร็จแล้ว เอาเนยทากระทะบาง ๆ เอาแผ่นแป้งลงใส่ในกระทะ พอร้อนเอาเนยทาค้น
 บน แล้วโรยน้ำตาลหรือน้ำผึ้ง พับตลบเป็นสามเหลี่ยม ตักขึ้นใส่ภาชนะรับประทาน ถ้าชอบเหล้า
 ก็ใช้เหล้าแทนนมที่อยู่ในภาชนะ แล้วจุดไฟ รับประทานร้อน ๆ

(ส่วนของแป้งที่กำหนดไว้นี้ ทำได้ประมาณ ๕ แผ่น กระทะใหญ่)

ขนมเต่า

คุณวิไลดา วิจารณ์วัตติ

เครื่องปรุงไส้

ถั่วเขียวหรือถั่วทองที่ล้างสะอาดและต้มสุกแล้ว ๑ ถ้วย หัวกะทิคั้นข้น ๆ มาก ๆ ๑/๒ ถ้วย น้ำตาลทราย ๑/๒ ถ้วย ยี่ถั่วที่ต้มสุกแล้วให้ละเอียด แล้วนำมากวนกับหัวกะทิและน้ำตาลทราย กวนไปจนกระทั่งแห้งเกาะกันเป็นก้อนไม่ติดกะทะ ทั้งไว้ให้เย็นพอบั่นได้ จึงบั่นเป็นก้อนกลมเล็ก ๆ เรียงลงในภาชนะที่มีฝาปิด อบควันเทียนและตอกมะลิสด กระทั่งางานไฟ ทั้งค้างไว้ ๑ คืน ให้หอม

แป้ง

แป้งข้าวเหนียว ๒ ถ้วย น้ำ ๓/๔ ถ้วย สีแดงสำหรับทำขนม

หยดสีแดงลงในน้ำที่ตวงแล้วให้สีจืด ๆ แล้วจึงเทลงในอ่างที่มีแป้งข้าวเหนียว (แป้งข้าวเหนียวแห้งควรอบควันเทียนและมะลิสดเสียก่อน ถ้าแป้งไม่เองไม่ต้องอบ เพราะใช้ตอนหมาด ๆ ไม่แห้ง) นวดให้เข้ากัน แป้งจะเป็นสีแดง

วิธีทำ

แป้งที่ผสมแล้วนำมาบั่นเป็นเส้น ถั่วกวนที่อบไว้แล้วเป็นไส้ บั่นแป้งให้เป็นลูกกลม ๆ หุ้มไส้ให้มิด

อย่าให้เห็นได้ แล้วจึงนำไปกดลงในพิมพ์ซึ่งเป็นรูปตัวเต่า ใช้แป้งข้าวเหนียวแห้งเป็นมวล โรยบนพิมพ์เสียก่อน และแป้งที่ปั้นไว้ก็เอาตวงเกลือกนวลแป้งข้าวเหนียวเสียก่อน จึงนำไปกดพิมพ์แล้วแกะออกมานำไปต้มในน้ำที่กำลังเดือด (สมัยก่อนใช้น้ำแข็ง แต่ขนมไม่สวยเหมือนต้ม) คอยคูลูกน้ำอย่าให้เดือดมาก พอขนมลอยสักครู่ ก็ช้อนขึ้นวางในจานที่ทาน้ำมัน (ถ้าใช้น้ำมันหมักแล้วจะเหม็น ก็ใช้น้ำมันนอ) และรีบหาคั่วขนมเต่าด้วย เพื่อให้ไขมันและสายชั้ขึ้น แล้วนำไปจัดลงจานอีกที่หนึ่ง

หมายเหตุ

แป้งถ้าไม่ใช่เอง ใช้น้ำพอหมาด ๆ แล้วนำมาทำขนมจะนุ่มดีกว่าแป้งแห้ง และขนมที่ใช้แป้งแข็ง ก็จะมีเนื้อนุ่มกว่าต้ม ถ้าใช้แป้งแห้ง ควรอบควันเทียน และ คอกมะลิเสียก่อน เช่นเดียวกับไส้ เพราะแป้งแห้งมักจะมึนลิ้น ไม่เหมือนแป้งสด ตามส่วนนี้จะทำได้ประมาณ ๘๐ ตัว

ยาใหญ่

คุณพ่อจ๋อ วิ ศีตะจิตต์

เครื่องปรุง

เนื้อหมูต้มสุกหั่นบาง ๆ	๑/๒ ถ้วย	ตับหมูต้มสุกหั่นบาง ๆ เล็ก ๆ	๑/๔ ถ้วย
อกไก่ต้มสุกฉีกเป็นเส้นเล็ก ๆ	๑/๔ ถ้วย	กุ้งซีแฮ้ต้มสุกปอกเปลือกแล้ว	๑/๔ ถ้วย
กุ้งแห้งตัวเล็ก ๆ	๑/๔ ถ้วย	หนังหมูต้มหั่นบาง ๆ เล็ก ๆ	๑/๒ ถ้วย
ปลาหมึกแห้งปิ้งสุกฉีกฝอย	๑/๔ ถ้วย	เห็ดหูหนู, วั่นเส้น, ฟองเต้าหู้ (แช่น้ำเย็นลวก	
น้ำร้อนคั้นและหั่นสั้น ๆ รวมกัน)	๑/๒ ถ้วย	แดงกวาฝานบาง ๆ ตามลูกเมดซี่ไม้ใช้	๑ ถ้วย
แกริอทฝานบาง ๆ ตามหัว	๑/๒ ถ้วย	หัวผักกาดแดงฝานบาง ๆ	๑/๒ ถ้วย
ไบสะระแห่น—ผักซีเค็ดแล้วอย่างละ	๑/๒ ถ้วย	ไช้กรอกหั่นฝอย	๑ ฟอง
พริกชี้ฟ้าเหลืองแดงหั่นฝอยพอควร			

น้ำปรุง

น้ำตาลทราย	๑/๒ ถ้วย	น้ำปลา	๑/๔ ถ้วย
น้ำมะนาว	๑/๔ ถ้วย	น้ำส้ม	๑ ช้อนโต๊ะ
รากผักชีหั่นฝอย	๒ ช้อนโต๊ะ	กระเทียมหั่นฝอย	๑ ช้อนโต๊ะ

จากรายการเพื่อกุลสตรี ทางไทยทีวี ช่อง ๔ พุทธศักราช ๒๕๑๐

๕๖
ยาเห็ดฟาง

คุณสุวรรณา ศรีเพ็ญ

เครื่องปรุง

เห็ดฟาง	๑ ถ้วยชาครึ่ง	หัวกะทิ	๑ ถ้วย
ตะไคร้ใหม่	๒ ก้าน	ใบมะกรูด	๑ ใบ
ผักชี	๒ - ๓ ก้าน	สระระแหน	๑ กำมือ
น้ำพริกเผา	๑ ช้อนหวาน	ถั่วลิสงคั่วบวบ	๑ ช้อนโต๊ะ
มะม่วงดิบซอย	๑ ช้อนโต๊ะ	กระเทียมเจียว	๑ ช้อนโต๊ะ
พริกขี้หนูบวบ	๗-๘ เม็ด	น้ำปลาดี, น้ำตาลทราย	

วิธีทำ

เกลาเห็ดล้างน้ำให้สะอาดผ่า ๒ หรือ ๔ ตามใจชอบ ใส่ในซามกะทิ ใส่กะทะตุนหรือหนึ่งให้สุก ยก
ลงพักไว้ให้เย็น หั่นตะไคร้ให้เป็นฝอยบาง ๆ ประมาณ ๑ ช้อนโต๊ะพูน ใส่ลงในซามเห็ด ปอก
มะม่วงซอยใส่ลง ล้างผักชี สระระแหนเด็ดเป็นใบและเป็นช่อล้างน้ำ ใบมะกรูดฉีกก้านกลางช้อน
มันให้แน่นหั่นละเอียดเป็นฝอย บวบพริก ถั่ว หั่นกระเทียมขวางหัวบาง ๆ เจียวให้เหลือง เวลา
รับประทานจึงใส่น้ำพริกเผา น้ำปลาดี คลุกชิมดูรสตามใจชอบจึงใส่ถั่ว กระเทียมเจียว ใบมะกรูด
พริกขี้หนู ใบสระระแหน ผักชี

หอมใหญ่บรรจุใส่

คุณสุวรรณมา ศรีเพ็ญ

เครื่องปรุง

หอมหัวใหญ่ประมาณ	๔ - ๕ หัว	ปูทะเลแกะเอาแต่เนื้อ ๆ	๑ ถ้วย
เนื้อหมูสับละเอียด	๑ ถ้วย	กระเทียมตำละเอียด	๑ ช้อนชา
แป้งข้าวเจ้า	๑ ถ้วย	หัวกะทิ	๑ ถ้วย
พริกไทย รากผักชี	ไขมันชนิดหน้อย	น้ำมันหมู	

วิธีทำ

นำเอาปูทะเลมาต้มให้สุกเสียก่อน แล้วแกะเอาแต่เนื้อ ๆ บีบพอแตกออกจากกัน กระเทียม ๑๐ กลีบ พริกไทย เกลื่อนำลงโขลกปนกันให้ละเอียด แล้วนำเอาไปเคล้ากับเนื้อปูและเนื้อหมูที่สับไว้ให้นั้นให้เข้ากัน ทั้งกะทะใส่น้ำมันชนิดหน้อย นำเครื่องที่โขลกไว้ผัดให้หอม จึงเอาปูและหมูสับใส่ลงไป ใส่ น้ำปลาญี่ปุ่น ผงชูรส ชิมดูรสตามชอบ ตักใส่ชามเอาใบผักชีที่เด็ดไว้ลงเคล้าให้เข้ากัน นำเอาหอมใหญ่มาแกะเป็นรูปดอกกุหลาบ แล้วจึงเอาใส่บรรจุลงตามกลีบโดยรอบ จนถึงเกษรใน แล้วนำเอาไปชุบแป้งทอดจนเหลืองจึงตักขึ้น รับประทานกับซอสพริกศรีราชาหรืออะไรก็ได้ตามชอบ

จากรายการเพื่อกุลสตรี ทางไทยทีวี ช่อง ๔ พุทธศักราช ๒๕๑๐ ธันวาคม ๒๕๑๐

เมี่ยงหมี่

คุณประจงจิตต์ กุลตัญท์

เครื่องปรุง เนื้อหมู ๑/๔ กก. กุ้งนาง ๖ ตัว (ใช้แต่ตัวหัวไม่ใช่ ล้างให้สะอาดคัตตหางทิ้งเส้นดำออก) อกไก่อกใหญ่ ๑ ออก ไข่เป็ด ๒ ฟอง กระเทียมคองหัวใหญ่ ๆ ๘ หัว หอมเล็ก ๘ หัว กระเทียมกลีบใหญ่ ๒๐ กลีบ ส้มซ่า ๑ ผล เส้นหมี่แดงใหญ่ ๑ แฉง น้ำมันหมูหรือน้ำมันพืช ผักชี ๒ ต้น (ล้างสะอาด) พริกแดง ๒ เม็ด น้ำมะนาว ๒ ช้อนโต๊ะ น้ำปลาดี ๒ ช้อนโต๊ะ น้ำตาลทราย ๒ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ นำเนื้อหมู กุ้ง (ใช้ทั้งเปลือกหนึ่งสูกแล้วจึงปอก) ไก่ รวนใส่จานหนึ่งให้สุกแล้วหั่นบาง ๆ ตวงให้ได้ อย่างละ ๑/๒ ถ้วย กระเทียมคองแกะเป็นกลีบ ๆ หั่นตามยาวของกลีบตวงให้ได้ ๑/๒ ถ้วย ไข่ไก่ ๒ ฟองตีให้เข้ากันกรอกในกระทะน้ำมันน้อย ๆ ให้เป็นแผ่นบาง ๆ แล้วหั่นฝอย ส้มซ่าผ่าน้ำใช้ แต่ผิวหั่นละเอียด ๒ ช้อนชา หอมกระเทียมปอกชอยคามายาวของหัวและกลีบ เจียวให้เหลือง เส้นหมี่ทอดให้กรอบเหลืองตวงให้ได้ ๒ ถ้วย ผักชีเด็ดเป็นช่อ ๆ พริกแดงผ่าเอาเม็ดออกหั่นฝอย ผสมน้ำปลา น้ำมะนาว น้ำตาล คนให้เข้ากัน นำเนื้อหมู กุ้ง ไก่ กระเทียมคองใส่ซำมกันลึกลง ให้เข้ากัน ใส่หน้าที่ผสมไว้ในน้ำปลา น้ำมะนาว น้ำตาล ที่ผสมไว้แล้วคนต่อไป โรยหอมเจียว กระเทียมเจียว ผีวี่ส้มซ่า คนเบา ๆ และสุดท้ายใส่เส้นหมี่คนให้เข้ากันอีกครั้ง ตักใส่จาน ตักให้สวย ไข่เจียว ผักชีและพริกแดง หรือจะจัดใส่กระถางเป็นคำ ๆ ก็ได้ รับประทานเป็นอาหารว่าง (หัวกุ้งที่ไม่ใช้ให้นำไปทำกับข้าวผัดหมี่เป็นอาหารกลางวันได้อีก ๑ มื้อ)

ข้าวผัดหมี

คุณประจงจิตต์ กุลตัญท์

เครื่องปรุง

ข้าวสุกหุงลมนุสมัย ๒ ถ้วย
 (หัวกุ้งที่เหลือปอกใช้มันกับเนื้อเหงือกไม่เอา)
 กระเทียมคองหั่นทามขวางหัว ๕-๖ หัว

เนื้อหมูแกมมัน ๑/๔ ถ้วย

๓-๔ ราก หอม กระเทียม สับละเอียดอย่างละ ๑
 ฝอย ๑ ช้อนชา เนื้อในส้มซ่าแกะเป็นกลีบ
 ไข่เป็ด ๑ ฟอง น้ำส้ม ๑ ช้อนโต๊ะ
 ถั่วงอกเด็ดหาง ๑ ถ้วย ต้นกุยฉ่าย ๑๐ ต้น

เต้าหู้เหลืองหั่นฝอยครึ่งแผ่น
 เต้าเจี้ยวคั่ว ๑ ช้อนชา ไชลกทะเลเยียดกับรากผักชี
 ๑ ช้อนโต๊ะ พริกป่น ๑/๒ ช้อนชา ผิวส้มซ่าหั่น
 น้ำมันหมูหรือน้ำมันพืช ๑/๔ ถ้วย
 น้ำปลา ๑ ช้อนโต๊ะ น้ำตาลทราย ๒ ช้อนโต๊ะ
 ใบบัวบก มะนาว ผักชี

วิธีทำ

นำน้ำมันใส่กะทะพอร้อน ใส่หอมกระเทียมเจียวให้เหลือง จึงใส่เต้าเจี้ยวที่โขลกไว้ลงคนให้เข้ากัน
 ใส่หมู กุ้ง เต้าหู้ น้ำปลา น้ำส้ม น้ำตาล คนให้เข้ากัน ใส่พริกป่น แล้วแหวกตรงกลางใส่น้ำมันหมู
 นิดหน่อยค่อยๆ ไข่ใส่ลงไปให้แตก ผัดให้เข้ากัน

นำข้าวสุกใส่ลงในกะทะคนให้ข้าวกระจาย ผัดให้เครื่องจับตัวกัน โรยถั่วงอกพอสมควร ผัด
 กลับไปกลับมา ๒-๓ ครั้ง ยกลงจัดใส่จานโรยผักชี ผิวส้มซ่าโรยไปข้าง ๆ พร้อมกับเนื้อที่เตรียม
 ไว้ ให้กระจาย มะนาวฝาน ๑ ชิ้น เต้าเจี้ยว ๑ ช้อนชา กระเทียมคอง ให้วางข้าง ๆ จาน ยกไป
 ตั้งรับประทานกับผักต่าง ๆ และแกงจืด

จากราชการเพื่อกุลสตรี ทางสถานีโทรทัศน์ไทยทีวีช่อง ๕ วันพฤหัสบดีที่ ๒๕ มกราคม ๒๕๑๑

กล้วยหอมทอด

คุณบัวแก้ว ประทีปเสน

เครื่องปรุง	กล้วยหอม	๑๘—๒๐	ผล	แบ่งสตี้	๓ ๑/๒	ถ้วย
	น้ำตาลทรายขาว	๑ ๑/๔	ถ้วย	เกลือ	๑	ช้อนชา
	ผงฟู ๑ ช้อนชา	นมข้น	๔ ช้อนโต๊ะ	ไข่ไก่ ๕ ฟอง	นมสด	๒ ช้อนโต๊ะ
	น้ำมันสำหรับทอด	วนิลา	๑	ช้อนชา		

วิธีทำ
เอาไข่ไก่ ๕ ฟอง ตีให้ขึ้นฟู ใส่ น้ำตาลไปเรื่อย ๆ จนขึ้นขาว ใส่ นมข้นลงไปตีให้เข้ากัน เอาแป้งเกลือ ผงฟู รวมกันร่อน ๓ หน จึงใส่ลงไปไข่ที่ตีลดความเร็วลงต่ำสุด ใส่ นมสดและวนิลาคนพอเข้ากัน (อย่าใส่นมสดมากจะเหลวและเวลาทอดจะแตกกระจาย) เอากระทะตั้งไฟให้ร้อนกลาง ๆ กำลังดี (ทอดเตาแก๊สดีมาก) ตักกล้วยผ่าครึ่งตัด ๒-๓ ท่อนตามชอบ ทรายกล้วยวางลงบนแป้ง เวลาจะตักใช้ส้อมกดลงไปแป้ง ยกขึ้นให้ข้างบนเป็นกล้วยหลังเกลี้ยง ๆ ก็หยอดลงในน้ำมัน เมื่อเหลืองแล้วจึงกลับอีกข้างทอด ทำอย่างนี้ตลอดไปจนหมด กล้วยหอมทอดนี้จะใช้เป็นของหวานหรือขนมหน้าซาก็ได้ รับประทานร้อน ๆ

จากรายการเพื่องูสตร์ ทางสถานีโทรทัศน์ไทยทีวีช่อง ๔ วันพฤหัสบดีที่ ๒๖ ธันวาคม ๒๕๑๑

กุ้งอเมริกัน KING PRAWNS AMERICAIN

คุณจักรวัณศ์ บัณฑิตยารุณ

เครื่องปรุง

- กุ้งสด (หัวกุ้ง, มันกุ้ง)
- หัวแครอท หัวผักกาดขาว หอมหัวใหญ่
- มะเขือเทศกระป๋อง
- น้ำชูปไต (Consomme)
- Paprika
- Brandy

วิธีทำซอส

สับหัวกุ้ง มันกุ้ง แครอท หัวผักกาดขาว หอมหัวใหญ่ ให้ละเอียด

- ผัดให้เกรียม เติมซอสมะเขือเทศกระป๋องลงไปพอสมควร
- เติมเกลือ แล้วใส่ Brandy ประมาณ ๒ เอานซ์
- ตักน้ำชูบ Consomme ลงไป เคี่ยวให้ทุกอย่างเปื่อย จะเห็นได้ว่า มีสีแดงปนน้ำตาล เคี่ยวได้นานมากเท่าใดก็ยิ่งดี โดยเติมน้ำชูปลงไปอีก

จากนั้น นำมาคั้นด้วยกระชอนตาห่างนิดหน่อย จะได้น้ำซอสซึ่งอาจจะไม่ข้นพอ นำน้ำซอส
นี้มาเคี่ยวให้ข้น ถ้ายังไม่ข้นพอก็อาจเติมแป้งข้าวโพดลงไปอีก

เป็นอันว่า เราได้น้ำซอส American แล้ว ซอสนี้สามารถเก็บในตู้เย็นได้เป็นเวลานาน

วิธีปรุง

กึ่งใหญ่ น้ำจืดสด ทอดด้วยน้ำมันเนย เกลือ พริกไทย Paprika หอมสับ
พอกึ่งสุกแล้ว ลอกเปลือกออกแล้วใส่ไวท์กิงเค็ม Flamed with Brandy ใส่ American sauce
ที่ได้ทำแล้วนั้น คลุกเคล้าให้ทั่วกัน บีบมะนาว ๑ ช้อนสำหรับ ๑ คนทาน
Ketchup ประมาณ ๑ ช้อนหวาน, น้ำตาลผงครึ่งช้อนกาแฟ
มันกุ้ง ๑ ช้อนหวาน คลุกเคล้าให้ทั่วอีกครั้งหนึ่ง เป็นอันเสร็จ
เวลาเสิร์ฟ ๆ กับข้าวขาว.

แสดงที่สโมสรวัฒนธรรมหญิง โดย ประชุม รักสัจย์พลเมือง แห่งห้องอาหาร เลอชาเล่ท์ โรงแรมเอราวัณ

เครป ชูเซท CREPE SUZETTE

คุณจิรวัดส์ บันยารชุน

ส่วนผสมสำหรับแป้ง PANCAKE

- (๑ หม้อ สามารถทอดได้มากกว่า ๕๐ แผ่น ทั้งนี้ต้องแล้วแต่ว่า ผู้ทอด Pancake มีความสามารถ
ทอดได้บางเท่าใด)
- แป้งสาลี ๖๐๐ กรัม
 - ไข่แดง ๑๒ ฟอง
 - เนย ๒ ช้อนชา
 - ผิวมะนาว ผิวส้ม นมสดพอร์โมสต์ ๑ ขวดใหญ่

วิธีทำ PANCAKE

- ตีไข่แดงให้ร้อนพอควร ใส่แป้งลงไป คลุกให้ทั่ว ใส่ไข่ไก่เฉพาะไข่แดงลงไปอีก นมสด ผิว
มะนาว เกลือ ตีให้เข้ากัน (ต้องตีให้นานมาก ๆ มิฉะนั้น เนยจะไม่สามารถเข้ากับแป้งและ
นมได้ ถ้าตีไม่เข้ากัน จะสังเกตเห็นเนยลอยเป็นฝอยอยู่ข้างบน)
- กรองน้ำแป้งเข้ากันดีแล้ว ใส่ลงในภาชนะ จะได้แป้ง pancake โดยสมบูรณ์

วิธีทอด

- ใช้กระทะเหล็ก ทาเนย แล้วตั้งไฟให้ร้อน เทแบ่งให้เต็มกระทะ อย่าให้หนานัก

เครื่องปรุง

- น้ำส้ม น้ำมะนาว ผิวส้ม ผิวมะนาว
- น้ำตาลก้อน เนย
- เหล้า Cointreau, Grand marnier, Kirsch

วิธีปรุง (สำหรับ ๒ คน)

ใช้ pancake ๔ แผ่น น้ำตาล ๑๐ ก้อน ผิวส้ม ผิวมะนาวประมาณ ๑ หยิบมือ ตั้งกระทะให้ร้อน ใส่น้ำมัน ๑ ช้อนควว น้ำตาล ๑๐ ก้อน น้ำส้ม น้ำมะนาว ใส้ผิวส้ม ผิวมะนาว แล้วเคียวให้วงคตินิดหน่อย พร้อมกันนั้น บดน้ำตาลให้ละลายเข้ากันดี จากนั้น นำ pancake ลงในกระทะ กลับ pancake ไปมาแล้วพับเป็นรูปสามเหลี่ยม เติมเหล้า Kirsch 1 Jigger แล้วกลับ pancake ให้คลุกเคล้ากับเหล้าให้ทั่ว แล้วเติมเหล้า Cointreau อีก 1 Jigger ลงไป กลับไปมาอีกครั้งหนึ่ง ตอนนี้ เราใส่ Grand Marnier อีก 1 Jigger สำหรับ Flamed pancake ในกระทะ กลับไปมาอีกครั้งหนึ่งเป็นครั้งสุดท้ายเป็นอันเสร็จ

หมายเหตุ

ท่านอาจใช้เหล้าชนิดอื่นมา Flamed ก็ได้

ยำเมืองกำแพง

คุณรัชมงคลชัย รุ่งสว่าง

เครื่องปรุง

ถั่วฝักยาว หมู (หรือหมูสามชั้น) กุ้งแห้งผ่าซีก หัวผักกาดเค็ม (ไชโป้) ไข่เส้น (๑ ใน ๘ ของถั่วฝักยาว) ถั่วลิสงบด พริกขี้หนูป่น หนั๋งหมูแห้งทอดกรอบ (จะใช้แคบหมู ชูดเอามันจากข้างในออกให้หมด สับเป็นชิ้น เอาลงทอดใหม่อีกครั้ง เพื่อให้กรอบได้นาน) มะนาว น้ำปลา ผงชูรส

วิธีทำหนั๋งหมูทอดพอง

หนั๋งหมู ชูดเอาขน และมันออกให้หมด นำไปต้ม เมื่อสุกแล้วหั่นบาง ๆ ตากแดดจนแห้งสนิท แล้วจึงนำมาทอดเก็บไว้หนั๋งหมูนี้จะพองขาว เหมือนกะเพาะปลา

วิธีทำ

ถั่วฝักยาวต้มพอสุก หั่นตามขวาง ไม่บางและไม่หนานัก หมูต้มให้สุก หั่นเป็นชิ้นสี่เหลี่ยมขนาดลูกเต๋า เล็กใหญ่ตามความพอใจ กุ้งแห้ง ถ้าตัวใหญ่ผ่าซีกให้บางกำลังพอดี หัวผักกาดเค็ม ล้างและบิคน้ำหลาย ๆ น้ำให้หายเค็มจัด หั่นเป็นสี่เหลี่ยมเล็กมาก ๆ หรือจะสับก็ได้

วุ้นเส้นลวกให้สุก ให้นำให้เป็นเส้นสั้น ๆ ประมาณ ๑๑/๒ นิ้ว แบ่งหนังหมูพองออกเป็น ๓ ส่วน แบ่งเอาไว้ ๒ ส่วนเพื่อโรยหน้ายำ อีกหนึ่งส่วนนำมาเคล้ากับเครื่องปรุงทุกอย่างด้วย น้ำปลา มะนาว พริกป่น และผงชูรส ชิมรสตามชอบ เมื่อนำมารับประทานจัดจานนี้ลงจาน นำหนังหมู ที่แบ่งไว้วางขอบจาน

ยำนี้นำไปประกอบเป็นเครื่องของก๋วยเตี๋ยวกำแพงเพชรชนิดแห้งได้ โดยใช้เส้นก๋วยเตี๋ยวจันทบูรณ์ ลวก ใช้หมูสับปั้นเป็นก้อนต้มสุก ใช้เครื่องทุกชนิดนอกจากวุ้นเส้น ถ้าจะทำเป็นก๋วยเตี๋ยวน้ำ ใช้หน้าต้มกระดูกหมู หมูสับปั้นก้อน จะใช้กุ้งสดก็ได้แต่ไม่ใช่ หนังหมู พอง วุ้นเส้น และถั่วลิสง

น้อยหน้าลอยแก้ว

คุณรัชมงคลกษมิ รุ่งสว่าง

เครื่องปรุง
วิธีทำ

น้อยหน้า น้ำตาลทรายพอทำเป็นน้ำเชื่อม เกลือ มะพร้าว

น้อยหน้าเลือกสุกที่ไม่อมหนัก แกะเมล็ดออกให้หมด เลือกเอาแต่เนื้อของเมล็ดเท่านั้น เมื่อกรอบ ๆ เมล็ดไม่ใช่เป็นอันขาด เพราะจะทำให้มีรสเปรี้ยว เมื่อแกะเมล็ดออกแล้วใส่ภาชนะลึก น้ำตาลทรายต้มเป็นน้ำเชื่อมให้ค่อนข้างข้นทิ้งไว้ให้เย็น เทลงในภาชนะที่ใส่น้อยหน้าไว้ กะตุพอตีท่วมน้อยหน้า อย่าให้เนื้อโหรงเหรงเป็นอันขาด นำเข้าตู้เย็น (ไว้ในช่องทำน้ำแข็งดีที่สุด ต้องการให้เย็นจัด จนจับเป็นน้ำแข็งกรดยิ่งดี)

มะพร้าวปั่นเอาแต่หัวกะทิเท่านั้น ตั้งไฟใส่เกลือออกรสเค็มคนจนกะทิเดือดยกลง ทิ้งไว้ให้เย็น (ไม่ต้องนำเข้าตู้เย็นเพราะจะทำให้กะทิเป็นฝ้า)

เมื่อจะรับประทาน นำกะทิใส่ลงในภาชนะที่ใส่น้อยหน้านั้นคนให้เข้ากัน น้อยหน้าจะเย็นกำลังพอดี ได้รสเค็มเล็กน้อย ตักรับประทานได้ (จะใช้กะทินยอคหน้าแต่ละถ้วยก็ได้)

น้ำพริกผักชี

คุณหญิงกระจ่างศรี รัตตะกนิษฐ

เครื่องปรุง

รากลผักชีหั่นละเอียด	๑	ช้อนโต๊ะ	กะปิดี (ห่อใบทองย่างไฟ)	๑	ช้อนโต๊ะ
กระเทียมไทย	๓	หัว	กุ้งนางขนาดกลาง	๓	ตัว
น้ำปลาดิบ	๒	ช้อนโต๊ะ	น้ำตาลปีบ	๑	๑/๒ ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	๒	๑/๒ ช้อนโต๊ะ	ผักชีหั่นหยาบ ๆ	๑ ถ้วย	พริกมุลหนู ตามชอบ

วิธีทำ

เผากุ้งพอสุก ปอกและผ่าหลังซีกใส่คำออก แยกหั่นเป็นท่อนสั้น ๆ ๒ ตัว อีกหนึ่งตัวฉีกเป็นเส้น
 หยาบ ๆ โขลกรากผักชีให้ละเอียด ใส่กะปิ กระเทียม พริกมุลหนู กุ้งที่หั่นไว้ โขลกรวมกันปรุง
 รสด้วยน้ำปลา น้ำตาล มะนาวผสมเนื้อกุ้งที่ฉีกไว้และผักชี คนให้เข้ากัน แต่งหน้าด้วยพริกทั้งเม็ด
 (น้ำพริกตำรับนี้มีวิตามินซีสูง)

ปลาหนึ่ง – น้ำพริกถั่ว

คุณหญิงกระจ่างศรี รักตะกนิษฐ

ปลาหนึ่ง ปลาช่อนขนาดเขื่อง ๑ ตัว หนึ่งทั้งเกลือประมาณ ๔๐ นาที เมื่อสุกแกะเนื้อออกจัดลงจาน
 น้ำพริกถั่ว พริกแห้งสีแดงจัด ๒-๓ เม็ด แกะเมล็ดออกล้างน้ำโคลงให้ละเอียด ผสมด้วยกะเทียมกลีบเล็ก ๗
 กลีบ กุ้งแห้งป่น ๓ ช้อนโต๊ะ ถั่วลิสงคั่วป่น ๕ ช้อนโต๊ะ โขลกรวมกันให้ละเอียด ตักใส่ชามที่
 เตรียมไว้ ผสมด้วยน้ำสุก ๕ ช้อนโต๊ะ น้ำปลาดี ๓ ช้อนโต๊ะ น้ำตาลปีบ ๓ ช้อนโต๊ะ น้ำมะนาว
 ๔ ช้อนโต๊ะ

ผักสดชนิดต่าง ๆ ที่รับประทานด้วยกันคือ

ผักกาดหอม ผักกาดขาวปลี แตงกวา ต้นหอม ผักชี ตั้งโอ๋ คื่นช่าย แครอท หัวผักกาดแดง
 (ส่วนนี้รับประทานได้ ๕ คน)

ชี โครงหมูย่างแบบเกาหลี

คุณรัชนีบุต ปรานีประชาชน

เครื่องปรุง	๑. ชี โครงหมูอ่อน	แตงแล้ว	สับเป็นชิ้น ๆ	ใหญ่พอสมควร	หนัก ๓ ชีก		
	๒. ต้นหอมซอย		๓	ซัอนโตะ		๖. ผงชูรสชนิดน้อย	
	๓. กระเทียมตำ		๑	ซัอนโตะ		๗. พริกไทยป่นชนิดน้อย	
	๔. น้ำตาลทราย		๒	,,		๘. น้ำมันงา	๒ ซัอนโตะ
	๕. งาขาวคั่วตำป่น		๒	,,		๙. น้ำพริกเกาหลี	๒ ,,
					๑๐. ซีอิ้วญี่ปุ่น	๓ ,,	
วิธีทำ	รวม ๑๐ อย่าง กลุกให้เข้ากัน พักไว้ ๑๐-๑๕ นาที ย่างด้วยไฟกลางจนสุกเหลือง รับประทานกับข้าวหรือแกงส้มเหล้า						

ปลาย่างแบบเกาหลี

คุณรัชนี้บูล ปรานีประชาชน

- เครื่องปรุง
๑. ปลากระพงขาว ๑/๒ ตัว (ขนาดกลาง) แร่กระดูกออก หั่นเฉียงเล็กน้อย ตามขวางหนา ประมาณ ๑ นิ้ว (๘-๑๐ ชั้น)
 ๒. ต้นหอมซอย ๒ ซ้อนโต๊ะ
 ๓. กระเทียมตำ ๑ ,,
 ๔. น้ำตาลทราย ๑ ๑/๒ ,,
 ๕. พริกป่น ๑ ,, (ปาค)
 ๖. งาขาวคั่วตำป่น ๑ ซ้อนโต๊ะ
 ๗. ผงชูรสชนิดหน้อย
 ๘. พริกไทยป่นชนิดหน้อย
 ๙. น้ำมันงา ๒ ,,
 ๑๐. ซีอิ๊วญี่ปุ่น ๕-๖ ,,

วิธีทำ

รวม ๑๐ อย่าง กลุกให้เข้ากัน พักไว้ ๕-๑๐ นาที นำมาอย่างคั่วไฟค่อนข้างอ่อน ใช้ต้นหอมวางคั่นระหว่างตะแกรง ย่างกับเนื้อปลาทั้ง ๒ ข้างย่างให้สุกเหลือง รับประทานกับข้าว หรือจะใช้วิธีอบแทนก็ได้

ซ้อคโคแล็ทซูเฟลล์ (Chocolate Souffle)

คุณเรื่องยศ พิบูลสงคราม

องปรง	ไข่ไก่	๔ ฟอง	นมสด	๒ ถ้วย	เกลือ	๑/๒ ช.ช.
	เยลลี่แผ่น	๖ แผ่น	น้ำตาล	๓/๔ ถ้วย	น้ำร้อน	๔ ช้อนโต๊ะ
	แป้งข้าวโพก	๔ ช.ต.	โกโก้	๔ ช.ต.	เนย	๔ "

แกว่งไข่แดง ไข่ขาว ทีไข่แดงให้ขึ้น ผสมนม แป้งข้าวโพกและโกโก้ร่อนเสียก่อน เพื่อไม่ให้เป็นก้อน เทใส่หม้อตุ๋นพร้อมเกลือ น้ำตาล เทนมที่ผสมไข่แดงลงด้วย ตั้งไฟคนเรื่อย ๆ จนขึ้น ใส่เนย และกะจวนสุกใส่เยลลี่ คนเข้ากันแล้วยกลง คนต่อบนน้ำเย็นเมื่อหายร้อนใส่ไข่ขาวที่ตีจนขึ้นคนเบา ๆ มือ ใส่พิมพ์ที่ทาเนยเข้าตู้เย็น รับประทานกับครีม

แรตเบอร์รี่ครีม (Raspberry Cream)

องปรง น้ำ ๓ ถ้วย เยลลี่ผง (รสแรสเบอร์รี่) ๒ กล่อง (๖ ออนซ์) ไอศกรีมวนิลา ๒ ไขมัน
 รับประทานทันทีเพื่อคผสมเยลลี่ คนให้ละลายดี ยกลง ผสมไอศกรีมคนเร็ว ๆ เทลงพิมพ์หรือถ้วยที่จะเสิร์ฟ
 เข้าตู้เย็น พอเยลลี่แข็งตัว รับประทานได้

