



บทละครในหลวงพระบางราชทานเพลิงศพ

คุณหญิงนาวิวรรษา

(แต่ง นาวิเสถียร)

THAI NATIONAL ASSEMBLY LIBRARY



3961105005

คำถวายทาน และ ทำวัตรเช้า-เย็น

ของ

สมเด็จพระวันรัต

วัดพระเชตุพนฯ พระนคร

และ

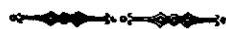
วันที่ ๒๙ / ๗๕ / ๒๕

เลขทะเบียน ๐๒๐๘

เลขหมู่ ๑๑๑
๖๔๙๕๑

๒๕๑๐

ตำราทำอาหาร



สมบัติห้องสมุดพระสุเมธา

พิมพ์ครั้งที่ ๑
สมเด็จพระวันรัต
สมเด็จพระวันรัต

ในงานพระราชทานเพลิงศพ

คุณหญิงนาวิวรรสา (แดง นาวิเสถียร)

ณ วัดมกุฏกษัตริยาราม

๓๑ พฤษภาคม ๒๕๑๐



๖๕ เราขอเตือนท่านทั้งหลาย
สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมไป
เป็นธรรมดา ท่านทั้งหลายจงยัง
ประโยชน์ตนประโยชน์ท่านให้ถึง
พร้อมด้วยความไม่ประมาทเถิด

บันทึกพระคุณ

นับตั้งแต่วันที่คุณหญิงนาวีวราสาได้ถึงแก่อนิจกรรมลง จนถึงวันพระราชทานเพลิงศพได้มีท่านผู้เป็นที่เคารพ ญาติและมิตรสหายมาร่วมแสดงน้ำใจ ให้ความเห็นอกเห็นใจและให้ความช่วยเหลืออุปการะ นับตั้งแต่การโฆษณาแพร่ข่าว การขอรับเป็นเจ้าภาพบำเพ็ญกุศลสวดอภิธรรมศพ และการเตรียมการพระราชทานเพลิงศพ จนถึงการจัดพิมพ์หนังสืออนุสรณ์ในงานพระราชทานเพลิงศพ

เจ้าภาพขอขอบพระคุณอย่างสูงต่อทุกๆท่าน ณ โอกาสนี้ด้วย รวมถึงขอขอบพระคุณแด่ทุกท่านที่ได้ให้ความกรุณามาเป็นเกียรติในงานพระราชทานเพลิงศพ คุณหญิงนาวีวราสา หากการรับรองขาดตกบกพร่องหรือมีสิ่งใดไม่เรียบร้อยด้วยประการใด เจ้าภาพขอประทานอภัย ณ ที่นี้ด้วย



คุณหญิงนาวีวราสา (แดง นววิเสถียร)

ช้าคะ วันที่ ๕ กรกฎาคม ๒๔๒๔

มตะ วันที่ ๒๓ ธันวาคม ๒๕๐๙

ประวัติ

คุณหญิงนาวีวราสา (แดง นาวีเสถียร)

คุณหญิงนาวีวราสา (แดง นาวีเสถียร) เกิดที่ตำบลหัวรอ อำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดอยุธยา เป็นบุตรนายหนึ่ง และนางแจ่ม (ในสมัยนั้นยังไม่มีนามสกุล) เกิดเมื่อวันจันทร์ ที่ ๕ กรกฎาคม ๒๔๒๔ มีพี่น้องร่วมบิดามารดา ๓ คน คือ

๑. คุณหญิงนาวีวราสา (แดง นาวีเสถียร)

๒. นายเปลี่ยน (ถึงแก่กรรม)

๓. นายจั่น (ถึงแก่กรรม)

คุณหญิงนาวีวราสา ได้ทำการสมรสกับเสวกโท พระยานาวีวราสา (เย็น นาวีเสถียร) มีบุตร ธิดา คือ

๑. นางสาวน ศิริบุญ (ถึงแก่กรรมแล้ว) เป็นภรรยานายสนิท ศิริบุญ

๒. คุณหญิงอนินทิดา อาชูปุตร (ถึงแก่อนิจกรรมแล้ว) เป็นภรรยา พล.ต.ต. เนือง อาชูปุตร

๓. นางอินทรา อรรถวิเศษ (ถึงแก่กรรมแล้ว) เป็นภรรยา พ.ต.ท. อรรถวิเศษ

๔. พลเอก จิตติ นาวีเสถียร

๕. นางดารา ศุภปรางค์ เป็นภรรยานายชั้น ศุภปรางค์ (นายชั้นถึงแก่กรรมแล้ว)

๖. นายมานัส นาวีเสถียร

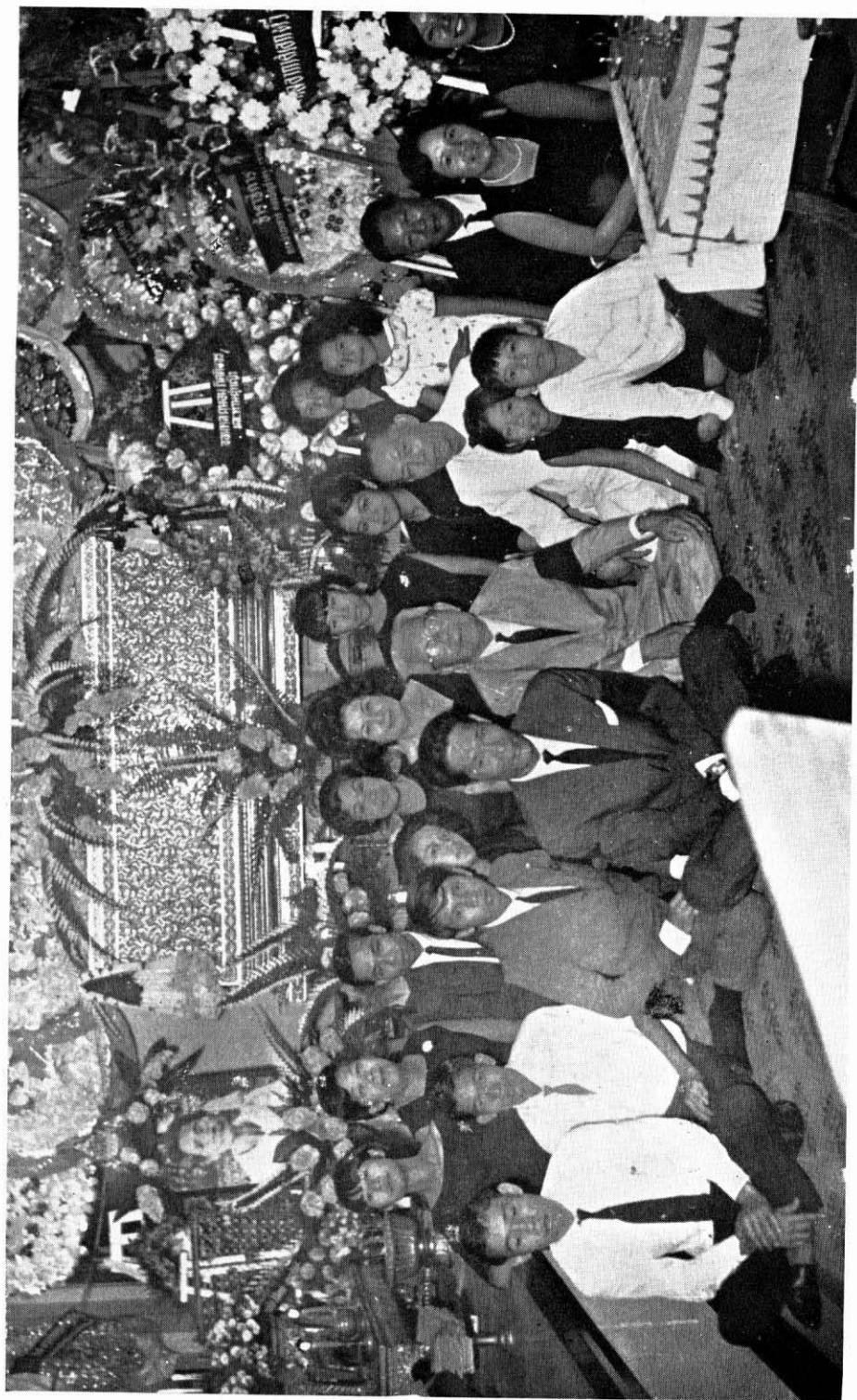
๗. นางมันทนา แก้วกระจาบ เป็นภรรยาของ ร.ต.อ. ประเทือง แก้วกระจาบ

๘. เด็กชายภิมะ นาวีเสถียร (ถึงแก่กรรมแล้ว)

เนื่องด้วยคุณหญิงนาวีวราสา มีบุุครชิตาหลายคนดังที่กล่าวแล้ว ประกอบกับมีอายุ
ยืนนาน จึงมีหลานและมีเหลนอีกหลายคน โดยปกติคุณหญิงนาวีวราสา เป็นผู้มีความซน
หมั่นเพียรในการทำงานในหน้าที่ของแม่บ้าน มีความเมตตากรุณาแก่ลูกหลาน และเหลนทุกๆ คน
ทางด้านการบุญการกุศลนับได้ว่าคุณหญิงนาวีวราสา เป็นผู้ฝักใฝ่ในทางธรรมปฏิบัติตนต่อการ
รักษาศีล ฟังพระธรรมเทศนาในวันพระเป็นอาจัน เลื่อมใสศรัทธาบริจาทรพัยในทางการบุญ
การกุศลอยู่เสมอมิได้ขาด โดยเฉพาะวัดที่คุณหญิงนาวีวราสา ได้ไปบำเพ็ญกุศลเป็นประจำคือ
วัดอินทรวihar ไม่ว่าทางวัดจะมีงานเทศกาลเข้าพรรษา ออกพรรษา หรือการกุศลใดที่ทางวัด
ได้จัดขึ้นคุณหญิงนาวีวราสา ก็ได้ไปร่วมบำเพ็ญกุศลด้วยทุกครั้ง

คุณหญิงนาวีวราสา ได้เริ่มป่วยกระเสาะกระแสะด้วยโรคหลอดลมอักเสบ เมื่อประมาณ
ต้นปี พ.ศ. ๒๕๐๙ นายแพทย์ที่ได้ทำการรักษาเป็นประจำคือ พลตรี ประภาคาร กาญจนาคม
และพันเอก กฤษณ์ ธีระนันท์ ประมาณต้นเดือนตุลาคม ๒๕๐๙ ได้มีอาการของโรคหัวใจ
ได้เข้ารับการรักษายาบาลที่โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้าฯ ในวันที่ ๑๙ ตุลาคม ๒๕๐๙ อาการ
ดีขึ้นโดยลำดับ และได้กลับมาพักผ่อนที่บ้านในวันที่ ๒๐ พฤศจิกายน ๒๕๐๙ ต่อมาในวันที่ ๒๐
ธันวาคม ๒๕๐๙ อาการโรคหัวใจกลับกำเริบขึ้น จึงได้ไปรับการรักษายาบาลที่โรงพยาบาล
พระมงกุฎเกล้าฯ โดยมี พล.ต. พร พิศนุก และนายแพทย์ของโรงพยาบาลอีกหลายท่านได้ร่วม
ทำการรักษายาบาลอย่างเต็มความสามารถ อาการไม่ดีขึ้นและได้ถึงแก่อนิจกรรมด้วยอาการสงบ
เมื่อเวลา ๑๗.๓๐ น. วันที่ ๒๓ ธันวาคม ๒๕๐๙ ศิริรวมอายุได้ ๘๕ ปี ๕ เดือน ๑๘ วัน





ลูกหลานและญาติพี่น้องถวายหน้าศพ

พระมหากรุณาธิคุณ

ในการเตรียมกำหนดการที่จะทำการสถาปนากิจศพคุณหญิงนาวิวรรสา (แดง นาวิเสถียร) บรรดาเจ้าภาพได้พิจารณาเห็นว่าคุณหญิงนาวิวรรสานั้น โดยปกติบุคคลทั่วไปเรียกกันว่า คุณหญิง ตั้งแต่สมัยรัชกาลต้นเกล้า ฯ พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ ๖ โดยสามีมีบรรดาศักดิ์เป็นพระยา ซึ่งเป็นประเพณีนิยมใช้กันมาว่า สตรีที่สามีมีบรรดาศักดิ์เป็นพระยาก็เรียกกันว่า คุณหญิง ซึ่งกว่านั้น คุณหญิงนาวิวรรสายังเป็นมารดาของพลเอก จิตติ นาวิเสถียร รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงเกษตรอีกด้วย สมควรขอรับพระราชทานเพลิงศพ พลเอก จิตติ นาวิเสถียร จึงได้ทำหนังสือถึงเลขาธิการสำนักพระราชวัง เพื่อนำความกราบบังคมทูลพระกรุณาขอพระราชทานเพลิงศพ ซึ่งต่อมาก็ได้รับหนังสือจากเลขาธิการพระราชวังแจ้งมาว่า สำนักพระราชวังได้นำความกราบบังคมทูลพระกรุณา ทรงทราบฝ่าละอองธุลีพระบาทแล้ว ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าพระราชทานเพลิงศพคุณหญิงนาวิวรรสา เพื่อเป็นเกียรติแก่สกุลวงศ์ได้

เจ้าภาพและบรรดาเครือญาติคุณหญิงนาวิวรรสาทุกคนรู้สึกซาบซึ้งในพระมหากรุณาธิคุณเป็นล้นเกล้า ฯ ในการพระราชทานเพลิงศพครั้งนี้ นับเป็นเกียรติประวัติอันสูงสุดยิ่งแก่สกุล “นาวิเสถียร” และขอน้อมเกล้า ฯ สำนักในพระมหากรุณาธิคุณตลอดชั่ววันนิรันดร.

เจ้าภาพ



ที่ พว. ๐๐๐๑/๑๑๖๔

สำนักพระราชวัง

๒๔ มีนาคม ๒๕๑๐

เรื่อง พระราชทานเพลิง

เรียน พลเอก จิตติ นาวิเสถียร รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงเกษตร

ตามที่ท่านขอให้นำความกราบบังคมทูลพระกรุณาขอพระราชทานเพลิงเผาศพ คุณหญิง
นาวิวราสา (แดง นาวิเสถียร) นั้น สำนักพระราชวังได้นำความกราบบังคมทูลพระกรุณาทรงทราบ
ฝ่าละอองธุลีพระบาทแล้ว ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ พระราชทานเพลิงเผาศพ คุณหญิงนาวิวราสา
เพื่อเป็นเกียรติแก่สกุลวงศ์.

ขอแสดงความนับถืออย่างสูง

(นายกัลย์ อิศรเสนา ณ อยุธยา)

เลขาธิการพระราชวัง

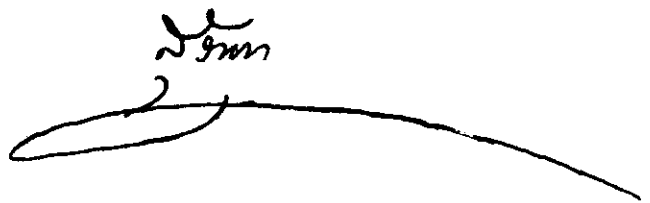
สำนักงานเลขานุการ

คำไว้อาลัย

ถึงแม้มนุษย์ทุกรูปทุกนามจะหลีกเลี่ยงความตายไม่ได้ แต่ข้าพเจ้าก็สามารถจะระงับความสะเทือนใจ เมื่อได้ทราบข่าวว่าคุณหญิงนาวิวิธสา (แดง นาวิเสถียร) ถึงแก่กรรม ข้าพเจ้ารู้จักคุณหญิงเป็นเวลากว่า ๕๐ ปี ในฐานะเป็นมารดาของคุณหญิงอนันทิตา อาชุนทร ผู้เป็นมิตรที่ดีของข้าพเจ้าและเป็นพระพี่เลี้ยงของสมเด็จพระเจ้าภคินีเธอ เจ้าฟ้าเพชรรัตนราชสุดา ฯ

คุณหญิงเป็นผู้ที่มีความจงรักภักดีต่อเจ้านาย เป็นผู้มีความโอบอ้อมอารีต่อญาติมิตร เป็นผู้เมตตาต่อผู้น้อย ด้วยกรรมดีของคุณหญิงจะเห็นได้จากความเจริญในส่วนตัวคุณหญิงและความรุ่งเรืองของบุตรธิดา

ขอเดชะบารมีของคุณธรรมที่คุณหญิงได้ประกอบไว้ ได้ดลบันดาลให้คุณหญิงประสบแต่สันติสุขในสัมปรายภพเทอญ.



(พระนางเจ้าสุวัทนา พระวรราชเทวี)

อาถยานุสรณ์

คุณหญิงนาวิวรรสา (แดง นาวิเสถียร) ผู้หนึ่งเมื่อยังมีชีวิตอยู่ เป็นผู้ใคร่ต่อการบุญ การกุศลอยู่เป็นนิจ คุณหญิงได้บำเพ็ญกุศลด้วยการบริจาคทรัพย์เป็นส่วนตัวในทุกละแวกทั่ว ๆ ไป เช่น ที่โรงพยาบาลสงฆ์เป็นอาทิ ฯลฯ โดยเฉพาะที่วัดอินทรวihar ที่คุณหญิงได้บำเพ็ญกุศลเป็นประจำคือ งานเทศกาล เข้าพรรษา ออกพรรษา งานถวายผ้าอาบน้าผ่นก่อนเข้าพรรษา งานเทศน์มหาชาติ งานเทศน์ตักบาตรข้าวสาร งานทำบุญตักบาตรในวันออกพรรษา เป็นต้น นอกจากนี้คุณหญิงนาวิวรรสา ยังได้เคยบริจาคทรัพย์จัดทำผ้าจีวรห่มองค์หลวงพ่อดโต เนื่องในงานนมัสการองค์หลวงพ่อดโตประจำปีอีกด้วย จึงเป็นที่น่าอนุโมทนา ในการบำเพ็ญกุศลของคุณหญิงในครั้งนี้เป็นอย่างยิ่ง นับว่าคุณหญิงนาวิวรรสาผู้หนึ่ง “เป็นผู้ตั้งอยู่ในความไม่ประมาท” อันเป็นบัจฉิมโอวาทของพระบรมศาสดา เพราะเมื่อยังมีชีวิตอยู่ ก็ได้รับบำเพ็ญกุศลไว้เป็นเนืองนิจ ไม่ปล่อยให้ชีวิตล่วงเลยไปโดยเปล่าประโยชน์

โดยเฉพาะที่วัดอินทรวihar คุณหญิงนาวิวรรสา ได้ให้ความอุปถัมภ์บำรุงเป็นอย่างดีตลอดมา นับว่าคุณหญิงนาวิวรรสาเป็นผู้ที่มั่นคงในพระพุทธศาสนา ได้ตั้งใจรวบรวมกองการกุศลไว้เพื่อเป็นอนุภาษินิตติดตามไปในสัมปรายภพเบื้องหน้า เพราะบุญกุศลเท่านั้นที่จะเป็นที่พึ่งของเราได้ในโลกหน้า ดังพระพุทธภาษิตว่า “บุญญานิ ปรโลกสมิ ปติฏฐา โหนติ ปาณินิ บุญเป็นที่พึ่งของสัตว์ในโลกหน้า” ดังนั้น นับว่าคุณหญิงนาวิวรรสา เป็นผู้ตั้งไว้ดีแล้วทั้งทางโลกและทางธรรม เมื่อคุณหญิงละจากโลกนี้ไปจึงเป็นที่น่าเสียดายและอาลัยของบุตรธิดา และญาติมิตรทั้งหลาย เพราะถ้าคุณหญิงยังมีชีวิตอยู่ก็จะได้บำเพ็ญคุณงามความดีต่อไปอีก

ขออำนาจบุญกุศลที่คุณหญิงนาวิวรรสาได้บำเพ็ญไว้เมื่อครั้งยังมีชีวิตอยู่นั้น จงเป็นพลบัจจยิ ตลบ้นดาลให้คุณหญิงนาวิวรรสา จงประสบซึ่งอภิวินิบุณผลอันพึงใจในคติวิสัยที่จะพึงได้ ในสัมปรายภพนั้นเทอญ.

พระอินทรสมาจาร

เจ้าอาวาสวัดอินทรวihar

คำไว้อาลัย

คุณหญิงนาวิวรรสามีบ้านอยู่ติดกับบ้านของดิฉันที่เทเวศร์ซอย ๑ ท่านเป็นผู้มีนิสัยเป็นกันเอง เวลาพบปะได้ให้ความสนิทสนมเป็นอย่างดี ทุกปีในวันสงกรานต์ดิฉันได้ไปรดน้ำท่านเจ้าคุณและคุณหญิงอยู่เสมอ จนเมื่อดิฉันได้ออกไปอยู่ต่างประเทศจึงมิได้พบกับท่านอีก

เมื่อได้ทราบว่าท่านได้ถึงแก่กรรม จึงทำให้ดิฉันรู้สึกเศร้าสลดใจในการสูญเสียท่านผู้ใหญ่ที่เคยนับถือ เพราะดิฉันได้รู้จักและคุ้นเคยกับบรรดาบุตรของท่าน ฉะนั้นจึงรู้สึกว้าวุ่นและเห็นใจในการที่ต้องสูญเสียร่วมโพธิ์ที่ได้ให้ความอบอุ่นทางใจ เพราะถึงแม้ท่านจะมีได้มีหน้าที่อุปถัมภ์คำชูในวัยนี้แล้ว แต่ก็เป็นมิ่งขวัญของบ้านเรือนและบุตรหลาน

ด้วยกุศลผลบุญที่คุณหญิงนาวิวรรสาได้บำเพ็ญมา ขอจงกลั่นดาลให้ดวงวิญญาณของท่านประสพแต่ความสุขในสัมปรายภพเทอญ

อดุลลักษณ์ ตรีพนท

(คุณหญิง อุดมลักษณ์ ศรียานนท์)

คำไว้อาลัย

วันที่ ๒๓ ธันวาคม ๒๕๐๙ เป็นวันที่ลูก ๆ จะลืมเสียมิได้และทุกคนยังจำได้ดีถึงภาพคุณแม่ได้ผ่อนคลายความเครียดครั้งสุดท้ายสั้นไปอย่างสงบ ท่ามกลางนายแพทย์ พยาบาล และลูก ๆ ที่เฝ้าดูอาการอยู่

ลูก ๆ ทุกคนได้ประสบการณ์รู้สึกครั้งแรกของการสูญเสียแม่ผู้มีพระคุณ แม้จะทราบกันดีอยู่แล้วว่าความตายเป็นสภาพธรรมดาของมนุษย์ ไม่มีใครจะหลีกเลี่ยงหนีพ้นได้ก็ตาม แต่การจากไปอย่างไม่มีวันกลับของคุณแม่ครั้งนี้นำมาซึ่งความเศร้าโศกเสียใจและอาลัยอย่างสุดซึ้ง

ข้อความที่ลูก ๆ จะกล่าวในที่นี้นอกจากจะเป็นเครื่องบูชาคุณงามความดีของคุณแม่แล้ว ยังเป็นเครื่องปลอบประโลมใจพวกเราทุก ๆ คนให้ระลึกจดจำคุณงามความดีของคุณแม่จนจบชีวิตจะหาไม่

ครอบครัวของเราเป็นครอบครัวใหญ่ที่มีลูก หลาน และเหลน แดกแขนงออกไปมากหลายครอบครัว แต่คุณแม่ก็ยังสามารถจดจำสมาชิกในแต่ละครอบครัว ชื่อของลูก ๆ หลาน ๆ ได้ทุกคน ทั้ง ๆ ที่อายุของคุณแม่ถึง ๘๐ ปีกว่าแล้ว ตาท่านก็มองไม่เห็น แต่ความจำของท่านความเข้มงวดเอาใจใส่ดูแลทุกข์สุขของลูก ๆ หลาน ๆ หาได้เสื่อมถอยลดลงตามสภาพของอายุไม่ก่อนหน้าที่จะป่วย หรือกำลังป่วยอยู่ก็ดี คุณแม่ยังมีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ดีเลิศ ยังพรวบ่นกล่าวขวัญถึงหลานที่กำลังศึกษาอยู่ในต่างประเทศ (ว่าที่ ร.ต. จีระ นาวิเสดียร์ ศึกษาอยู่ในสหรัฐอเมริกา, นายพัฒนไชย นาวิเสดียร์ และนายวิรัชทร์ นาวิเสดียร์ ซึ่งศึกษาอยู่ในประเทศอังกฤษ) ถึงสภาพความเป็นอยู่ ย้ำถามถึงข้อความในจดหมายที่หลาน ๆ มีมาถึงคุณพ่อ คุณแม่ว่าฝากความคิดถึงมาถึงย่าบ้างหรือไม่ ความเอาใจใส่ดูแลทุกข์สุข ที่คุณแม่มีต่อลูก ๆ หลาน ๆ ดูเสมือนว่าเป็นสิ่งบำรุงบำเรอจิตใจคุณแม่ยิ่งเสียดายว่าหยุดยั้งที่ลูก ๆ ค่อยนี้จะยอมให้รับทานตามคำสั่งของนายแพทย์ที่รักษา สุขภาพของคุณแม่หลังจากที่ได้ไปป่วยในโรงพยาบาลครั้งแรก แล้วกลับมาพักฟื้นที่บ้านในระยะนั้น พวกเราทุกคนไม่เคยคาดคิดเลยว่า ท่านจะต้องจากพวกเราไป แต่ก็ได้

มีนางสังฆรัตน์หนึ่ง ซึ่งลูก ๆ หลาน ๆ ได้ฟังจากปากคำของคุณแม่ ก่อนหน้าการเข้าป่วยในโรงพยาบาลพระมงกุฎครั้งสุดท้าย คือถ้อยคำของคุณแม่ที่กล่าวถึงความฝันว่า “แม่ฝันว่าแม่ได้เดินไปกับคนใช้ที่วัดมกุฏฯ เห็นพระสงฆ์บนศาลา แสงเทียนและไฟสว่างไปหมด หากแม่จะตายก็ขอให้เอาแม่ไปไว้ที่วัดมกุฏฯ นะ” พวกเราทุกคนที่ได้ฟังคำพูดของแม่ตอนนั้นมิได้นึกคิดว่าจะเป็นนางสังฆรัตน์เลย เพราะคุณแม่ยังหัวเราะอย่างขื่นขานอยู่ขณะเล่าความฝัน พวกเราจึงได้ทำนายฝันให้คุณแม่ว่า ฝันแบบนี้แสดงว่าคุณแม่ยังจะมีชีวิตอยู่ให้ลูก ๆ หลาน ๆ ประณิบัติรับใช้ไปอีกนานเหมือนแสงเทียนซึ่งสว่างรุ่งโรจน์ในความฝัน เมื่อคุณแม่ถึงอนิจกรรมลงพวกเราจึงได้ย้อนระลึกถึงคำพูดของคุณแม่ในวันนั้นได้ว่า เป็นนางสังฆรัตน์โดยแท้และจึงได้เชิญศพคุณแม่ ไปตั้งบำเพ็ญกุศลและบรรจุศพไว้ที่วัดมกุฏกษัตริยาราม ตามความประสงค์ที่คุณแม่ตั้งใจและสั่งเอาไว้

ตลอดชีวิตของคุณแม่ที่ลูก ๆ ได้เห็นและจดจำได้ คุณแม่ใช้เวลาส่วนใหญ่ในการเอาใจใส่ดูแลทุกข์สุขของลูกหลานอย่างใกล้ชิดตลอดเวลา ลูก ๆ ทุกคนยังจำได้ว่าคุณแม่อุตส่าห์เวียนไปรับไปส่งลูกหญิงสามคนของท่าน (คุณอนินทิตา อาชุนทร, นางอินทรา อรรถจินดา และนางดารา นาวิเสถียร ซึ่งรับราชการเป็นละครหลวงอยู่ในกรมมหรสพ) อยู่เสมอมิได้ว่างเว้นเมื่อบุตรชายคนโต (พลเอก จิตติ นาวิเสถียร) ออกไปรับราชการประจำอยู่ที่จังหวัดลพบุรี และจังหวัดปราจีนบุรี คุณแม่ก็มีความห่วงใย เดินทางออกไปเยี่ยมเยียนถามทุกข์สุขหรือไม่ว่าทำขนมอาหารส่งไปให้รับประทานเสมอมิได้ขาด ซึ่งเมื่อพูดถึงเรื่องอาหารแล้ว อาจจะพูดได้ว่า คุณแม่มีฝีมือประกอบอาหารอย่างยอดเยี่ยม รสฝีมือของคุณแม่ไม่แต่เพียงเป็นที่ติดอกติดใจในบรรดาลูก ๆ หลาน ๆ เท่านั้น หากยังเป็นที่ยอมรับและติดอกติดใจของบรรดาญาติมิตรทั่ว ๆ ไป อาหารที่คุณแม่ปรุงให้ลูก ๆ ติดใจก็มีจำพวกแกงเผ็ดต่าง ๆ ขนมจีนน้ำยา น้ำพริก และแกงบวน เป็นต้น และนี่ก็เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้พวกลูก ๆ ตัดสินใจจัดพิมพ์ตำราทำอาหาร ในหนังสือแจกเป็นอนุสรณ์ในงานพระราชทานเพลิงศพครั้งนี้

ในด้านการบุญ การกุศล คุณแม่นับได้ว่าเป็นผู้ที่มั่งใจศรัทธาตั้งมั่นอยู่ในพระบรมพุทธศาสนาตลอดเวลา คุณแม่ได้ทำบุญและพึงธรรมเทศนาที่วัดอินทรวiharบางขุนพรหมเป็นประจำ เพราะเป็นวัดใกล้บ้าน ในเทศกาลที่ทางวัดจัดงานกุศล คุณแม่ก็ไปร่วมด้วยทุกครั้ง โดยเฉพาะได้บริจาคทรัพย์ทำผ้าห่มองค์หลวงพ่อดโตเป็นประจำทุก ๆ ปี

แม้ว่าลูก ๆ หลาน ๆ ของคุณแม่จะได้แยกครอบครัวออกไปตามสภาพของการครองเรือน แต่เราทุกคนไม่ว่าจะอยู่ที่บ้านถนนนครราชสีมาเหนือ, บ้านซอยราชครู, บ้านซอยสีฟ้า, บ้านที่ จังหวัดสระบุรีและ ฯลฯ ก็รู้สึกเสมือนว่าเรามีศูนย์กลางแห่งความรักรวมกันอยู่ที่บ้านเทเวศร์อันเป็นที่อยู่ของคุณแม่ ความสนิทสนมของลูก ๆ หลาน ๆ ที่มีต่อคุณแม่ยังคงมีอยู่อย่างแน่นแฟ้น และทุก ๆ บ้านก็มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด นับได้ว่าคุณแม่มีคุณธรรมที่ยอดเยี่ยมในการผูกพันประสานจิตใจของบุคคลในแต่ละครอบครัว ไม่ว่าใครจะเป็นชายใครจะเป็นสะใภ้ คุณแม่รักเอ็นดูให้ความเอาใจใส่เสมือนลูกของแม่คนหนึ่ง ทั้งนี้รวมไปถึงหลาน ๆ ทุกคน หลานบางคนที่มีหลาน คุณแม่ก็เอาใจใส่ดูแลเสมือนเป็นลูกเล็ก ๆ ที่คุณแม่จะต้องคอยอุ้มชูระมัดระวังมิให้คลาดจากสายตา

คุณสมบัติพิเศษอันควรกล่าวถึงในที่นี้อีกประการหนึ่งของคุณแม่ก็คือ ความเป็นผู้มีอารมณ์ขันสนุกสนาน ร่าเริง ยามใดที่พวกลูก ๆ หลาน ๆ อยู่พร้อมหน้า คุณแม่จะมีถ้อยคำสำนวนซึ่งพวกลูก ๆ หลาน ๆ จะต้องหัวร่อกันอย่างท้องคึดท้องแข็ง ผู้คนที่มิใช่ลูกหลานและไม่ได้เห็นตัว จะไม่มีใครเชื่อเลยว่าจะเป็นเสียงพูด และเสียงหัวเราะแสดงความขื่นบานของคน ในวัยที่เกิน ๘๐ ปีแล้ว

ลูก ๆ หลาน ๆ ทุกคนยังจำภาพความขื่นบานสนุกสนานก่อนหน้าที่คุณแม่จะเข้าไปป่วยในโรงพยาบาลครั้งสุดท้ายได้ดีว่า ในวันที่ลูกชายคนโต (พลเอก จิตติ นาวิเสถียร) มาเยี่ยมที่บ้านคุณแม่วันหนึ่งนั้น ด้วยความที่คุณแม่มีอารมณ์ขันสนุกสนานดังกล่าวแล้ว คุณแม่ได้พูดอย่างไม่มีปี่มีขลุ่ยออกมาว่า “ ขอเงินแม่ไปซื้อลอตเตอรี่บ้างซี ” ลูกชายคนโตก็พาซื้อว่าคุณแม่จะเอาไปซื้อลอตเตอรี่จริง ๆ จึงได้ควักซองธนบัตร ส่งเงินให้คุณแม่เป็นธนบัตรใบละหนึ่งร้อยบาท พอท่านรับเสร็จแล้วคุณแม่ก็หัวเราะนำหน้าตาไหลหันมาบอกแก่ลูกสะใภ้ (คุณหญิงจันทร์เพ็ญ นาวิเสถียร) ที่ไปเยี่ยมพร้อมกันว่า “ นี่ไงแม่ได้ลาภลอยโดยไม่ต้องซื้อลอตเตอรี่แล้ว ” คำพูดอันแสดงถึงอารมณ์อันสนุกสนานครึกครื้นของคุณแม่ในวันนั้นเป็นที่นำมาซึ่งคำกล่าวขวัญบอกเล่าต่อ ๆ กันมาในบรรดาลูก ๆ หลาน ๆ อยู่หลายวัน และทำให้ลูก ๆ หลาน ๆ เชื่อมมั่นว่าคุณแม่ยังมีสุขภาพอันสมบูรณ์ที่จะอยู่เป็นมิ่งขวัญแก่ลูกหลานต่อไปอีกนาน

แต่ทุกสิ่งเป็นอนิจจัง เป็นของไม่เที่ยงดังคำพระได้กล่าวไว้ วันที่สามแห่งการเข้าไปอยู่รักษา ในห้องคนไข้อาการหนัก (Intensive Room) ตึกชนะรัชต์ โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า นั้นเอง ความหวังของลูก ๆ หลาน ๆ ที่บนบานศาลกล่าวขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัย และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายในสากลโลกได้ช่วยชลอชีวิตคุณแม่ให้ยืนยาวออกไปนั้น คุณยายยังเลื่อนร่างท่ามกลางออกไปทุกที ๆ จนในที่สุดคุณแม่ก็ได้ถึงวาระสุดท้ายแห่งชีวิตจากโลกนี้ไปอย่างสงบ

ในวาระสุดท้ายที่คุณแม่จะจากโลกนี้ไป ได้มีเหตุการณ์อันหนึ่งซึ่งหากจะถือว่าเป็นการบังเอิญก็เป็นได้ หรือถ้าหากจะนับว่าเป็นบุญวาสนาของคุณแม่ก็ได้เช่นเดียวกัน กล่าวคือ ในเย็นวันที่คุณแม่ถึงอนิจกรรมนั้น พระณา นายกรัฐมนตรี จอมพล ถนอม กิตติขจร ซึ่งได้ไปเยี่ยมอาการคุณแม่ของ พระณา ที่มาป่วยอยู่ในห้องเดียวกัน ก็ได้เดินมาเยี่ยมมธุอาการป่วยของคุณแม่ที่นั่นด้วย และได้ยืนอยู่เบื้องหน้าคุณแม่จนคุณแม่สิ้นใจ และ พระณา ได้เข้าคารวะศพ ณ ที่นั่นด้วย ฉะนั้นจึงอาจจะนับได้ว่าคุณแม่มีบุญวาสนาอย่างยิ่งที่สนใจลงไปต่อหน้า พระณา ผู้นำของประเทศ ได้รับการคารวะจาก พระณา นับเป็นอนุสรณ์ที่ลูกหลาน เครือญาติทุกคนในวงศ์สกุลจะต้องจดจำความเมตตากรุณาของ พระณา ไปตลอดกาลนาน

คุณแม่ได้จากโลกนี้ไปแล้ว แต่คุณงามความดีที่ตลอดชีวิตได้มีและให้ต่อลูก ๆ เป็นพระคุณที่สูง ๆ จะต้องจดจำใส่ใจระลึกถึงอยู่ตลอดไปไม่มีวันลืม ขอคุณศลบุญราศรีที่คุณแม่ได้กระทำมาแล้วแต่กาลก่อน รวมถึงพยานิสงส์ทักษิณานุประทานที่บรรดาท่านที่เคารพญาติมิตร และลูก ๆ หลาน ๆ ได้บำเพ็ญกุศลอุทิศจงเป็นพลวบัจจยให้คุณแม่ได้ประสบ ซึ่งอิริยบุญมณูญผล ตามควรแก่คติวิสัยในสัมปรายภพด้วยเทอญ.

ลูก ๆ



อาลัยคุณแม่

ลูกอาวรณ์ใจครุ่นถึงคุณแม่
เคยรับใช้ใกล้ชิดทุกเช้าเย็น

ต่อแต่นี้ใครเล่าจะเฝ้าเรียก
ลูกโศกแสนสรวหาคำอาลัย

พระคุณล้นพ้นสมุทรสุดสาคร
ไม่ล้าเอียงอกติมีเมตตา

กุศลใดที่ลูกได้บำเพ็ญมา
นำวิญญาณแม่คล้อยเคลื่อนเลื่อนลอยพลัน

แสนท้อแท้เหลียวหน้าหาไม่เห็น
กรรมจำเป็นมาพรากจากลูกไป

ให้สำเหนียกคำหวานที่ขานไข
มิเทียมเท่าเศร้าในดวงวิญญาณ

แม่อาทรนอมบุตรเสมอหน้า
เป็นพรหมาของลูกปลุกชีวัน

จงเป็นพยานสงฆ์ช่วยอวยสุขสันต์
สู่สวรรค์เสวยสุขสันต์ทุกซ์เทอญ.

จากลูก

แก้ว



คำถวายทาน และ ทำวัตรเช้า - เย็น

อนุโมทนา

เนื่องในงานพระราชทานเพลิงศพ คุณหญิง นาวิวรรสา (แดง นาวิเสถียร) คณะ
เจ้าภาพได้ปรารภพิมพ์หนังสือเกี่ยวกับศาสนา มีวิธีทำวัตรเช้า-ค่ำ เป็นต้น เป็นการส่งเสริมให้
สาธุชนสนใจพระพุทธศาสนา เป็นความดีที่สมควรแก่เหตุผล หนังสือเช่นนี้เป็นคู่มือของ
พุทธศาสนิกชนทั่วไป และจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการปฏิบัติศาสนกิจ และศาสนวิธี
ขอให้กุศลนี้ จงอำนวยผลแก่คุณหญิงนาวิวรรสา สมควรแก่คติวิสัยในสัมปรายภพ

สมเด็จพระวันรัต

(สมเด็จพระวันรัต)

วัดพระเชตุพน

๑๕ เมษายน ๒๕๑๐

คำถวายทาน และ ทำวัตรเช้า—เย็น

ของ

สมเด็จพระวันรัต

วัดพระเชตุพน ฯ พระนคร

อาราธนาศีล ๕

มะยัง กัมมเต วิสุง วิสุง รักขะณัตถายะ ติสระเณนะ สะหะ ปญฺจะสํลานิ ยาจามะ
(ว่า ๓ หน)

ข้าแต่พระผู้เป็นเจ้าผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอสมาทาน ศีล ๕ ประการ กับทั้ง
ไตรสรณคมน์ เพื่อประโยชน์จะรักษาต่างๆ กัน ฯ

อาราธนาศีล ๘

มะยัง กัมมเต วิสุง วิสุง รักขะณัตถายะ ติสระเณนะ สะหะ อญฺฐะสํลานิ ยาจามะ
(ว่า ๓ หน)

ข้าแต่พระผู้เป็นเจ้าผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอสมาทานศีล ๘ ประการ กับทั้ง
ไตรสรณคมน์ เพื่อประโยชน์จะรักษาต่างๆ กัน ฯ

ขอพระผู้มีพระภาคเจ้า ทรงบรรลือกลองคือพระสถิตธรรม มีตัวกลองคือ
พระวินัย มีหนังหุ้มคือพระอภิธรรม มีเชือกขึงตรงหนังหุ้มคือพระสูตร
พระพุทธรูปในท่ามกลางบริษัท ให้โพลในยสัต์วัตรสัฏฐีเถิด ฯ

ถวายเครื่องบูชาพระ

อัมมิมา สักกาเรนะ พุทธัง อะภิปูชะยามิ

อัมมิมา สักกาเรนะ ชัมมัง อะภิปูชะยามิ

อัมมิมา สักกาเรนะ สังฆัง อะภิปูชะยามิ

ข้าพเจ้า บูชาพระพุทธเจ้า พระธรรมเจ้า พระสงฆ์เจ้า ด้วยเครื่องสักการณ์ ฯ

ถวายข้าวพระ

อัมมัง สุขุปะพัญญชนะสัมปันนัง สาลีนัง โภชนัง อุทะกัง วะรัง พุทธัสสะ ปูเชมิ ฯ

ข้าพเจ้าบูชาซึ่งโภชนะแห่งข้าวสาลี ถึงพร้อมด้วย แกง กัปป และน้ำอัน
ประเสริฐนี้ แก่พระพุทธเจ้า ฯ

ถวายกระทงลอยประทีป

มะยัง อัมมิมา ปะทีเปนะ อะสุกายะ นัมมะทายะ นะทียา ฐิตัง มุนิโน
ปาทะวะลัญชัง อะภิปูเชมะ อะยัง ปะทีเปนะ มุนิโน ปาทะวะลัญชัง ปูชา อัมหากัง
ทีฆะวัตตัง หิตายะ สุขายะ สังวัตตะตุ ฯ

ข้าพเจ้าทั้งหลายขอบูชา ซึ่งรอยพระพุทธบาทที่ตั้งอยู่เหนือกองทรายในแม่น้ำ
ชื่อว่านัมมทานทีโน้น ด้วยประทีปนี้ อันว่าการบูชารอยพระพุทธบาทด้วยประทีปนี้ ขอจง
เป็นไปเพื่อประโยชน์และความสุขแก่ข้าพเจ้าทั้งหลายสิ้นกาลนาน เทอญ ฯ

ถวายธง

มะยัง ภันเต อิมานิ ฐะชะปะฎาเกณะ ระตะนัตตะยัง อะภิปูเชมิ อะยัง ฐะชะปะฎาเกณะ ระตะนัตตะปะบุชา อัมहाกัง ทิฆะรัตตัง หิตาปะ สุขาปะ สังวัตตะตุ ฯ

ข้าพเจ้าทั้งหลายขอถวายบูชา ซึ่งพระรัตนตรัยด้วยธงแผ่นผ้า อันว่าการบูชา พระรัตนตรัยด้วยธงแผ่นผ้า จงเป็นไปเพื่อประโยชน์และความสุขแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย สิ้นกาลนาน เทอญ ฯ

ถวายสังฆทาน

(ตั้งโม ๓ จบ)

อิมานิ มะยัง ภันเต ภัตตานิ สะปะริวารานิ สังฆัสสะ โอโณชะยามะ สาธุ โน ภันเต สังโฆ อิมานิ ภัตตานิ สะปะริวารานิ ปะฏิกคฺฉิหาตุ อัมहाกัง ทิฆะรัตตัง หิตาปะ สุขาปะ ฯ

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอน้อมถวายภัตตาหาร กับทั้งบริวารเหล่านี้ แก่พระสงฆ์ ขอพระสงฆ์จงรับภัตตาหาร กับทั้งบริวารเหล่านี้ของ ข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อประโยชน์และความสุขแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย สิ้นกาลนาน เทอญ ฯ

ถวายสลากภัตต์

(ตั้งโม ๓ จบ)

เอตานิ มะยัง ภันเต ภัตตานิ สะปะริวารานิ อะสุกฺกฐาเน รุปะปัตตานิ ภิกฺขุ-สังฆัสสะ โอโณชะยามะ สาธุ โน ภันเต ภิกฺขุสังโฆ เอตานิ ภัตตานิ สะปะริวารานิ ปะฏิกคฺฉิหาตุ อัมहाกัง ทิฆะรัตตัง หิตาปะ สุขาปะ ฯ

ข้าแต่พระภิกษุสงฆ์ผู้เจริญ ภัตตาหารกับทั้งบริวารทั้งหลายที่ตั้งไว้ ณ ที่โน่น นั้น ข้าพเจ้าทั้งหลายขอน้อมถวายแก่พระภิกษุสงฆ์ ขอพระภิกษุสงฆ์จงรับภัตตาหารกับทั้งบริวารเหล่านี้ ของข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อประโยชน์และความสุขแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย สิ้นกาลนานเทอญ ฯ

ถวายผ้ากฐินอย่างมหานิกาย

อิมัง สะปะริวารัง กะฐินะจีวะระทุสสัง สังฆัสสะ โอโณชะยามะฯ (ว่า ๓ คน)
ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอน้อมถวายผ้ากฐินจีวรกับบริวารนี้แก่พระสงฆ์ฯ

ถวายผ้าป่า

เอตานิ มะยัง ภันเต จีวะรานิ สังฆัสสะ โอโณชะยามะ สาธุ โน ภันเต
สังโฆ เอตานิ จีวะรานิ ปะฏิคคัณหาตุ อัมหากัง ที่มะวัตตัง หิตาเบ สุขาเบฯ

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอน้อมถวายจีวรทั้งหลายเหล่านี้แก่
พระสงฆ์ ขอพระสงฆ์จงรับจีวรทั้งหลายเหล่านี้ ของข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อประโยชน์และ
ความสุขแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย สิ้นกาลนาน เทอญฯ

ถวายศาลาโรงธรรม

มะยัง ภันเต อิมัง สาถัง ธัมมะสะภาเย อุทิสสะ จาตุทิสัสสะ สังฆัสสะ
โอโณชะยามะ สาธุ โน ภันเต สังโฆ อิมัง สาถัง ปะฏิคคัณหาตุ อัมหากัง ที่มะวัตตัง
หิตาเบ สุขาเบฯ

ข้าแต่พระผู้เป็นเจ้าผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอน้อมถวายศาลานี้ แก่พระสงฆ์
อันมาแต่ทิศทั้ง ๔ เพื่อเป็นที่ประชุมแสดงธรรม ข้าแต่พระผู้เป็นเจ้าผู้เจริญ ขอพระสงฆ์จง
รับธรรมศาลานของข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อประโยชน์ และความสุขแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย
สิ้นกาลนาน เทอญฯ

ถวายเสนาสนะกุฏิวิหาร

อิมานิ มะยัง ภันเต เสนาสนะนานิ อาคะตนาอะคตัสสะ จาตุทิสัสสะ สังฆัสสะ
โอโณชะยามะ สาธุ โน ภันเต สังโฆ อิมานิ เสนาสนะนานิ ปะฏิคคัณหาตุ อัมหากัง
ที่มะวัตตัง หิตาเบ สุขาเบฯ

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอน้อมถวายเสนาสนะเหล่านี้ แก่
พระสงฆ์อันมาแต่ทิศทั้ง ๔ ที่มาแล้วก็ดี ยังไม่มาแล้วก็ดี ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ขอพระสงฆ์
จงรับซึ่งเสนาสนะเหล่านี้ เพื่อประโยชน์และสุขแก่ข้าพเจ้าทั้งหลายสิ้นกาลนานเทอญฯ

ถวายเว็จกุฎี

มะยัง ภันเต อิมัง วัจจะกุญฺจิ อาคะตนาอะคตัสสะ จาตุทิสัสสะ สังฆัสสะ
โอโณชะยามะ สาธุ โน ภันเต สังโฆ อิมัง วัจจะกุญฺจิ ปะฏิคคัณหาตุ อัมहाกัง
ทิฆะมวัตตัง หิตายะ สุขายะ ฯ

ข้าแต่พระผู้เป็นเจ้าผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอน้อมถวายเว็จกุฎีนี้ แก่พระสงฆ์
อันมาแต่ทิศทั้ง ๔ ทิศมาแล้วก็ดี ยังไม่มาแล้วก็ดี ข้าแต่พระผู้เป็นเจ้าผู้เจริญ ขอพระสงฆ์
จงรับเว็จกุฎีของข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อประโยชน์และความสุข แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย สิ้น
กาลนาน เทอญ ฯ

ถวายสะพาน

มะยัง ภันเต อิมัง เสตุง มะหาชะนัง สาธาระณัตถายะ นิยยาเทมะ สาธุ
โน ภันเต สังโฆ อิมัสมีถ เสตุมหิ นิยยาเทเต สักขิโก โหตุ อิทัง เสตุนัง อัมहाกัง
ทิฆะมวัตตัง หิตายะ สุขายะ สังวัตตะตุ ฯ

ข้าแต่พระผู้เป็นเจ้าผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอมอบถวายซึ่งสะพานนี้ เพื่อเป็น
ประโยชน์ทั่วไปแก่มหาชนทั้งหลาย ข้าแต่พระผู้เป็นเจ้าผู้เจริญ ขอพระสงฆ์จงเป็นพยาน
แก่ข้าพเจ้าทั้งหลายในสะพาน ที่ข้าพเจ้าทั้งหลายได้มอบให้แล้วนี้ อันว่าเสตุนานี้ จงเป็น
ไปเพื่อประโยชน์และความสุข แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย สิ้นกาลนาน เทอญ ฯ

ถวายข้าวสาร

อิมานิ มะยัง ภันเต ตันหุลานิ สะปะริวารานิ สังฆัสสะ โอโณชะยามะ สาธุ
โน ภันเต สังโฆ อิมานิ ตันหุลานิ สะปะริวารานิ ปะฏิคคัณหาตุ อัมहाกัง ทิฆะมวัตตัง
หิตายะ สุขายะ ฯ

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอน้อมถวายข้าวสารกับทั้งยวรา
ทั้งหลายเหล่านั้น แก่พระสงฆ์ ขอพระสงฆ์จงรับข้าวสาร กับทั้งยวราทั้งหลายเหล่านั้นของ
ข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อประโยชน์และความสุข แก่ข้าพเจ้าทั้งหลายสิ้นกาลนาน เทอญ ฯ

๕๖ ๕๕ ๕๖ ถวายนามน นาผง นาอ้อย

สระโท นามายัง ภันเต กาโล สัมปัตโต, บัตตะ ตะถาคะโต อรหัง สัมมาสัมพุทธโ
สารถีกาพาธนะ อาพาธิกานัง ภิกขุณัง ปิณฺณจะ เกสัชชานิ อะนุญญาตี: สัปปี นะวะนัตถ
เตลัง มะธุ ฌาณิตัง. มะยันทานิ ตักกาคะสะหิสัง สัมปัตตา ตัสสะ ภะคะวะโต
ปิณฺณุตตานุคัง ทานัง ทาตุกาма เตสุ ปะริยาบันนัง มะธุง จะ เตลัง จะ ฌาณิตัง จะ
ภิกขุณฺญะจะ สามะเถรานุญจะ โอิโธชะยามะ. สาธุ โน ภันเต อัยยา ยะถาวิภัตตัง มะธุทานัง
จะ เตลัง จะ ฌาณิตัง จะ ปะฏิกคณฺหาตุ อัมหากัง ที่ฆะรตตัง หิตายะ สุขายะ ฯ

บัดนี้ สรทกาลมาถึงแล้ว ในกาลใดเล่า พระตถาคตอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า
ได้ทรงอนุญาตยา ๕ อย่าง คือ เนยใส เนยข้น น้ำมัน นามน นาผง นาอ้อย แก่ภิกษุทั้งหลาย
ผู้ช่วยใช้ด้วยโรคเกิดในสระทะกาล บัดนี้ข้าพเจ้าทั้งหลายมาถึงกาลเช่นนั้นแล้ว ประรณนา
จะถวายทานตามพระพุทธานุญาตของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น จึงถวายนามนเป็นยาอย่างหนึ่ง
กับน้ำมันน้าอ้อย นัยในยา ๕ อย่างนั้น แก่ภิกษุสามเณรทั้งหลาย ขอพระผู้เป็นเจ้าทั้งหลาย
จงรับมธุทาน เกลทาน ฌาณิกทาน ของข้าพเจ้าทั้งหลายตามที่ไต่ถามไปนั้นๆ เพื่อประโยชน์
และความสุขแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย สิ้นกาลนานเทอญ ฯ

ถวายทานสามัญญ

อิหัง เม ทานัง มาตาปิตุอาทัง ญาคะกานัง สังวัตตะตุ มัยหัง มาตาปิตาทะโย
ญาคะกา อิมัสสะ ทานัสสะ ปัตตัง ลาภันตุ มะมะ เจตะสา ฯ

อันว่าทานของข้าพเจ้านั้น จงเป็นไปเพื่อญาติทั้งหลาย มีมารดา บิดา เป็นต้น
ของข้าพเจ้า ขอบรรพชาญาติทั้งหลาย มีมารดา บิดา เป็นต้น จงได้รับส่วนของทานนั้น ตาม
ความประสงค์ของข้าพเจ้านั้น เทอญ ฯ

ถวายผ้าไตรอุทิศแก่ผู้ตาย

อิมานิ มะยัง ภันเต ตีจิวะรานิ อัยยัสสะ เทมะ สาธุ โน ภันเต อะยัง ตีจิวะระปฺชาวิปาโก อัมहाกัง มาตาปิตฺตฺวาหัง ญฺเฒ่ณัง กาสะกะตานัง สํวตตะตุ อัมहाกัง มาตาปิตฺตฺวาหะโย ญฺาตะกา ทานะปัตตัง ตะภันตุ อัมहाกัง เจตะสา ฯ

ข้าแต่พระผู้เป็นเจ้าผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอถวายจีวรทั้ง ๓ แก่พระผู้เป็นเจ้า ข้าแต่พระผู้เป็นเจ้าผู้เจริญ อันว่าผลวิบากของการบูชาด้วยไตรจีวรนี้ จงเป็นไปเพื่อญาติทั้งหลาย มีมารดาบิดาเป็นต้น ของข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอญาติทั้งหลายมีมารดาบิดาเป็นต้น ของข้าพเจ้าทั้งหลาย จงได้ส่วนแห่งทานนี้ ตามความประสงค์ของพวกข้าพเจ้าทั้งหลาย เทอญ ฯ

ถวายจตุปัจจัยทั้ง ๔

อิมานิ มะยัง ภันเต จะตุปฺปิจะยานิ อีระ อาเนตตะวา ฐะปิตานิ ภิกขุสงฺขัสสะ นิยาเทมะ สาธุ โน ภันเต ภิกขุสงฺโฆ อิมานิ จะตุปฺปิจะยานิ ปะฏิคคัณหาตุ อัมहाกัง ทัมมะรัตตัง หิตายะ สุขายะ ฯ

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายได้นำอามามาแล้ว ซึ่งปัจจัยทั้งหลาย ๔ ทั้งไว้ในที่นี้ ขอถวายแก่พระภิกษุสงฆ์ ขอพระภิกษุสงฆ์จงรับซึ่งปัจจัยทั้งหลาย ๔ เหล่านี้ เพื่อประโยชน์ และความสุข แก่ข้าพเจ้าทั้งหลายสิ้นกาลนาน เทอญ ฯ

วิธีอธิษฐาน หรือ ความปรารถนา

ก่อนที่จะบริจาต ควรทำความรู้สึกหรือนึกน้อมเสียก่อนว่า ที่เราจะทำบุญและให้ทานในครั้งนี้ มีความประสงค์อย่างไร ให้เป็นญาณสัมปยุตต์ คือ ให้เพื่อบำรุงพระพุทธศาสนา หรือให้ด้วยความกตัญญูกตเวที เพื่อการตอบแทนแก่ผู้มีคุณ หรือให้เพื่อประโยชน์ตนและความสุขคนอื่น หรือให้เพื่อสงเคราะห์ต่อเพื่อนร่วมโลก เกิด แก่ เจ็บ ตาย แต่อย่างใดอย่างหนึ่งก็ตาม จักเข้าในญาณสัมปยุตต์มีผลานิสงส์มาก ฯ คำที่ถวายนั้นว่าดังนี้

“สุทินนัง วะตะ เม ทานัง อาสะวักะยาเวหัง โหตุ อะนาคะเต กาเล” ฯ
ขอทานของเราที่ให้แล้วนี้ จงนำมาซึ่งมรรคผลธรรมพิเศษ สันติเลสอาสวะ ฌ โยงหน้า เทอญ ฯ

อีกบทหนึ่ง “อิหัง เม ทานัง อาสรวักขะยาวะหัง โหตุ” จะใช้บทใดบทหนึ่ง
ก็ได้ แล้วแต่ความพอใจ

คำถวายเกสัช

อิมานิ มะยัง ภันเต คีลานะปัสสะยะเกสัชชะปริกขารานิ อีระ อาเนตตะวา ฐะปะ-
ตานิ ภิกขุสังฆัสสะ นิยยาเทมะ สาธุ โน ภันเต ภิกขุสังโฆ อิมานิ คีลานะปัสสะยะ-
เกสัชชะปริกขารานิ ปะฏิกคณหาตุ อัมहाกัง ทิมะรตัง หิตายะ สุขายะฯ

คำแปล

ข้าแต่พระภิกษุสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอมอบถวายยานเกสัช ซึ่งได้นำ
มาทั้งไว้ ณ ที่นี้ แก่พระภิกษุสงฆ์ ขอพระภิกษุสงฆ์จงรับยานเกสัชเหล่านี้ เพื่อประโยชน์
และความสุข แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย สิ้นกาลนาน เทอญ ฯ

คำถวายผ้ากฐิน แบบธรรมยุต

อมัง ภันเต สะปะวิวัรัง กะฐินะทุสสัง สังฆัสสะ โอโณชะยามะ สาธุ โน
ภันเต สังโฆ อมัง สะปะวิวัรัง กะฐินะทุสสัง ปฎิกคณหาตุ ปะฏิกคะเหตตะวา จะ อิมินา
ทุสเสนะ กะฐินัง อักกะระตุ อัมहाกัง ทิมะรตัง หิตายะ สุขายะฯ

คำแปล

ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย ถวายผ้ากฐินกับทั้งบริวารนี้แก่สงฆ์ ขอ
สงฆ์จงรับผ้ากฐิน กับทั้งบริวารนี้ของข้าพเจ้าทั้งหลาย รับแล้วจงกรานกฐินด้วยผ้านี้
เพื่อประโยชน์และความสุข แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย สิ้นกาลนาน เทอญ ฯ

คำถวายข้าวบิณฑบาตพระพุทธ

อมัง สุปะพัญญะชะนะสัมปันนัง สาถีนัง โกชะนัง อุทะกัง วะรัง พุทธัสสะ

คำแปล

ข้าพเจ้า ขอบุชาโภชนะแห่งข้าวสาลี พร้อมทั้งแกงและกัณฑ์ และน้ำอันประเสริฐ
นี้ แก่พระพุทธรเจ้า ฯ

คำลาข้าวพระพุทธ

เสสัง มังคะลัง ขาจาโม.

คำแปล

ข้าพเจ้า ขอส่วนที่เหลือเป็นมงคล

คำถวายผ้าอาบน้าฝน

อิมานิ มะยัง ภันเต วัสสิกาสาฎิกานิ ภิกขุสงฆัสสะ โอโณชะยามะ สาธุ
โน ภันเต ภิกขุสงฆ โอมาณี วัสสิกาสาฎิกานิ สะปะริวารานิ ปะฏิคคัณหาตุ อัมहाกัง
ทันทะวัตตัง หิตายะ สุขายะ ฯ

คำแปล

ข้าแต่พระภิกษุสงฆ์ผู้มีเจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอน้อมถวายผ้าอาบน้าฝนเหล่านี้
แก่พระภิกษุสงฆ์ ขอพระภิกษุสงฆ์จงรับผ้าอาบน้าฝน กับทั้งบริวารทั้งหลายเหล่านี้ เพื่อ
ประโยชน์และความสุขแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย สิ้นกาลนาน เทอญ ฯ

คำอธิษฐานเวลาทำบุญ

สุทินนัง ะตะ เม ทานัง อาสะวักะขะวะหัง โหตุ ฯ

คำแปล

ขอทานที่ข้าพเจ้าให้ไปแล้ว จงเป็นเหตุให้ข้าพเจ้าหมดความเศร้าหมองใจเถิด ฯ

คำถวายข้าวพระเจดีย์

อิมัง สุปะพัตถุชนะสัมปันนัง สาลินัง โภชะนัง อุทะกัง ะวัง เจติยัสสะ ปูเชมิ ฯ

คำภาวนาเวลาก่อนพระเจดีย์ทราย

อิมัง วาตุกัง เจตยัง อะธิฐาามิ

คำถวายกุฎี

อิมัง มะยัง ภันเต เอกัง กุฎิง ภิกขุสงฆ์สสสะ นิยยาเทมะ สาธุ โน ภันเต
ภิกขุสงฆ์โม อิมัง กุฎิง ปะมุคคัณหาตุ อัมहाกัง ที่มะรตตัง หิตายะ สุขายะ ฯ

(ถ้าหลายหลังคำว่า อิมัง เปลี่ยนเป็นอิมา, กุฎิง เป็นกุฎิ โย ส่วน เอกัง คัดทิ้ง)

คำแปล

ข้าแต่พระภิกษุสงฆ์ผู้มีเจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอน้อมถวายกุฎีหลังนี้ แก่
พระภิกษุสงฆ์ ขอพระภิกษุสงฆ์จงรับกุฎีหลังนี้เพื่อประโยชน์และความสุข แก่ข้าพเจ้า
ทั้งหลายสิ้นกาลนาน เทอญ ฯ

วิธีทำวัตร

ทำวัตรเช้า

เมื่อทำการสักการะบูชาพระเสร็จแล้ว ฟังนั้ญคุกเข้าประณมมือพร้อมกัน ผู้เป็นประธานกล่าวคำนมัสการนำให้ว่าตามดังต่อไปนี้.

(คำนมัสการ)

อรหัง สมมาสมพุทฺธโร ภควา, พุทฺธัง ภควนฺตํ อภิราเทมิ.

(กราบลงหน้าหนึ่ง)

สวากุขาโต ภควตา ธมฺโม, ธมฺมํ นมสฺสวามิ.

(กราบลงหน้าหนึ่ง)

สุปฏิปนุโน ภควโต สาวสฺสฺสโม, สฺสฺสํ นมามิ.

(กราบลงหน้าหนึ่ง)

(นำ) หนุท มยํ พุทฺธสฺส ภควโต ปุพฺพภาคนมการํ กโรม เส

(ปุพฺพภาคนมการ)

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมมาสมพุทฺธสฺส

(๓ หน้า)

(นำ) หนุท มยํ พุทฺธากิธฺตํ กโรม เส

(พุทฺธากิธฺต)

โย โส ตถาคโต อรหัง สมมาสมพุทฺธโร, วิชชาจรณสมุปฺปนโน สุกโต โลกวิทู,
อนุตฺตโร ปุริสทมฺมสารถิ สत्ถวา เทวมนุสฺसानํ พุทฺธโร ภควา, โย อิมํ โลกํ สเทวกํ
สมารกํ สพฺรหฺมกํ, สสฺสสมณพฺรหฺมณํ ปชํ สเทวมนุสฺสํ, สยํ อภิญา สจฺฉนิกตฺวา
ปเวทสฺสี, โย ธมฺมํ เทเสสฺสี อาทิกถฺยาณํ มชฺฌกถฺยาณํ ปริโยสานกถฺยาณํ, สาคฺคํ
สพฺพญฺชนํ เภรลปริปฺปนํ ปริสฺสฺสฺสํ พฺรหฺมจริยํ ปกาเสสฺสี, ตมฺหํ ภควนฺตํ อภิปุชฺชามิ ตมฺหํ
ภควนฺตํ สิริสา นมามิ

(กราบลงหน้าหนึ่ง)

ธมฺโม ปทํไป วีย คสฺส สตฺถุโน,
โย มคฺคปํกามตเถทถินฺนโก,
โลกุตฺตโร โย จ ตทตฺถทปโน,
วณฺทาโม ธมฺมํ อหมาทเรน ตํ.
สงฺฆโม สฺสเขตฺตาทถยติเขตฺตสณฺณโต,
โย ทิฏฺฐสณฺโณ สฺสคตานุโพธโก,
โธลปฺปหิโน อริโย สฺเมธโส,
วณฺทาโม สงฺฆํ อหมาทเรน ตํ.
อิจฺเจวเมกนฺตปฏิปฺชนนฺตํ,
วตฺถุตฺตํ วณฺทตถาสงฺขตํ,
ปฺปณฺณํ มยา ชํ มม สพฺพุทฺทวา,
มา โหนฺตุ เว คสฺส ปถาวรสัทฺธิยา.

(สํเวคปริกิตฺตนาปาท)

อิธ ตถาคโต โลเก อปฺปนฺโน อรหํ สมฺมาสมฺพุทฺโธ, ธมฺโม จ เทสํโต
นินฺยยานิโก อปฺปสมิโก ปรีนิพฺพานิโก สมฺโพธคามี สฺสคตปฺปเวทิตฺโต, มยฺนตํ ธมฺมํ สุตฺวา
เอวํ ชานาม, ชาตปิํ ทฺวาทสํ ชวปีํ ทฺวาทสํ มรณมปีํ ทฺวาทสํ, โสภปรีเทวทฺวาทสํ โทมนสฺส-
สุปายาสาปีํ ทฺวาทสํ, อปฺปิเยหิ สมฺปโยโค ทฺวาทสํ ปิเยหิ วิปฺปโยโค ทฺวาทสํ ยมฺปิจฺฉํ น
ลภติ ตมฺปิํ ทฺวาทสํ, สงฺฆิตฺเตน ปณฺญูปาทานกฺขนฺธาทสํ ทฺวาทสํ, เสยฺยถิตํ, รุปฺปาทานกฺขนฺธาทสํ,
เวทณฺูปาทานกฺขนฺธาทสํ, สณฺณูปาทานกฺขนฺธาทสํ, สงฺขารูปาทานกฺขนฺธาทสํ, วิญฺญาณูปาทานกฺขนฺธาทสํ,
เยสํ ปริณฺวาย, ธมฺมานิ โส ภควา, เอวํ พหุลํ สวเก วิเนติ, เอวํ ภากา จ ปนฺตฺส
ภควโต สวเกสุ อนุสาสนํ, พหุลํ ปวตฺตติ, รุปํ อนิจฺฉํ, เวทนา อนิจฺฉา, สณฺณ
อนิจฺฉา, สงฺขารอ อนิจฺฉา, วิญฺญาณํ อนิจฺฉํ, รุปํ อนตฺตา, เวทนา อนตฺตา, สณฺณ
อนตฺตา, สงฺขารอ อนตฺตา, วิญฺญาณํ อนตฺตา, สพฺเพ สงฺขารอ อนิจฺฉา, สพฺเพ ธมฺมา
อนตฺตาติ. เต มยฺ, โอตฺติณฺณมฺห ชาตียา ชวามเรณ, โสเกหิ ปรีเทเวหิ ทฺวาทสํ

โหมนสุเสหิ อุปาบาเสหิ, ทุกฺโขติณฺณา ทุกฺขปรเวตา, อปฺเปวนามิมสฺส เกวลสฺส ทุกฺขกฺขนฺธสฺส
อนฺตกิริยา ปณฺญาเขถาติ, จิรปริณิพฺพุตมปี ตํ ภควนฺตํ สรณํ คตา, ธมฺมณฺจ ภิกฺขุสงฺฆณฺจ,
ตสฺส ภควโต สาสนํ ยถาสตฺยติ ยถาพลํ มนสํโกโรม, อนุปฺปฏิปชฺชาม, สา สา โน ปฏฺยปฺตติ,
อิมสฺส เกวลสฺส ทุกฺขกฺขนฺธสฺส อนฺตกิริยา ย สํวตฺตตุ.

วันทาพระเวลาเช้า

วันทามิ เจตีย์ สพฺพํ สพฺพญฺชาเน สุปฺปญฺติ สารีริกธาตุมหาโพธิ์ พุทฺธรูป
สกลํ สทา.

ระเบียบทำวัตรเย็น

(นั่งประณมมือคุกเข่าหัวหน้าว่านํ้า)

อะระหัง สัมมาสัมพุทฺโธ ภะคะวา, พุทฺธัง ภะคะวันตัง อะภิวาเทมิ.

(กราบลงหน้าหนึ่ง)

สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม, ธัมมํ นมัสสามิ.

(กราบลงหน้าหนึ่ง)

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, สังฆัง นมามิ.

(กราบลงหน้าหนึ่ง)

(หัวหน้าว่านํ้า)

หัตถะทานิ มะยันตัง ภะคะวันตัง วาจาเย อะภิกขาปัตตุํ ปุพฺพภาคะนมะการัญฺจเวระ
พุทฺธานุสสะตึเนยฺยจะ ภะโรม เสา

(ว่าพร้อมกัน)

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทฺธัสสะ (ว่า ๓ หน้า)

ตัง โข ปะนะ ภะคะวันตัง เอวํ กัลยาณํ กิตติสัทฺโท อพฺภุคคะโต:
อิตฺปิโต ภะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทฺโธ, วิชชาจะระณะสัมปันโน สุคะโต โลกะวิทู,
อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ สัตถา เทวะมะนุสฺसानัง พุทฺโธ ภะคะวาติ (หยุดระลึกถึง
คุณพระพุทฺธ ท้วยอาการอันสงบแล้วสวดต่อไปดังนี้)

(ทวิหน้าว่านำ)

หันทะ มะยัง พุทธากีคัง กะโรมะ เส.

(ว่าพร้อมกัน)

พุทธวาระหันตะวะระดาทีคุณากิยุตโต
สุทธากิญาณะกะรุธาหิ สะมาคะตัตโต
โพเธสี โย สุชนะตัง กะมะลังวะ สุโร
วันทามะหัง ตะมะระณัง สีระสา ชินนัง

พุทธโธ โย สัพพะปาณินัง	ตะมะระณัง เขมะมุตตะมัง
ปะฐะมานุสตะคิณฺฐานัง	วันทามิ คัง สีเรนะหัง
พุทธัสสะหัสมี ทาโสวะ	พุทธโธ เม สามิกิสสะโร
พุทธโธ ทุกขัสสะ มาตา จะ	วิธาดา จะ หิตัสสะ เม
พุทธัสสะหัง นิยยาเทมิ	สะวัณฺณชัตถุจิจัง
วันทันโตหัง จะวิสสามิ	พุทธัสสะวะ สุโพธิคัง
นัตถิ เม ตะมะระณัง อัญญัง	พุทธโธ เม ตะมะระณัง ะวัง
เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ	วัชเชนยัง สัตถุสาสะเน
พุทธัง เม วันทามาเนนะ	ยัง ปุณฺณัง ปะสุตัง อิระ
สัพเพปิ อันตะรายา เม	มาเหสุัง ตัสสะ เตชะสา

(จบแล้วหมอบลงว่าคังนี้)

กาเยนะ วาจาเย ะ เจตะสา วา
พุทธะ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง
พุทธโธ ปะฐิกคันหะตุ อัจจะบันตัง
กาลันตะเว สัจจะวิตุญ ะ พุทธะ

(เมื่อว่าจบแล้วนั่งตามเดิมสวดต่อไปคังนี้)

(ห้วนน้ำว่านำ)

หันทะ มะยัง ชัมมานุสสะตนะยัง กะโรมะ เส.

(ว่าพร้อมกัน)

สวากขาโต ภะคะวะตา ชัมโม, สันทิฏฐิโก อะกาลิโก เอหิปัสสิโก,
โอปนะยิโก บิัจจัตถัง เวทิตัพโพ วิญญูหิติ ฯ

(ทยุคระลึกถึงคุณพระธรรม ด้วยอาการอันสงบแล้วสวดค้อมไปดังนี้)

(ห้วนน้ำว่านำ)

หันทะ มะยัง ชัมมาภิกคัง กะโรมะ เส.

(ว่าพร้อมกัน)

สวากขาตะตาทีคุณะโยคะวะเสนะ เสยโย

โย มัคคะปาเกประยัตติวิโมกะเกโท

ชัมโม กุโลกะปะตะนา ตะทะธาวีธาวิ

วันทามะหัง ตะมะหะรัง ะระธัมมะเมตัง

ชัมโม โย สัพพะปาณีนัง

ทุติยานุสสะติฏฐานัง

ชัมมัสสาหัสสิ ทาโสวะ

ชัมโม ทุกขัสสะ มาตา จะ

ชัมมัสสาหัง นิยาเทมิ

วันทันโตหัง จะวิสสามิ

นัตถิ เม สะระณัง อัญญัง

เอเตนะ สัจจะวัชเชน

ชัมมัง เม วันทะมานะเน

สัพเพปี อันตะรายา เม

สะระณัง เขมะมุตตะมัง

วันทามิ ดัง สีเรณะหัง

ชัมโม เม สามิกัสสะโร

วิชาตา จะ หิตัสสะ เม

สะวัณฺณชิวัตถุจิทัง

ชัมมัสเสวะ สุชัมมะตัง

ชัมโม เม สะระณัง ะรัง

วัฑฒะยัง สัตถุสาสะเน

ยัง ปุญฺญัง ปะสุตัง อีระ

มาहेตฺถ คัสสะ เตชะสา

(จบแล้วหมอบลงว่าดังนี้)

กาเขนระ วาจาพะ ะ เจตะสา วา
ธัมเม กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง
ธัมโม ปะฏิกคัณหะตุ อัจจะยันตัง
กาลันตะเว สังวะริตุง ะ ธัมเม
(เมื่อว่าจบแล้วนั่งถามเก็บสวาท่อไปดังนี้)
(หัวหน้าวาน้ำ)

หันทะ มะยัง สังฆานุสสะตินะยัง กะโรมะ เส.

(ว่าพร้อมกัน)

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, อุชุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะ-
สังโฆ, ญายะปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, สามัจิปะฏิปันโน ภะคะวะโต
สาวะกะสังโฆ. ยะทิทัง จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัฏฐะ ปุริสะปุคคะลา, เอสะ ภะคะวะโต
สาวะกะสังโฆ, อาหุเนยโย ปาหุเนยโย ทักขิเนยโย อัญชะลีกะระณีโย, อนุตตะรัง
ปัญญักเขตตัง โลกัสสาติ ฯ

(หยุดกระลึกลงคุกพระสงฆ์ กว้ยอาการอันสงบแล้วสวาท่อไปดังนี้)

(หัวหน้าวาน้ำ)

หันทะ มะยัง สังฆาภิกคัง กะโรมะ เส.

(ว่าพร้อมกัน)

สัทธัมมะโช สุปะฏิปัตติคุณาทัยุดโต
โยธวัฑฒิโช อะวิยะปุคคะละสังฆะเสฏโฐ
สัลาทิธัมมะปะวะราสะยะกาพะจิตโต
วันทามะหัง ตะมะวียานะคะณัง สุสุทัง

สังโฆ โย สัพพะปาณีนัง	สระณะัง เขมะมุตตะมัง
ตะติยานุสสะติฏฐานัง	วันทามิ ตัง สีเรนะหัง

สังฆัสสาห์ตีมิ ทาโสวะ	สังโฆ เม สามิกิสสะโร
สังโฆ ทุกขัสสะ มาตา จะ	วิธตา จะ หิตัสสะ เม
สังฆัสสาห์ นียยาเทมิ	สระวีรญชัตถัญจิทัง
วันทันทโธหัง จะวิสสามิ	สังฆัสโสปะฏิปันนะตัง
นคฺติ เม สหระณัง อัญญัง	สังโฆ เม สหระณัง ะรัง
เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ	วัฑฒะยัง สัตถุ สาสะเน
สังฆัง เม วันทะมาเนนะ	ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อิระ
สัพเพปิ อันตะรายา เม	มาเหสุง คัสสะ เตชะสา

(จบแล้วหมอบลงว่าดังนี้)

กาเบนะ วาจาปะ ะ เจตะสา วา
สังฆะ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง
สังโฆ ปะฎีกกัณเหตฺตุ อัจจะยันตัง
กาถันตะเว สังวะริตฺตัง ะ สังฆะ
จบวิธีทำวัตรเย็น

วันทาพระเวลาเย็น

วันทามิ พุทฺธัง ภะวะปาระติณฺณัง
ติโลกะเกตุงฺ ติกะเวกะนาถัง
โย โลกะเสฏฺโฐ สหะกะลัง กิเลสัง
เนตฺตวานะ โพเชสี ชะนัง อะนันทัง
ยัง นัมมะทายะ นะทียา ปุติเน จะ ตีเระ
ยัง สัจจะพันธุะกิริเก สุมะนาจะลักฺเค

ยัง ตัดทะ โยนะกะปุเร มุณีโน จะปาหัง
ตั้ง ปาทะวะลัญชนะมะหัง สีระสา นะมามิ
สุวัณณะมาลีเก สุวัณณะปัพพะเต
สุมนะกุญเญ โยนะกะปุเร นัมมะทาบะ นะทียา
ปัญจะปาทะวะรัง ฐานัง อะหัง วันทามิ ทูระโต
อิจจะวะมัจฉันตะนะมัสสะเนยยัง
นะมัสสะมาโน ระตะนัตตะยัง ยัง
ปัญญากิสันตัง วิปลัง อะลัคคัง
ตัสसानุภาเวนะ หะคันตะราโย
อามันตะยามิ โว ภิกขะเว ปะฏิเวทะยามิ โว ภิกขะเว
ชะยะวะยะธัมมา สังขารอ อัมปะมาเทนะ สัมปาเทถาคิ.

คำอธิษฐาน

(ก่อนอธิษฐานสิ่งใดควรเริ่มต้นภาวนา)

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ (ว่า ๓ ทน)

คำกรวดน้ำ

อิมินา ปุญญะกัมเมนะ	อุปัชฌายา คุณุตตะรา,
อาจะริยุปะการา จะ	มาตา ปิตา จะ ญาตะกา,
สุริโย จันทิมา ราชา	คุณะวันตา นะราปี จะ,
พรหมมารา จะ อินทา จะ	โลกะปาตา จะ เทเวตา,
ยะโม มิตตา มะนุสสา จะ	มัชฌัตตา เวริกาปี จะ,
สัพเพ สัตตา ตูหิ โหนตุ	ปัญญานิ ปะกะตานิ เม,
สุขัญจะ ติวัง เทนตุ	ชิปปัง ปาเปกะ โวมะตัง,

สมบัติห้องสมุดรัฐสภา

— ๒๑ —

อิมินา ปุญญะกัมเมนะ
จิปฺปาหัง สุตะเภ เจวะ
เข สันตानะ หินา ธัมมา
นัสสันตุ ตัพพะทาเยวะ
อุชฺชิตตัง สะติ ปิณฺญา
มวรา ละภันตุ โนกาตัง
พุทฺธาธิปะวะโร นาโถ
นาโถ ปัจเจกะพุทฺโธ จะ
เตโสตะมานุภาเวนะ

อิมินา อุทฺธิเสนะ จะ,
คัณฺหุปาทานะเถทะนัง,
ขาวะ นิพฺพานะโต มะมฺัง,
ยัตถะ ชาโต ภาเว ภาเว,
สัลเลโข วิวิธัมหิมา,
กาคุญฺจะ วิวิเสสุ เม,
ธัมโม นาโถ ะรุตตะโม,
ตังโฆ นาโถตตะโร มะมฺัง,
มาโรกาสํ ภันฺนํ มา.

คำกรวดนํ้าอย่างคัมภีร์

อิทัง โน ปุญฺญัง ญาตะกานัง โหตุ, สุจิตา โหนตุ ญาตะโย.

ถ้าคำขานี้ไม่ได้ ให้นำถ้อยภาษาไทย เช่น ขออุทิศผลอันเกิดแต่การบริจาคนี้
แก่_____ขอผลนั้นจงสำเร็จแก่_____และขอให้_____จงมีความสุขในภคิพนันนี้ ๆ เทอญ ฯ
(ที่ละไว้ให้ออกชื่อผู้ที่จะอุทิศกุศลให้)

THAI NATIONAL ASSEMBLY LIBRARY



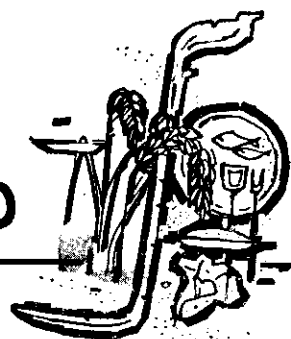
3961105005

หน้าว่าง



หน้าว่าง

အာဟာရ



หน้าว่าง

แกงลาวหรือแกงแค

สุคนธ์ นิละนิธิ

เครื่องปรุง

ปลาทุกตามแต่แกงมากหรือน้อย
ถั่วฝักยาว
มะเขือเปราะอ่อน ๆ (ไม่คั้มมากจะทำให้น้ำแกงเป็นเมือก)
หน่อไม้คั้มแล้ว (อย่างหน่อเล็ก ๆ)
ขอกผักทอง
หน่อไม้คองเล็กน้อย (ไม่คั้มมาก)
ใบชะอม (เล็กน้อย)
พริกชี้ฟ้า (ใค้อย่างเม็ดแกง ๆ ยิ่งคั้ม)
ตะไคร้
หัวหอม
หัวกระเทียม
ข้าวสาคู และผิวนะมูก
ปลาทุเค็ม กะปิ
ส้มมะขามเปียก และน้ำปลา ผงชูรส

วิธีทำ

ปลาทุคทำความสะดวกจะหั่นเป็นแว่น หรือจะแล่แล้วหั่นเป็นชิ้นก็ได้
แล้วแต่ชอบอย่าให้ชิ้นบางนักเวลาแกงปลาจะละลาย
ถั่วฝักยาว คั้มเป็นท่อน ๆ
ขอกผักทองลอกเปลือกที่เป็นขนออก คั้มเป็นท่อน ๆ
หน่อไม้คั้ม คั้มเป็นท่อน ๆ ผ่าเป็นชิ้น ๆ
มะเขือเปราะเล็กรอ่อน ๆ ลวกหนึ่งผ่าสี่ (หรือผ่าเป็นคำ)
ชะอมเด็ดเป็นช่อใบรูป
หน่อไม้คองล้างน้ำ ถ้าชิ้นใหญ่ก็หั่นให้เล็กลงบ้าง

ปรุงน้ำพริกสำหรับแกง

ตะไคร้ พริกสด

หัวหอม กระเทียมมากกว่าหัวหอมเล็กน้อย

ข่า ผิวมะกรูดไม่ต้องมาก

ของทั้งหมดนั้น โขลกให้ละเอียด

ปลาทุเค็ม ย่างไฟให้สุกหอมแกะเอาแต่เนื้อปลา หนึ่งลอกทั้ง ใส่
โขลกไปกับเครื่องแกงกับกะปิด้วย ให้เข้ากันดี

คักน้ำพริกนี้ละลายในหม้อแกง(น้ำแกงละลายอย่างทีแกงส้มกันทั่วไป)
ตั้งไฟเมื่อเดือดก็แล้วใส่ผัก ใส่เนื้อส้มมะขาม น้ำปลา ชิมรสให้มันเปรี้ยว
เค็ม ตามแต่จะชอบรสไหนขึ้นหน้า ใส่ผงชูรส ยกลง รับประทาน
ได้ (ผักที่ชอบใส่ตอนจะยกหม้อแกงลง)

ถ้าจะแกงมากก็เพิ่มส่วนและเครื่อง ปลาให้มาก รับประทานน้อยคน
ก็ลดส่วนลง

แกงไตปลา

สูตรนี้ มีละนิธิ

เครื่องปรุง

ไตปลา เลือกที่สะอาด ๆ ที่นำรับประทานและไม่ผสมเครื่อง

ปลาคุก ปลาทุสค หรือปลาสลิดอะไรก็ได้, กุ้งสด

มะเขือเปราะ ไม่ต้องมากนัก จะทำให้น้ำแกงเป็นเมือก เสียวรส

ถ้าฝักยาวอ่อน ๆ

หน่อไม้ต้ม (อย่างต้นเล็ก)

พริกขี้หนูแห้ง พริกขี้หนูสด

ตะไคร้

ข่าสด

หัวหอม

หัวกระเทียม

พริกไทยเม็ด

ขมิ้นสด นิดหน่อย

ใบมะกรูด ผงชูรส, กะปิ, น้ำปลา

วิธีทำ ทำน้ำไคปลา ที่ใช้ละลายเครื่องแกง

ไคปลาใส่หม้อ ตระไคร้ทุบหั่นเป็นท่อนๆ ใบมะกรูด ขมิ้นสดทุบใส่คัม
ไปกัยไคปลา น้ำเปล่าใส่ลงไปด้วยเพราะไคปลาคั้น คัมจนไคปลา
ละลายกัยสกลัยให้ละเอียดละลายไปกับน้ำแกงด้วย ยกลง กรองเครื่อง
ที่คัมออก ให้เหลือน้ำกับไคปลา (ใช้ตะแกรงตาห่างๆ กรอง)

เครื่องน้ำพริกแกง ให้มีกลิ่นหอมตระไคร้ ใบมะกรูด (เพื่อแก้กลิ่นคาวของไคปลา)

ตระไคร้ หั่นละเอียด

ข่าสกลัยหั่นเป็นแว่นๆ

หัวหอม หัวกระเทียม ฯลฯ ให้มากหน่อยก็

พริกไทย พริกขี้หนูสดและแห้ง ถ้าชอบเผ็ดมากใส่มาก ถ้าไม่ชอบ
ใส่ให้น้อยลง

ของทั้งหมดคน โขลกเข้าด้วยกันให้ละเอียดจึงใส่กะปิ

ปลาสกลัยอย่างใดอย่างหนึ่งอย่างให้เหลือรสๆ แกะเอาแต่เนื้อปลาใส่
ปนกับเครื่องแกง ใส่มากก็จะทำให้ น้ำแกงข้น ทักเครื่องแกงละลาย
กับน้ำไคปลาที่เตรียมไว้ละลาย อย่าให้ใส ให้ข้นๆ กับน้ำไคปลา
ที่เตรียมไว้ละลาย ตั้งไฟให้เดือดชิมรสดู ถ้าไม่เค็มเติมน้ำปลา
(แต่ไคปลาไคปลาหมักเค็มอยู่แล้ว) ยกลง ใส่ผงชูรส ไคปลา
อย่างนี้รียัประทานกับผักสดที่จะใช้แกงก็ได้

จะรับประทานอย่างแกลงก็ละลายน้ำแกลงให้มากตามที่แกลงใช้น้ำที่ต้ม
ไต้ปลาใส่มากหน่อย ยกตั้งไฟให้เดือดใส่ผักที่เตรียมไว้ ผักสุกชิมรส
อย่าให้เค็มนักเพราะทานเป็นแกลง ใส่ผงชูรสยกลง รับประทานได้
อย่างที่บ้านคนรับประทานกับผักอีกก็มี เช่น แตงกวา ถั่วฝักยาว

แกลงไก่ ๓ รส

ผู้สพร ภักดีกุล

เครื่องปรุง

ไก่ ๑ กิโลกรัม (สับเป็นท่อนๆ แยกต้มชำ) มะพร้าว ๑ กิโลกรัม
(คั้นแต่พอคั้นให้น้ำท่วมไก่) ตะไคร้ หอม กระเทียม ชมัน ผิวมะกรูด
เกลือ กะปิ น้ำปลา ส้มซ่า (ถ้ามี) น้ำตาล

วิธีทำ

นำไก่ใส่ในน้ำกะทิที่คั้นไว้ เคี่ยวไปพอให้ไก่เปื่อย ตะไคร้หั่นประมาณ
๓ คัน หอมกระเทียมพอควรขมิ้นเล็กน้อย ผิวมะกรูดหั่นสัก ๑/๒ ซันชา
เกลือ กะปิ ทำให้ละเอียดเข้ากันเป็นน้ำพริก แล้วนำน้ำพริกไปผัดกับ
หัวกะทิที่เคี่ยวไก่แต่พอควรในกระทะต่างหาก ใส่ น้ำปลา แล้วจึงเอา
น้ำพริกที่ผัดไว้ ใส่รวมลงไป ในหม้อแกลง คนให้เข้ากันดี ถ้าไม่หวาน
กะทิจึงใส่น้ำตาลเล็กน้อย มีส้มซ่าให้คั้นเอาแต่น้ำ ๑ ผล ใส่ลงไปด้วย
คะเนว่าแกลงจะจืดได้ ให้ น้ำพริกหยวกที่แกะเอาเมล็ดออกแล้ว และ
มะเขือเทศลูกเล็กใส่ทั้งเม็ดและทั้งลูกลงไป ข้อสำคัญอย่าให้พริก
เผ็ดเกินไปใช้ได้ เวลารับประทานๆ ได้หมดทุกอย่าง ทั้งไก่มะเขือเทศ
และพริกหยวก (ใส่ส้มซ่าจะทำให้รสแกลงดีขึ้นมาก)

แกงเบืดสามรส (ใช้เบืดย่าง)

เสริมศรี พัฒนพงษ์พานิช

เครื่องปรุง
น้ำพริก

เบืดย่าง ๑ ถ้วย หั่นชิ้นใหญ่ มะพร้าว ๑ กิโลกรัม (๑ ส่วน)
พริกแห้ง ๑ เม็ด ตะไคร้ ๑ ต้น ข่า ๓ แว่น ขิง ๓ แว่น ผิวมะกรูด
๓ แว่น กระเทียม ๒ ช้อนขาว หัวหอม ๕ หัว ยี่ห่วยั่ว ๑ ช้อน
ขาว ลูกผักชีคั่ว ๑ ช้อนขาว น้ำปลา น้ำตาลปี๊ป ส้มซ่า
มะขามเปียก ซמןชันอย่างแฉ่นหรือผงก็ได้
มะเขือเทศผลเล็ก ๆ พริกหยวกสีเขียว-แดงพริกขี้พ้าเขียว-แดงไว้
คยแ่ง

วิธีทำ

ผสมเครื่องแกงโขลกให้ละเอียด คั้นกะทิขึ้น ๆ เอาลงเคี่ยวให้เดือด
แล้ว ตักหัวกะทิไว้ ส่วนที่เหลือใส่หม้อ ใช้เคี่ยวเปิดไฟน้อย เมื่อ
เปิดน้อยแล้วตักออก เทกะทิที่เหลือจากเคี่ยวเปิด นำเครื่องแกงลง
ผัด ในขณะผัดใส่หัวกะทิเล็กน้อย ใส่บ่อย ๆ ผัดพอเป็นน้ำมันแล้ว
ตักออกใส่หม้อเปิด แล้วนำหม้อเปิดขึ้นตั้งไฟอ่อน ๆ คั้นมะขามเปียก
ชัน ๆ ใส่ลง เค็มน้ำปลา น้ำตาลตามชอบ ตั้งไฟต่อไปสักครู่ ใส่
มะเขือเทศ พริกหยวก และหัวกะทิที่ตักแ่งไว้แล้วยกลง

แกงกะหรี่ปั่น

สมาคม วาย ดับยู ซี เอ

เครื่องปรุง

ไก่ ๔ ถ้วย มะพร้าว ๓ กิโลกรัม (ไก่ ๑ ตัวค่อมะพร้าว ๑ กิโลกรัม)
มะเขือเทศ พริกหยวก หมูสับ มะเขือเขียวยาว กระเทียม มะขามเปียก
ไข่เป็ด ๒๔ ฟอง (ต้มขอกเปลือก) น้ำปลา น้ำตาล

น้ำพริก

ตะไคร้หั่น ๑๔ คัน หอมกระเทียมมาก ๆ ลูกผักชี ยี่หว่าคว่ำ พริก
แห้ง ผีวมะกรูด กระเทียม โขลกรวมกัน แล้วใส่ในกระทะเอากระทะที่เคี่ยวไว้
จนคั้นเป็นมันซึ่งแบ่งมาจากหม้อที่เคี่ยวไว้ ใส่น้ำปลา ส้มมะขามเปียก
น้ำตาล ให้เคี่ยวใส่น้ำพริกหยวก

วิธีทำ

๑. ใ้สั้ยเป็นก้อนใหญ่ ๆ ใส่ในหม้อกระทะที่เคี่ยวไปจนเขี่ย แล้วเอาลง
ผัดในกระทะน้ำพริกที่เคี่ยวไว้
๒. ใส่ไข่เยี๊ยะคัมสุกในหม้อน้ำพริก
๓. หมูสั้ยละเอียดยแล้ว บรรจุลงในพริกหยวก ที่แกะเม็ดออก
๔. มะเขือเทศผ่า ๒ ทักทุกออกใส่ลงไป
๕. มะเขือเขี้ยวยาวผ่าลงในกระทะ เมื่อจวนน้ำพริกจะใช้ได้ หั่นตาม
ขวางหนานิดหน่อย

ยำทวาย

สมาคม วาย ดับยู ซี เอ

เครื่องปรุง

ผักขี้เหล็กฝอย ถั่วฝักยาวหั่นเกลี้ยงบาง ๆ กล่ำปลีหั่นบาง ๆ หัวผักกาด
ขาว หั่นละเอียดย ซึ่ย่าเกลือ มะเขือยาวเผาหั่นยาว กระทะ เคี่ยวให้
ซึ้น หอมซอยเจียว งาคั่ว

วิธีทำน้ำพริก

พริกแห้งเผา หอมกระเทียมเผา ปลากระรอก ผีวมะกรูด กระเทียม โขลก
รวมกัน ถั่วเขียวหรือถั่วลิสงคั่ว แล้วมาบ้น มะขามเปียกคั้น กระทะ
เคี่ยวให้แตกมัน แล้วเอาน้ำพริกที่โขลกใส่ แล้วเติม น้ำปลา
น้ำตาลปี่ ส้มมะขามเปียก ชิมรสให้คั้
หางกระทะทิ้งไฟให้เคือก แล้วใส่กล่ำปลีคั้ให้สุก ซึ้นซึ้นให้แห้ง
แล้วเอาถั่วฝักยาว ผักขี้เหล็ก คั้

วิธีจัด

จักผักกระรอก ๆ งาน เป็นซึ้น ๆ แล้วหยอกหัวกระทะ งาคั่ว หอมเจียวใน
ผักขี้เหล็กคั้ใส่ตรงกลางงาน แล้วหยอกน้ำพริกใส่กลางงาน ยกยั้ประ
ทานได้

ยำ กรอบ

ม.ร.ว. โฉมแข คมกฤษ

เครื่องปรุง

วิธีทำ

เครื่องแต่ง

ปลากรอบ แคนหมู เนื้อหมู หั่นทอดหรือต้ม หั่นชิ้นเล็กๆ
น้ำส้มซ่า น้ำมะนาว น้ำตาลปี๊ป น้ำปลา ผสมลงในซามแล้ว เอา
ลงคลุกชิมรสตามใจชอบ

ใส่หอมเจียว กระเทียมเจียว พริกแห้งหั่นฝอยทอด (ก่อนทอดให้น้ำมัน
ร้อน แล้วยกกระทะลงจึงใส่พริกที่หั่นลงแล้วเอาขึ้น) ผีเสื้อซ่าหั่น
บางใหญ่ निकน้อย

เปิดยอดสดใส่

สมาคมสตรีไทย

เครื่องปรุง

น้ำเกรวี่

วิธีทำ

เป็ดแก่ ๑ ตัว หมูครึ่งกิโล แครอท ๓ หัว รากผักชี ๑ ช้อนโต๊ะ
พริกไทย ๒/๓ ช้อนโต๊ะ กระเทียม ๑ ช้อนโต๊ะ แม็กกี้ซอส ๑ ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา ๑ ช้อนโต๊ะ ผงชูรส ๑/๒ ช้อนโต๊ะ แป้งสาลิ ๓ ช้อนโต๊ะ
ถั่วลิ้นเตา ๑/๒ ถ้วย น้ำมันหมู ซิอิ้วหวาน กล้าคอก ๑ หัว มันฝรั่ง
๑/๓ กิโลกรัม

แม็กกี้ซอส ๑ ช้อนโต๊ะ เนย หรือน้ำมัน ๒ ช้อนโต๊ะ แป้งสาลิ
๑ ช้อนโต๊ะ ผงชูรส ๑ ช้อนชา

เอาเป็ดมาลอกกระดูกออกล้างน้ำล้างให้สะอาดน้ำ เอาเนื้อหมูขยให้
ละเอียด โขลกรากผักชี กระเทียม พริกไทยให้ละเอียด ผสมไปกับ
หมูที่ขยแล้ว ใส่แป้งสาลิ แม็กกี้ซอส น้ำปลา ผงชูรส เกล็ด
ถั่วลิ้นเตากระป๋อง เกล้าให้เข้ากัน ถ้าจะชิมให้ใส่ ใบคองปิ้งชิมรสตาม

ชอบแควรถกั้มแล้วหันตามยาว แผลหมูออกเอาแควรถใส่ตามยาว แล้วห่อให้กลม ๆ บรรจุลงในตัวเบ็ทที่ถอดแล้ว ใช้ค้ายเส้นโคหน้อย เย็บ แล้วบีบให้เนื้อออกไปถึงคอขาว ๆ ตอนคอต้องเอาเชือกกล้วยรัดไว้เสียก่อน จึงบีบเนื้อที่บรรจุไปให้ยาว ๆ จะได้คักได้มากขึ้น เอาเชือกพันพอหลวม ๆ เพื่อไม่ให้แตกง่าย ซั้วหวานทาให้ทั่ว แล้วจึงบรรจุลงในรังถึงนั่งประมาณ ๓๐ นาที ยกไว้ให้เย็นจึงทอดให้เหลือง

ก่อนจะนั่งเบ็ท ควรเอากระดูกใส่ไ้รังถึง เพื่อเอาน้ำสั้ทอดไว้ทำสำหรับน้ำราด

วิธีทำน้ำเกรวี่

เอากระทะตั้งไฟต้กัณย หรือน้ำใส่กระทะ เอาแป้งสาลีลงผัด ใส่แป้งข้าวสาลีคั้มเบ็ท ผงชูรส ชิมรสดูตามชอบอย่าให้ค่นมากนัก เอากล่ำคอกลวกพอสุก มันฝรั่งหันตามยาวทอดให้แห้งข้าง ๆ ตัวเบ็ท ที่หันเป็นแผ่น ๆ

ไก่เหล้าแดง

อรวรรณ มกรมณี

เครื่องปรุง

ไก่ ๑ ตัว น้ำมันหมูพอทอดไก่ กระเทียมทุบสั้ให้ละเอียด ซั้วฉั้ว ๑ ช้อนโต๊ะ พริกไทยครึ่งช้อนชา น้ำตาล ๒ ช้อนโต๊ะ ผงชูรส นิดหน้อย ซั้วสั้มะเขือเทศ ๓ ช้อนโต๊ะ เหล้าแม่โขง ๑ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

ไก่คั้เป็นท่อน ๆ ประมาณ ๒ นิ้ว ทอดในน้ำมันหมูพอเหลืองคักขึ้น พักไว้ น้ำมันที่เหลือ ใส่กระเทียมลงไปเจียวให้เหลือง ใส่ซั้วฉั้ว ๑ ช้อนโต๊ะ พริกไทย น้ำตาล ผงชูรส ซั้วสั้มะเขือเทศ เหล้า เติมน้ำมันคั้หน้อย ใส่ไก่เค็ยวคั้ไปให้ไก่เปียก และน้ำคั้ เหลือน้ำพอหล่อคั้งาน.

ขนมจีนไก่

ม.ร.ว. เปรมปรีดี เกษมศรี

เครื่องปรุง

ขนมจีน ไก่ ๑ ตัว

มะพร้าว ๑ กิโลกรัม

วิธีทำ

หม้อหุง:— แดงกวา คันหอม ผักชี

น้ำพริก:— พริกสด กระเทียม น้ำปลา มะนาว น้ำตาลขี้ก
คันกะทิหัวหางปนกัน อย่าให้ใส่นัก ทั้งไฟพอเดือด หั่นไก่คิคกระทุก
เป็นชิ้น ๆ ล้างน้ำใส่ลงในหม้อกะทิ ใส่ข้าวอ่อน ปอกเปลือกหั่นเป็น
แฉ่น ๆ ล้างน้ำมะนาวให้ขาวก่อนลงหม้อไก่ใส่เกลือนิดหน่อย พอมี
รสเค็มน้อย ๆ ต้มไปจนไก่เปื่อย ยกลงพักไก่ฉีกเนื้อไก่เป็นชิ้นเล็ก ๆ
ใส่ลงในหม้อคนให้ทั่วพอเดือดยกกลง

แดงกวาซอยแค่นี้ ผักชีเด็ด คันหอมสีกั้นขวาง ๆ ตันตลอด
คัน จักใส่จานเป็นกอง ๆ

น้ำพริกสำหรับราด:— โขลกพริกสดกับกระเทียม ใส่พริกมาก
น้อยตามชอบ ละลายน้ำปลาก็ มะนาว น้ำตาล ชิมรสตามชอบ

วิธีรับประทาน

จักขนมจีนใส่จาน ราดไก่ โรยหม้อต รากน้ำพริก (มากน้อย
ตามชอบ)

ปลาทุ้มกับซอสมะเขือเทศ

ม.ล. ยุพิน สนิทวงศ์

เครื่องปรุง

ปลาทุ้มสดตัวงาม ๑๐ ตัว พริกไทยดำ ๑๕ เม็ด ซอสมะเขือเทศอย่าง
ชวก ๖ ถ้วย เกลือป่น ๑ ช้อนโต๊ะ น้ำมันหมูเจียวใหม่หรือน้ำมันพืชอย่างก็
๖ ถ้วย น้ำ ๑ ถ้วย

วิธีทำ

๑. ปลาทุ กัดหัวคัทหางควักไส้ออก ส่วนหัวปลาคัทแก้มออกเหลือไว้
แต่สันแข็งล่างน้ำ
๒. นำปลาที่ทำแล้วลงแช่ในน้ำเกลือ (เกลือ ๑ ช.ค. ค่อน้ำ ๑ ถ้วย)
ให้ท่วมตัวปลา เวลาประมาณ ๒๐ นาที เมื่อแช่ปลาครบ ๒๐ นาที
แล้ว เทน้ำออกจากท้องให้หมด แล้วเคล้าด้วยเกลือ ๑ ช้อนโต๊ะ
ให้ทั่ว แล้วเอาหัวปลาใส่ท้องทางก้านปลายปาก หันสันแข็งไว้ให้อยู่
ทางพันท้อง
๓. เรียงปลาสลัหัวหางลงในหม้อ ใส่พริกไทย ใบกระวาน น้ำซอส
มะเขือเทศ น้ำมันหมูผสมลงกัน เทราดลงบนตัวปลา ปิดฝายก
ขึ้นตั้งไฟ เคี่ยวไฟแรง ประมาณ ๓ ชั่วโมง หรือจนกว่าจะไค้ที่

กุนเชียง

ม.ล. ยุพิน สนิทวงศ์

เครื่องปรุง

เนื้อหมูหันชิ้นเล็ก ๕ ถ้วย
 มันหมูแข็งหั่น $\frac{1}{2}$ ถึง ๑ ถ้วย
 น้ำตาลทราย $\frac{1}{2}$ ถ้วย
 ซอขาวอย่างคี่ ๑๑ ช้อนโต๊ะ
 ซอว์คำ ๒ ช้อนชา
 กินประสิวปั่นละเอียด ๑ $\frac{1}{2}$ ช้อนชา

วิธีทำไส้หมู

ลอกเยื่อที่หุ้มไส้หมูออกให้หมด กลับไส้เอาข้างในออก เคล้าด้วย
 เกลือป่น ล้างให้หมดเปลือก ใช้น้ำล้างอีกครั้งหนึ่ง เพื่อให้ไส้หดรตัว
 ลงข้างเล็กน้อย กลับเอาข้างนอกออก เอาขนแขวนไว้ให้เสกค่อน้ำ

วิธีคลุกไส้สำหรับบรรจุ

๑. มันหมูแข็งที่หั่นแล้ว คลุกกับน้ำตาลทราย หมักค้างคืนเอาไว้สัก ๑ คืน
๒. เนื้อหมูคลุกกับดินประสีว ให้เข้ากันเสียก่อน แล้วจึงใส่มันหมู ชั่ว และเกลือ
๓. การบรรจุไส้ควรผูกเป็น ๒ เปราะ และอย่าให้แน่นจนเกินไป จะแห้งช้า
๔. เวลาตากต้องให้แดดจก และเมื่อตากไปแล้วประมาณ ๒-๓ ชั่วโมง ต้องเอาปลายไม้แหลมเล็กหรือเข็มหมุดสักให้ทั่ว เพื่อให้มันจาก ทงนเพื่อมิให้ทุนแข็งมีรสเปรี้ยว

ไส้กรอกข้าวโพด

ม.ล. ยพิน สนิทวงศ์

เครื่องปรุง

พริกแห้ง ๑๕ เม็ด, ฝ่าแล้วล้างเมือกออกให้หมด ชำยาเกลือล้างน้ำ ให้หายเค็ม บิบน้ำให้แห้ง หัวหอมปอกเปลือกหั่น ดวงให้โต ๖ ด้วย กระเทียมปอกเปลือกหั่น ดวงให้โต ๖ ด้วย รากผักชีหั่นให้ติดกัน หั่นละเอียด ๓ ช้อนโต๊ะ ข้าวปอกเปลือกหั่นละเอียด ๑ ช้อนโต๊ะ ผีวมะกอกหั่นละเอียด ๑ ช้อนโต๊ะ ตะไคร้หั่นฝอย ๒ ช้อนโต๊ะ เครื่องปรุงทั้งหมดนี้โขลกให้ละเอียดมากที่สุด ข้าวโพดอ่อนต้มให้สุกผ่าน บางๆ ดวงกดแน่นให้โต ๕ ด้วย ใ้โก๋ขนาดเล็ก ๑ ตัว เสาระกระดูก หนักออกให้หมด เนื้อหมู ๖ ก.ก. แล้วผัดผัดออก หั่นใ้โก๋และเนื้อหมู สับ รวมกันให้ละเอียด ถัวทองควให้หอม แล้วโม่ให้ละเอียด ๑ ด้วย ใ้กรอกในกระทะแผ่นบางๆ หั่นฝอย ๑ ด้วย มะพร้าวขูด ๒ ก.ก. คั้นเข็นน้ำกะทิ ๕ ด้วย น้ำตาลทราย ๖ ด้วย น้ำปลา ๖ ด้วย ผงชูรส ๑ ช้อนชา

วิธีทำ

เอาข้าวโพด เนื้อไก่และหมูที่สับไว้รวมกัน ตักน้ำกะทิใส่ที่ละน้อย กวนจนข้าวโพดกับเนื้อหมูนุ่ม ใส่ น้ำพริกที่โขลกละเอียด แล้วกวนต่อไปใส่ถั่ว (ในขณะที่กวนต้องตักกะทิใส่ไปเรื่อย ๆ) จนกระทั่งขึ้นกลิ่นหอม ใส่ไข่หั่นฝอยคนให้เข้ากัน ใส่ น้ำตาล น้ำปลา ผงชูรส (ถ้าจะต้องการรส เค็ม หวาน ให้ปรุงรไปตามความต้องการ)

การบรรจุใส่

ใส่หมูอย่างแห้งหรือสดก็ได้ ถ้าใช้ใส่อย่างแห้งต้องนำมาล้างน้ำให้นุ่ม เวลากรอกใส่เสร็จแล้วมีผักเป็นคำ ๆ ใหญ่เล็กตามแต่ความต้องการ

ไก่เล็ครส

สมาคมสตรีไทย

เครื่องปรุง

๑. ไก่ (ตัวเมีย) (ไก่ทอง ๒ ก.ก.) ๑ ตัว เอาไก่อ่อนขนาดตัวละ ๒ กิโล
๒. น้ำมันหมู
๓. มะเขือเทศ
๔. สับปะรด
๕. แดงกวา

วิธีทำ

๑. ไก่ชำเสร็จ เอาเครื่องในออกให้หมด ตักขาที่อ่อนล่างออกล้างให้สะอาดแล้วเอามาลวกน้ำพะโล้ เสร็จแล้วเอาแขวนผึ่งให้แห้งน้ำ
๒. ตึงน้ำมันหมูให้ร้อนจัด (น้ำมันหมูประมาณครึ่งกะทะ) แล้วเอาไก่ลงไปทอดให้หนังไก่เป็นสีแดงจึงเอาขึ้น
๓. แล้วเอามัดแล้วเอาเฉพาะหนังไก่ ให้ติดเนื้อนิด ๆ ใส่จาน ควรวักให้เข้ารูป (ไก่) ส่วนข้าง ๆ านก็เอามะเขือเทศ สับปะรด แดงกวา วางให้สวย

เครื่องแกล้ม

ใช้แป้งเปราะเปียะ หรือขนมปัง (ถ้าเปลือกขนมปังยังออก) ก็ได้
ใช้น้ำเต้าเจี้ยวอย่างใดใส่น้ำตาลทรายขาว ผงชูรส หรือจะใช้ซอส-
มะเขือเทศแทนก็ได้

น้ำพะโล้

รากผักชี และเครื่องยาจีน ต้มให้เดือด แล้วเอาไก่ลงไปลวกทั้งตัว พอให้หนังสุกนิด ๆ

ไก่ย่างบันดง

มาลินี กมลพร

เครื่องปรุง

ไก่	๑	ตัว	พริกแห้ง	๗	เม็ด
กระเทียม	๒	ช้อนชา	น้ำส้มมะขาม	๑	ช้อน
น้ำตาล		เกลือ			

วิธีทำ

ล้างไก่ให้สะอาด ตัดหัวและขาไก่ออก ผ่าไก่ออกเป็น ๒ ซีก ย่างไก่บนเตาถ่านจนไก่เหลือง หมั่นกลับไก่ทั้ง ๒ ข้างให้สุกทั่วทั้งปีกไว้ แล้วโขลกเครื่องแกงดังนี้ พริกโขลกให้ละเอียด ใส่กระเทียมโขลกด้วยกัน คั่วจน ผสมด้วยน้ำมะขาม น้ำตาล และเกลือเข้าด้วยกัน ชิมรสให้จัด ๆ แล้วแต่ว่าจะชิมรสไหนน้ำ เสร็จแล้วนำไก่ที่ย่างไว้แล้ว ๕ ขนมาชุบให้เนื้อไก่ชุ่มเล็กน้อย จึงเอาชิ้นไก่ลงชุบในเครื่องแกงให้ทั่วชิ้น ยกขึ้น ย่างกลับไปกลับมาก็กักประเดี๋ยวเป็นอันใช้ได้ ไก่ชิ้นนี้ จะทานกับข้าวมัน หรือข้าวเหนียวก็ได้

สะพานเกิดดี กับ ขออาหารทะเล (สำหรับประมาณ ๔ คน)

สมาคมสตรีไทย

เครื่องปรุง

อาหารทะเลที่ใช้	
ปลาหมึก	๓ ซีก ของ กิโล
หอยแมลงภู่	๓ ซีก ของ กิโล
กุ้งแช่	๓ ซีก ของ กิโล
พริกหยวก	๓ หัว

เห็ดกระป๋อง	๑ กระป๋อง
ซีสสมะเขือเทศกระป๋อง	๒ กระป๋อง (เล็ก)
ผักชีฝรั่งสับ (ถ้ามี)	๒ ช้อน
ใบกระวาน	๒ ใบ
หอม	๒ หัว
กระเทียม	๓ กลีบ
เนย, หรือ มาการีน, หรือ น้ำมันพืชชนิดดี	๓ ช้อน ของ กิโล
เหล้าองุ่นหรือบรันดี	๑ ถ้วย
เนยปั่น	๓ ช้อน ของ กิโล
สเปาเก้ดัก	๒ กล้อง
เกลือ พริกไทย	

วิธีทำ

๑. ต้มสเปาเก้ดักให้สุกเพื่อเตรียมไว้
๒. ทำความสะอาดอาหารทะเลทั้งหมด และหั่นปลาหมึกเป็นแว่น ๆ กุ้งใช้ทั้งตัว
๓. หั่นพริกหยวกเขียวเป็นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ และเห็ดกระป๋องควย สับผักชีฝรั่งเพื่อใช้โรยหน้า หั่นหอมเป็นฝอยสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ และสับกระเทียมปั่นไปในหอม
๔. ต้มกะทะและใส่น้ำมันนิกน้อยแบ่งเอาหอมและกระเทียมส่วนหนึ่งเจียวไปจนสีเหลือง นำอาหารทะเลทั้งหมดใส่พร้อมกันคลุกให้ทั่วและเอากระวานใส่ทันที ตั้งไฟพอประมาณแล้วจึงนำเฉพาะอาหารทะเลขึ้นจากกะทะใส่ภาชนะเตรียมไว้ สำหรับน้ำที่อยู่ในกะทะกรองให้สะอาดเก็บไว้ประกอบอาหาร

๕. นำกระทะตั้งไฟอีกครั้ง และใส่น้ำมันเนยพอร้อนก็เอาหอมที่เหลื
ทั้งหมดใส่ในกระทะจนสีเหลืองทอง และนำซอสมะเขือเทศผัดใส่
คลุกกับน้ำมันจนเป็นสีแดงสด
๖. นำพริกหยวกที่หั่นเตรียมไว้ พร้อมทั้งหั่นกระป๋องที่หั่นไว้ด้วย
ใส่ไปในซอสคลุกกันจนทั่วเกือบสุก จึงนำอาหารทะเลที่ผัดไว้
ครึ่งแรกใส่ลงไป คลุกให้ทั่วกัน เมื่อทั่วกันแล้วจึงเติมเหล้าองุ่น
หรือบรั่นดีและนำเครื่องปรุงที่ได้จากการผัดครั้งแรก จะได้เป็น
ซอสและมีอาหารทะเลชิ้นปนกัน
๗. เติมรสเท่าที่ชอบ
๘. นำสะปาทีกัดที่สุกแล้วคลุกกับน้ำมันเนยอีกครั้งให้ร้อน ใส่ใน
ภาชนะที่จะเสิร์ฟ และราดด้วยซอสอาหารทะเล โรยด้วยผักชี
ที่สับไว้เพื่อสวยงาม เวลารับประทานใช้ส้อมกับเนยปั่น

ไข่เขว้าวรี (Savoury Egg)

คำรับ Miss. Patterson สมาคม วาย ดับยู ซี เอ

เครื่องปรุง

ไข่ไก่ ๖ ฟอง ผักชีสับละเอียด ๑ ช้อนชา ซอสมะเขือเทศ ๓ ช้อนชา
คันหอมสดสับละเอียด ๑ ช้อนชา น้ำสลัด ๓ ช้อนชา ผักกาดหอม
(เลทเฟส) ผงกาหรี ๑ ๐ ช้อนชา เกลือ พริกไทย

วิธีทำ

๑. เลือกไข่สด ๖ ฟอง ใส่ลงไปนึ่งน้ำเย็น เทหยาเรกลงไป
ในน้ำต้มไข่เล็กน้อย กันมิให้ไข่แตก ต้มนาน ๑๕ นาที นำไป
แช่น้ำเย็นราว ๆ ๕ นาที เพื่อล้างครายเขียว ๆ ที่เนื้อไข่ให้หมดไป
๒. ปอกไข่ แล้วหักตามขวาง เอาไข่แดงออกใส่ลงในชาม นำไข่
ขาว (รูปถ้วย) มาคว่ำให้ลึก และส่วนที่คว่ำออกนั้น เอาจะ
ใส่หนูนรองไข่

๓. ใช้ข้อมือไขไข่แดงใส่ซ้อสมะเขือเทศ ผงกระหรี่ น้ำสลัก(มายองเนส) เกลือ พริกไทย ผสมให้เข้ากันดี น้ำสลักจะใส่มากน้อยนั้นแล้วแต่ส่วนผสม
๔. ตักส่วนที่ผสมลงในไข่ขาวที่เตรียมไว้ โรยด้วยผักชีเล็กน้อย นำไปเก็บในตู้เย็นก่อนรับประทาน อาหารนี้อาจะเก็บไว้ในตู้เย็นได้นานถึง ๒ วัน และควรใส่ภาชนะที่มีฝาปิด มิฉะนั้น Savoury egg จะได้ไม่แห้ง

การรับประทาน ในนิวซีแลนด์นั้นเขานำไข่ Savoury egg แต่ละก้อนวางลงไปใบบั๊กกาสลัก (เล็ทเฟิส) และรับประทานกับขนมปังทาเนยหรือรับประทานกับแซนวิช (Sandwich) ในการเลี้ยงอาหารว่างสำหรับประเทศไทยก็เหมาะที่จะรับประทานกับข้าวได้เป็นอย่างดี.

พรอนโต หัตส์

ตำรับ มิสเตอร์ โคนแนลท์ มิลลิงสเลย์ สมาคม วาย ดับยู ซี เอ

- เครื่องปรุง** ไข่กรอก แป้งสำหรับชุบทอด น้ำมันพืช
- ส่วนผสมของแป้งนวม** ๑ ถ้วย แป้งทำบิสกิต ๒ ถ้วย ไข่ ๒ ฟอง คอว์นเฟลค ๑ ถ้วย
- วิธีทำ** ๑. ร่อนแป้งลงในชาม ต่อยไข่ใส่ลงไป แล้วคนให้เข้ากัน ค่อย ๆ ใส่ส่วนผสมที่ละน้อย ๆ จนขึ้นพอจะชุบไข่กรอกได้ ใส่คอว์นเฟลคลงไปผสมให้เข้ากัน (คอว์นเฟลคจะช่วยทำให้กรอบ)
๒. ไข่ไม้ที่เหลาเล็ก ๆ เสียบไข่กรอกจุ่มลงไป แป้งที่ผสมไว้
๓. ทอดในน้ำมันที่ร้อนราว ๓ นาที
- หมายเหตุ** รับประทานร้อน ๆ

สตูว์เนื้อโค มารี-หลุยส์ (Journedos Maree - Louish)

สมาคมสตรีไทย

เครื่องปรุง	เนื้อสันใน	๑๒๐-๑๕๐	กรัม	ต่อ ๑	ชิ้น
	หมูเบคอน	๑	แผ่น		
	ขนมปัง	๑	แผ่น		
	มะเขือเทศ	๑	ผล		
	เห็ดกระป๋อง	๑	คอก		
	มันทอดแบบ french fried	๑	หัว		
วิธีทำ	ผักกาดหอม หรือผักชี สำหรับประดับ เพื่อให้ดูสวยงามขึ้น				
	ตัดเนื้อให้เป็นท่อน ๆ ขนาดหนาประมาณ ๒ ๑/๒ นิ้ว เอาหมูเบคอนพันรอบก้อนเนื้อ ผูกให้เรียบร้อยและนำไปทอดให้สุก นำมะเขือเทศซึ่งต้มสุกแล้วลอกเปลือกออก ทอดขนมปังทั้งแผ่น				
ก่อนรับประทาน	นำขนมปังวางลงในจาน นำชิ้นเนื้อที่ทอดแล้ววางบนขนมปัง วางมะเขือเทศบนเนื้อและเห็ดบนมะเขือเทศ มันทอด และผักวางรอบ ๆ ให้ดูสวยงาม				

เทนเดอร์ลอนสเต็ก ปราศจากติ (จำนวนต่อ ๑ คน)

สมาคมสตรีไทย

เครื่องปรุง	เนื้อสันใน	๒๕๐	กรัม (๑/๔ ก.ก.)	โรยด้วยเกลือบ่น	พริกไทยบ่น
	กั๋ยห่านแท้ ๆ	๒๐-๓๐	กรัม (ประมาณ ๑ ช้อนโต๊ะ)		
	เบคอน	๒	ชิ้น		
	หมูแฮมหั่นบาง ๆ	ชิ้นสวย	๒	ชิ้น	
	เนย				

วิธีทำ

ผ่าตรงส่วนหนาของเนื้อพอเป็นช่องแต่ไม่ถึงกับขาดออกจากกัน ยกไว้ด้วยคัตยาน แล้วทอดในเนย ไฟไม่แรงนัก ประมาณ ๑๐—๑๕ นาที เชื้อขึ้นข้างกระทะ ทอดเบาคอนและแฮม ที่ละอย่าง ทักผลงาน

ข้อสมมาเตียร่า

สมาคมสตรีไทย

เครื่องปรุง

หอมเล็ก ๔ หัว สับละเอียด (หอมไทย)
เหล้าไวน์มาเกียร่า ๔๐ กรัม (เกือบ ๑ ช้อนโต๊ะ)
Deminglace ๔๐ กรัม (เกือบ ๑ ช้อนโต๊ะ)
เนย

วิธีทำ

เจียวหอมในเนยจนเหลืองจัด ใส่เหล้ามาเกียร่า และ Deminglace ๔๐ กรัม ตั้งไฟรุ่ม ๆ เคี่ยวไปจนงวดลงครึ่งหนึ่ง เติมเนยสดเล็กน้อย แล้วตักกลาหน้าเนื้อในงาน ประคบน้ำด้วยผักต่าง ๆ และมันฝรั่งโครเกต (ขึ้นเป็นก้อนแล้วทอด)

มันฝรั่งโครเกต

มันฝรั่งปอกเปลือกแล้วต้มจนสุกคงให้แห้ง ยกให้ละเอียดผสมกับไข่แดงของไข่ไก่ เกลือย่น พริกไทย ขึ้นเป็นก้อนกลมเกลือกในแป้งสาลี แล้วรุ่มลงในไข่ไก่คั้นที่คั้นพอแตกให้ทั่ว แล้วเกลือกลงในผงขนมปังขึ้นให้จับทั่วกัน ทอดในน้ำมันมาก ๆ ไฟไม่แรงนัก จนเหลืองตลอดทั้งก้อน ทักลงวางบนกระดาษซับน้ำมันเสียก่อน

โบรเช็ตต์ (Brochette)

สมาคมสตรีไทย

เครื่องปรุง

๑. ไก่
๒. เบคอน
๓. เห็ด (Mushroom)
๔. ไม้สำหรับเสียบ
๕. น้ำมันสลัก

วิธีทำ

ไก่หั่นขนาดกว้าง ๒ นิ้ว เป็นสี่เหลี่ยมพร้อมทั้งเบคอนด้วย เห็ดเอาทั้งลูกเสียบไม้สลักกันไป ก่อนทอด คลุกด้วยน้ำมันสลักและเกลือพริกไทย ทอดด้วยน้ำมันเนย ราดด้วย Mushroom Sauce รับประทานพร้อมกับ Sweetpeas และมันฝรั่งทอด มะเขือเทศทอดทั้งผล

วิธีทำ Mushroom Sauce

สมาคมสตรีไทย

เครื่องปรุง

๑. เนย
๒. หอมหัวใหญ่
๓. ออชเชย ใบออชเชย
๔. Tomato paste
๕. แป้งสาลี
๖. Red wine
๗. Mushroom

วิธีทำ

เนยผัดกับหอมหัวใหญ่ใส่ Tomato paste และแป้งสาลีผัดจนเหลืองแล้วใส่น้ำซุปรดมันจนเข้าเนย แล้วใส่ออชเชยและใบออชเชย เคี่ยวต่อไปจนเห็นว่าเข้าเนื้อแล้ว จึงกรอง เสร็จแล้วใส่ Mushroom ที่หั่นแล้ว และ Red wine

เอสคาโลป (Escalope)

สมาคมสตรีไทย

เครื่องปรุง

๑. เนื้อลูกวัว
๒. เนยแข็ง (Cheese)
๓. แฮม
๔. เกลือ พริกไทย
๕. แป้งสาลี
๖. ชนมะยั้ง
๗. น้ำมันเนย

วิธีทำ

เนื้อลูกวัวหั่นบาง ๆ เนยแข็งหั่นบาง ๆ แฮมหั่นบาง ๆ เอาเนื้อลูกวัว
๒ ชิ้น ประกบกับแฮมและเนยแข็ง เสริ่งแล้วชุบแป้งกับชนมะยั้ง
และทอดด้วยน้ำมันเนย
รับประทานกับมันฝรั่งทอด และมะเขือเทศทอด

ซิกเกน อิน วายน์ ซอส

มิสซิส อี. แมนเดอร์บาม สมาคม วาย ดับยู ซี เอ

เครื่องปรุง

อกไก่	๘	อก
น้ำมันสำหรับทอด	๑/๒	ถ้วย (ใช้น้ำมันอะไรก็ได้)
หอมใหญ่	๒	หัว สับละเอียด
เหล้าร่นคั	๒	ถ้วย
กระเทียม	๔	หัว สับละเอียด
แป้ง	๑/๔	ถ้วย
เหล้าแดง	๑/๒	ขวด

น้ำสต็อก	๑/๒	คว็อก (ประมาณ ๑ ถ้วยกว่าๆ)
ผักชี ใบกระวาน	๒	ใบ และ
ซอสมะเขือเทศ	๒	ซอสนิโตะ

เกลือ พริกไทย และน้ำตาลสำหรับปรุงรส

ผักสำหรับตกแต่ง หอมกระเทียม ๑ กระเทียมเล็ก (ถ้าไม่ใช่หอมกระเทียมก็ใช้หอมสกลแทน โดยต้มให้นิ่ม แขน้ำเย็นสักระยะเดียว สงขึ้นไว้ให้เสกคั้นน้ำ) แล้วผักให้เหลือองโดยใช้น้ำมันเล็กน้อย เติมเกลือ พริกไทย และน้ำตาล ผักไปมาจนเหลือองทั่วกัน เติบ ล้างให้สะอาด หั่นบางๆ แล้วทำวิธีเดียวกันกับทำหัวหอม (แต่ไม่ต้องต้ม)

วิธีทำ

ใช้น้ำมันทอดไก่จนเหลือง แล้วใส่หอมสับลงไป พอหอมเหลืองกรองเอาน้ำมันออก ใช้เหล้าขรินคี่ ๒ ไปใส่ลงบนไก่ พอเปลงไฟขุบ จึงใส่กระเทียมสับลงไป พรอมแป้งลงบนไก่จนทั่ว ตั้งไฟอ่อนๆ จนแป้งสุก เติมเหล้าแคงครึ่งขวดและน้ำสต็อกครึ่งควอกลงไป เคี่ยวไฟอ่อนๆ (ห่อผักชีใบกระวาน ก้วยฉ้ามัดให้แน่นใส่ลงไปด้วย) เติมเกลือ พริกไทย ซอสมะเขือเทศลงไป ต้องคอยคนอยู่เสมอ มิฉะนั้นแป้งจะคึดหม้อ เคี่ยวไปประมาณ ๑/๒ ชั่วโมง หลังจากนั้นใช้ช้อมแทงดู ถ้ายังคึดช้อมแปลว่ายังไม่สุกคี่ เมื่อสุกคี่แล้วยกลงพักไว้ ส่วนน้ำซอสที่เหลือนี้ ถ้าคั้นกคี่แล้วถ้าไม่คั้นเติมแป้งลงไป ๒ ช้อนโต๊ะ ถ้าสีไม่แคงพอ ก็เติมสีแคงได้ ใบกระวานที่ห่อผ้าไว้นั้นต้องบิให้แห้ง ใส่ไก่ลงในจานเสิร์ฟ พรอมก้วยขรินคี่ แต่งก้วยหอมและหัตถ์ครอบๆ รากซอสลงบนไก่ตั้งไฟก่อนเสิร์ฟ โรยก้วยผักชีสับ เสฟก้วยมันฝรั่งคัมหรือข้าวสวย.

ชีสคาบอบเนื้อ (Beef Shish Kabob)

มีสชีสแบบคคาห์ สมาคม วาย ดับยู ซี เอ

ปรุงง่าย ๆ เหมาะสำหรับงานที่มีคนจำนวนมาก ๆ

เครื่องปรุง	หมูเบคอน	๑/๒	กิโลกรัม
	หอมใหญ่	๓	หัว
	สับปะรด	๑	ผลใหญ่
	พริกเขียว	๔	เม็ดใหญ่
	มันฝรั่ง	๑/๒	กิโลกรัม
	เนยสด	๑	กิโลกรัม
เครื่องปรุงรส	คัทชี	๑/๒	ชาม
	น้ำมันสลิก	๑	ช้อนโต๊ะ
	น้ำตาล	๑	ช้อนชา
	เกลือ	๑	ช้อนชา

วิธีทำ

ทอดหมูเบคอนให้น้ำมันออกให้หมด แต่ไม่ต้องให้เกรียม พักไว้ใช้น้ำมันที่อยู่ในกระทะผัดหอมใหญ่ซึ่งหั่นไว้แล้ว กระบุงให้วนสุกแค่อุ่นๆ ให้เกรียม
หั่นเครื่องปรุงอื่น ๆ ขนาดพอคำ แล้วเสียบไม้ใส่สลักกันไป ส่วนที่กระमान จะทำได้ประมาณ ๒๔ ไม้
ปิ้งไฟแรง ๆ ประมาณ ๓ นาที แล้วกลับอีกข้างหนึ่งขึ้น พร้อมซอสที่ผสมแล้วลงบนเนื้อ ปิ้งต่อไปอีก ๓ นาที

วีล สคอลลโลปินี (Veal Scal Popini)

มีสชีสแบบแมน สมาคม วาย ดับยู ซี เอ

เครื่องปรุง	เนยสดใน	๒	ปอนด์	แป้ง	๑/๒	ถ้วย	
	เกลือ	๑	๑/๑	ช้อนชา	พริกไทย	๑/๔	ช้อนชา
	น้ำมันสลัก	๑/๔	ถ้วย	ผงชูรส	๑/๔	ช้อนชา	

วิธีทำ

เหล้าขาว ๑ ถ้วย น้ำ ๑/๒ ถ้วย
 น้ำมะนาว ๑ ช้อนชา ใบโหรีจิโน ๑/๒ ช้อนชา
 กระเทียม ๒ หัว โอลิฟั่นแล้ว ๑ ถ้วย

ผสมแป้งกล้วยเกลือก พริกไทย แล้วนำขึ้นเนื้อลงคลุก วางบนกระดาน
 พรมด้วยผงชูรสและใบโหรีจิโน ทูบให้นิ่มแล้วหั่นขึ้นขนาดพอคำ (หั่น
 หนาประมาณ ๑/๘ นิ้ว)

ใช้น้ำมัน ๑/๒ ถ้วย เจียวกระเทียมให้เหลือง ตักขึ้นพักไว้ แล้วใส่เนื้อ
 ลงไป เติมเหล้า ๑/๒ ถ้วย ใส่น้ำ และน้ำมะนาวลงไป ปิดฝาเคี่ยวไป
 ประมาณ ๓๐ นาที ก่อนที่จะเสิร์ฟจึงเติมเหล้าอีก ๑/๒ ถ้วยลงไป และ
 ใส่โอลิฟลงไป ใช้เสิร์ฟกับข้าวหรือใช้ราดเส้นสปาเกตตี้ ส่วนนี้
 สำหรับ ๘ คน

สปีตเบิล

มิสซิสแควร์ล คริสเตียน สมาคม วาย ดับยู ซี เอ

เครื่องปรุง เนื้อสันใน ๑ กิโลกรัม หมูเบคอน ๓๐ กรัม หั่นเป็นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็กๆ
 น้ำส้ม ๑/๔ ลิตร (ถ้าไม่ชอบเปรี้ยวก็ไม่ต้องใส่หมด) น้ำ ๑ ลิตร
 เกลือ ๑ ช้อนโต๊ะ หอมใหญ่ ๑ หัว สับละเอียด
 หอมใหญ่ ๑ หัว ผานบางๆ ใบกระวาน ๒ ใบ
 มะนาวผลใหญ่ผานบางๆ ๑ ผล มะเขือเทศ ๓ ผล หั่นเป็นชิ้นเล็กๆ
 แป้ง ๕ ช้อนโต๊ะ นมเปรี้ยว ๓ ช้อนโต๊ะ
 พริกไทยตามชอบ ผักชีหั่นประมาณ ๑ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

ล้างเนื้อให้สะอาด ทูบเบาๆ พอทั่ว เาะให้เป็นช่องรอบๆ กันเนื้อ
 แล้วจึงใส่หมูเบคอนที่หั่นเป็นชิ้นเล็กลงไปตามช่อง เหลือไว้ประมาณ
 ๓ ช้อนโต๊ะ สำหรับผัดกับหอมใหญ่ที่สับไว้

ต้มน้ำ ๑ ลิตร น้ำส้ม ๑/๔ ลิตร เกลือ ๑ ช้อนโต๊ะ หอมใหญ่ที่ผ่านบาง ๆ
ใบกระวาน ๒ ใบ มะนาวผ่านบาง ๆ พริกไทย ต้นผักชีเข้าด้วยกัน ต้ม
ให้เดือดแล้วยกลงทิ้งไว้ให้เย็น เมื่อเย็นแล้วเทรากลกลงบนก้อนเนื้อ
หมักทิ้งไว้ในตู้เย็นประมาณ ๔-๖ วัน ระหว่างนี้ต้องหมั่นกลับอยู่เสมอ
หลังจาก ๔-๖ วันแล้ว ยกขึ้นเนื้อออกชั้ด้วยผ้าสะอาดให้แห้ง ผักหมู
เบคอน ๓ ช้อนโต๊ะ ที่เหลือกับหอยใหญ่ที่สับไว้เข้าด้วยกัน พอเหลือก็
จึงนำเนื้อลงทอด แล้วจึงใส่น้ำเนื้อที่หมักไว้ลงไป (ต้องกรองเสียก่อน)
เคี่ยวไปจนเปื่อยประมาณ ๑๑/๒ ชม. ก่อนยกลงใส่หม้อเปรี้ยว มะเขือ-
เทศและแตงสาละ (ผสมน้ำเล็กน้อย) ลงไป พอเดือดทั่ว ชิมปรุงรส
ตามชอบ ยกลง

วิธีทำตัวแป้ง

แตงสาละ ๑ ปอนด์ (เท่ากับ ๓ ถ้วยตวง) น้ำ ๑/๔ ลิตร (เท่ากับ
๑ ถ้วยตวงกว่าเล็กน้อย) เกลือ ๑ ช้อนโต๊ะ ไข่ไก่ ๒-๓ ฟอง
ค่อย ๆ ผสมแป้งกับน้ำให้เข้ากัน แล้วจึงใส่เกลือลงไป คนจนเข้ากันดี
กักที่ละชั้นลงในน้ำเดือดที่ใส่เกลือเล็กน้อย พอลอยตัวขึ้นจุ่มในน้ำ
เย็นอีกครั้ง สงให้แห้ง แต่งหน้าด้วยขนมปังขึ้นทอดกับเนยก่อนเสิร์ฟ

มีทโลฟ

มิสซิสเฟรด คีฟ สมาคม วาย ดับยู ซี เอ

เครื่องปรุง

เนื้อมะเขือเทศ	๓/๔	กิโลกรัม
หมูยอ	๑/๔	กิโลกรัม
หอมใหญ่	๑	หัวสับละเอียด
เกลือ	๒	ช้อนชา
พริกไทย	๑/๔	ช้อนชา
ผักชีหนึ่ง	๑/๔	ช้อนชา ถ้ามี

มัสตาค	๑/๒	ช้อนชา
ขนมปังขิง ๆ	๕	แผ่นหนาสีเหลืองมเล็ก ๆ
นมร้อน	๑	ถ้วย (ใช้น้ำมะขี้เฒ่แทนได้)
ไข่เค็มแล้ว	๒	ฟอง
เคษขนมปัง	๑	ถ้วย ถ้าไม่มี ไข่ขนมปังครีม- แครกเกอร์แทน
ซอสวอร์เชสเตอร์ไชย	๑	ช้อนโต๊ะ
ซอสพริก	๑/๒	ถ้วย (หรือจะใส่คัสชีแทนก็ได้)
น้ำสุก	๑/๒	ถ้วย

วิธีทำ

จุ่มขนมปังลงในนมหรือน้ำมะขี้เฒ่ เทใส่ไข่ ซอส มัสตาค ผสมให้เข้ากันก็ ใส่เนื้อ หอมใหญ่ ผงชูรสและขนมปังขึ้นครึ่งหนึ่ง แล้วปั้นให้เป็นก้อน ๑ หรือ ๒ ก้อน แล้วพอกด้วยเคษขนมปังที่เหลือ วางลงในกระทะหรือภาชนะทนไฟขึ้น ๆ ที่กรุด้วยเนยเล็กน้อย ใส่ น้ำลงพอ-
ชลูกขลิก อบด้วยความร้อน ๓๕๐ ประมาณ ๑ ชั่วโมง อาหารนี้
จะไม่นำรับประทาน ถ้าน้ำแห้งจนเกินไป

เสิร์ฟด้วยผักต่าง ๆ สลัด หรือข้าว มัน หรือข้าวโพด จะพลิกแพลง
ไปได้อีกหลายอย่างคือ

๑. ไข่ขาวโอดแทนส่วนขนมปังขึ้น
๒. ใช้น้ำมันที่เหลืออยู่ (จะใช้คัสชีหรือสุกก็ได้)
๓. ใส่กระเทียมเพื่อให้รสดีขึ้น
๔. ใส่ไข่ต้มแข็งตรงกลางก้อนเนื้อ
๕. ใส่มันคัมสุก ปอกเปลือกยี่ให้ละเอียดผสมกับนมหรือน้ำมันเล็กน้อย
แต่งบนก้อนเนื้อ
๖. ใส่พริกเขียวเม็ดใหญ่ ชนิดไม่เผ็ด หั่นเล็ก ๆ

๗. ใส่เห็ดหั่นฝอยและผิวมะนาวขูด แล้วไม่ต้องใส่ซอสคัสซับ
๘. ใช้ส่วนผสมนี้เพียงครึ่งเดียว ใช้ผงชูรส ๒ เท่า ยัดใส่ในผักทอง
ก็ได้
๙. ใส่ลงในพิมพ์ขนม แต่ละอัน ๆ
๑๐. ใส่ผักของหั่นประมาณ ๑/๒ ถ้วย และหั่นเห็ดโคนทอดหั่นชิ้นเล็กๆ
แต่งบนก้อนเนื้อ หรือผสมลงไปก็ได้
๑๑. ใช้เนยแข็งเชดเดอร์ หรือโฟรเชส
๑๒. ใช้ส่วนผสมเพียงครึ่งหนึ่ง ห่อด้วยกลีบบล้าปิ้งแล้วม้วนเป็นก้อน
จะนึ่งหรือทอดก็ได้

ม็อคแซลมอน มอส (Mock Salmon Mousse)

สมาคม วาย ดับยู ซี เอ

เครื่องปรุง

ปลาทูน่ากระป๋องใหญ่	๑	กระป๋อง (เล็ก ๑ กระป๋อง
ไข่	๖	ฟอง
วูสเตอร์ซอส	๑	ช้อนชา
พริกไทย	๑	ถ้วยชา
เครื่องเทศ	๑	ช้อนชา
เนย	๓	ช้อนโต๊ะ
เยลลี่แผ่น	๖	แผ่น

(ใช้สีขาว ๔ แผ่น สีแดง ๓ แผ่น เพื่อผสมให้เป็นสีชมพู เหมือน
กับสีปลานา ถ้าไม่มีสีแดง ก็ให้ใช้สีขาวล้วน ๖ แผ่น แล้วใส่สีแดง
ลงไปเล็กน้อย)

วิธีทำ

เปิดกระป๋องปลา แล้วรินน้ำมันออกให้หมด เอาแต่เนื้อปลาทูน่าใส่ลง
ในชาม ต่อยไข่ แยกไข่ขาวและไข่แดงออกจากกัน เอาไข่แดงใส่ลง
ในชามปลากระป๋องนั้น

ผสมนมกับเครื่องเทศให้เข้ากันดี แล้วเทลงในชามปลากระป๋องใส่
เกลือและวูสเตอร์ซอสลงไป

ละลายเนยแล้วเทลงในชามส่วนผสมจนหมด นำส่วนผสมนี้ไปคั
ด้วยเครื่องไฟฟ้า (ประมาณ ๖-๘ นาที) เทส่วนผสมลงในหม้อ
แล้วยกขึ้นตั้งไฟ ใช้ช้อนไม้คนให้ทั่วๆ จนสุกและข้น ยกออกจากเตาไฟ
ปล่อยให้ทิ้งไว้ให้เย็น ละลายเยลลี่แผ่นลงในน้ำที่กำลังต้มเดือด คีไข่
ขาวจนแข็งจากนั้นนำเอาเยลลี่ที่ละลายไว้ใส่ลงในส่วนผสมที่ทิ้งให้เย็น
แล้วใส่ไข่ขาวที่แล้วลงไป

เอาน้ำเย็นลูบพิมพ์ แล้วเทส่วนผสมลงในพิมพ์ นำไปเข้าตู้เย็น
ประมาณ ๒-๓ ชั่วโมง ก็จะได้ที่ ควรจะทำล่วงหน้าก่อนรับประทาน
๑ วัน ใช้รับประทานกับสลัดหรืออื่นๆ แบบพอตูกุส

สลัดพอตูกุส (Hot Salad)

สมาคม วาย ดับยู ซี เอ

เครื่องปรุงรส

มะเขือเทศ

พริกหยวก

หอมหัวใหญ่ ๑ หัว

กระเทียม ๑ หัว

วิธีทำ

ผ่ามะเขือเทศเป็น ๒ ซีก แกะเมล็ดออก ผานเป็นแว่นบางๆ นำพริก
หยวกมาล้างไฟอ่อนๆ พอลอดผิวออกๆ ไข่ หั่นเป็นชิ้นยาวบางๆ หรือ
จะสลักเป็นรูปต่างๆ ให้สวยงามก็ได้ สับหอมใหญ่ให้ละเอียดที่สุด
เท่าที่จะทำได้ ปอกเปลือกกระเทียมใส่ทั้งกลีบก่อน จะรับประทานให้คัก
กลีบกระเทียมออกเสียก่อน

จัดมะเขือเทศ พริกหยวก หอมหัวใหญ่ กระเทียมให้สวยงามใจชอบ
ใส่ลงในชามทนไฟ นำเข้าเตาอบ

น้ำมันสลัก

น้ำมันสลัก ๓ ช้อน เกลือ

น้ำส้ม ๑ ช้อน พริกไทย

วิธีทำ

ผสมน้ำมันสลัก น้ำส้ม เกลือ พริกไทยเข้าด้วยกัน แล้วเทลงบนผักที่จัดไว้ในซามทนไฟนำเข้าเคาอบ (๕๐๐ เซฟ) รว ๒๐ นาที

สลัดเส้นหมี่

ละม้าย นิละคุปต์

เครื่องปรุง

แตงกวา ผักขมจีน ถั่วงอก ไข่ต้ม ปลาหมึกแช่ เต้าหู้เหลือง เส้นหมี่
ทอดกรอบ

วิธีทำ

ผักขมกับถั่วงอกและปลาหมึกลวกเสียก่อน ใ้แตงกวาหั่นเป็นชิ้นฝอย ๆ ยาว ๆ เต้าหู้หั่นฝอยแล้วทอดให้เหลือง ผักขมหั่นท่อนเล็ก ๆ ปลาหมึกหั่นฝอย ๆ สิ่งเหล่านี้จ้ะใส่จานแล้วรอกด้วยน้ำจิ้ม

วิธีทาน้ำจิ้ม

พริกแห้งแกะเมล็ดออกให้หมด แช่น้ำ แล้วทำให้ละเอียด ละลายกับน้ำส้ม น้ำตาล พร้อมกับเต้าเจี้ยว แล้วปั่นด้วยสิกงั่วใส่ลงไปพร้อมทั้งงาคั่วด้วย

สลัดอินโดนีเซีย

มิสซิสบราโบวิตโจโจ สมาคม วาย ดับยู ซี เอ

เครื่องปรุง

ไข่ต้มแข็ง	๑๐	ฟอง	ผักกาดหอม	๑/๔	ก.ก.
แตงกวา	๑/๔	ก.ก.	แค้ช	๑/๔	ก.ก.
ถั่วงอก	๑/๔	ก.ก.	ถั่วงอก	๑/๔	ก.ก.
มันฝรั่ง	๑/๔	ก.ก.	มะเขือเทศ	๔	ผล
หอมใหญ่	๒	หัว			

วิธีทำ

ล้างผักให้สะอาด หั่นผักกาดหอมเป็นท่อน ๆ แดงกวาซอย คัมมันฝรั่ง
ถั่วแขก แครอท แล้วหั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ ถั่วงอกลวก มะเขือเทศและ
หอมใหญ่หั่นเป็นแว่น ๆ ไข่หั่นเป็นชิ้น ๆ แล้วจัดลงจานให้สวยงาม

น้ำสลัด

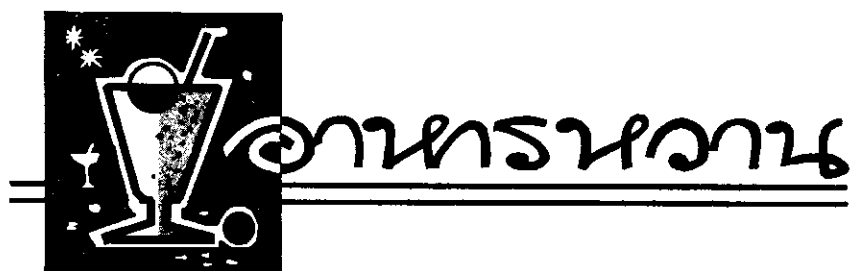
ถั่วลิสงคั่ว พริกชี้ฟ้าแดง ๑๐ เม็ด กระเทียม ๓ หัว น้ำตาล เกลือ
น้ำมะขามเปียก มะพร้าว ๑/๒ ก.ก. (คั้นเอาแต่กะทิ)

วิธีทำ

โขลกพริกแดง กระเทียม และถั่วลิสงคั่วให้ละเอียดใส่เกลือเล็กน้อย
พอละเอียดดีแล้ว นำมาผสมใส่กะทิ เติมน้ำตาล น้ำส้มมะขาม
แล้วชิมดูรสตามชอบ ยกขึ้นตั้งไฟ จนกะทิสุก ยกลงใช้ราดบนผักเมื่อ
เวลาจะรับประทาน (ใช้รับประทานกับข้าวได้)



หน้าว่าง



หน้าว่าง

เมฆบดถ่อแก้ว

ไสว บัณเฑียร

เครื่องปรุง

วุ้น ๑ ถ้วย น้ำตาลทราย ๒ ถ้วย ลำไย แยมถั่ว ๑ ช้อนโต๊ะ
สีทำขนม สีน้ำเงินเล็กน้อย น้ำสุก ๒ ถ้วย

วิธีทำ

นำวุ้นที่แช่น้ำแล้ว ๑ ถ้วย และน้ำสุก ๒ ถ้วย ใส่ลงในกระทะที่ตั้งไฟ
เตรียมไว้ คนไปพอละลาย แล้วเอาน้ำตาลใส่ลงไป ๒ ถ้วย พอ
น้ำตาลละลายก็กรองไว้ เอาแยมถั่วกับน้ำสี ๑ ช้อนโต๊ะ เทใส่ลง
ในวันยกขึ้นคนบนเตาไฟ พอวันขึ้นยกลงหยดสีน้ำเงินเล็กน้อยลงใน
วัน เอาช้อนคนพอให้เป็นลาย ปอกลำไยผลโต ๆ คว้านเมล็ดออก
ใช้ช้อนจุ่มผลลำไย ชุบลงในวุ้นลายใส่ลงจาน พอแห้งจะเป็นลาย
สวยงาม นำมารับประทานยิ่งนัก

ขนมมธุกขุบ

ส่วนผสมของถั่วหวาน

ถั่วเขียวสุกยกละเอียด ๖ ถ้วย
น้ำกะทิ ๒ ถ้วย (มะพร้าว ๑/๒ กิโลกรัม)
น้ำตาล ๕ ถ้วย

วิธีทำ

ถั่วเขียวสุกยกละเอียด ๖ ถ้วย มะพร้าวขูดขาว ๑/๒ กิโลกรัม คั้นให้
ได้น้ำ ๒ ถ้วย น้ำตาล ๕ ถ้วย เคี่ยวกับน้ำประมาณด้วยครึ่งจนเคี่ยว
น้ำตาลละลายหมดแล้วกรองด้วยผ้า ผสมน้ำกะทิ น้ำตาล และถั่ว
เข้าด้วยกัน นำไปกวนจนแห้ง
นำถั่วที่กวนแล้ว มาปั้นเป็นรูปผลไม้ต่าง ๆ ตามที่เห็นเหมาะสม
แต่งสีให้เหมือนของจริง แล้วจึงชุบด้วยวุ้นที่เย็นและใสลงอยู่
ข้างประมาณ ๒-๓ ครั้ง แล้วแต่งด้วยกิ่ง ก้าน ใบ ตามที่เห็นเหมาะสม

วิธีทำตัวกววน นำถั่วเขียวที่ฝักสะอาดมาเลาะเปลือก ๒ ชิก แขน้ำค้ำคืนประมาณ ๑๒ ชั่วโมง แล้วล้างให้สะอาดจริง ๆ จึงนึ่งให้สุกและบดให้ละเอียด

ส่วนผสมของวุ้น

วุ้นคัสซีน	๕ ถ้วย
น้ำ	๘ ถ้วย
น้ำตาล	๓ ถ้วย

วิธีเสิร์ฟวุ้น วุ้นล้างสะอาดแล้วคัสซีน ๆ ๕ ถ้วย เคี่ยวกับน้ำ จนวุ้นละลายหมด จึงใส่น้ำตาล ๓ ถ้วย พอเดือดทวนน้ำตาลละลายหมดแล้ว จึงกรองด้วยผ้า แล้วเคี่ยวต่อไปประมาณ ๒๐ นาที

ขนมสับประรด

มีสชิซซุชีเมน

สับประรดขนาดใหญ่	๑ ผล
เนย	๒๒๕ กรัม
ไข่	๒-๓ ฟอง
น้ำตาล	๖-๗ ช้อนโต๊ะ

เหล้ารัมหรือวิสกี้เล็กน้อย

น้ำตาลวานิลลา	๒ ช้อนชา
---------------	----------

วิธีทำ ผ่าสับประรดทั้งเปลือกเป็นสองส่วน ตักเนื้อสับประรดเป็นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ วางบนตะแกรงเพื่อให้เสกน้ำ

ตีเนย ไข่แดง และน้ำตาล (ใช้เพียง ๓-๔ ช้อนโต๊ะ) ให้เข้ากันผสมเหล้ารัมหรือวิสกี้ และสับประรดที่หั่นไว้

ตีไข่ขาวจนขึ้นแข็งค่อย ๆ ใส่น้ำตาลอีก ๓ ช้อนโต๊ะ และผสมน้ำตาลวานิลาลงด้วยถ้ามี ลากหน้าไข่ขาวบนสับประรดที่ผสมไว้นำเข้าเตาอบจนหน้าเหลือง รับประทานร้อน ๆ (รับประทานได้ ๔ คน)

กล้วยหอมทอด

เครื่องปรุง

กล้วยหอม ๑๘ ผล แบ่งสาลี ๓ ๑/๒ ถ้วย น้ำตาลละเอียด ๑ ๑/๔ ถ้วย
เกลือ ๑ ช้อนโต๊ะ ผงฟู ๒ ช้อนชา นมข้น ๔ ช้อนโต๊ะ ไข่ไก่ ๕ ฟอง
แวนิลลา ๑ ช้อนโต๊ะ น้ำมันรำ

วิธีทำ

เอาไข่ไก่ ๓ ฟอง ตีให้ขึ้น ใส่ น้ำตาลที่ละลายจนขึ้นตั้งไฟอ่อนๆ เติมนมข้น เติมน้ำมันรำ ผงฟู เกลือ ร่อน ๓ หน ใส่ลงในไข่ที่ตี ลกเครื่องตีเบาๆ จนเข้ากันดี ใส่แวนิลลาลงไป ๑ ช้อนโต๊ะ เอากระทะตั้งไฟ (ใช้เตาแก๊สก็มาก) เพราะไฟสม่ำเสมอ พอไฟร้อน ปอกกล้วยผ่าครึ่งตัด ๓ ท่อน หรือ ๒ ท่อน ก็ได้ตามชอบ เอากล้วยลงชุบให้มีหางทอดไปจนเหลือง ถ้าไฟแรงข้างในจะไม่สุกต้องใช้ไฟกลาง หรืออ่อน ใช้เป็นขนมหวาน หรือขนมน้ำชาก็ได้

กล้วยหอมทอดชุบไฟ (Bunane Flaurbee)

เครื่องปรุง

กล้วยหอมมอม	๑	ผล ต่อ ๑ ที่
เหล้ารัม หรือ คอนญัค	๑	ช้อนชุป

แบ่งสำหรับชุบทอด

แป้งสาลี	๑๒๕	กรัม
น้ำมันพืช	๑	เช็นติลิตร
ไข่ไก่	๑	ฟอง
เกลือ	๑/๒	ช้อนกาแฟ
น้ำ	๑ ๑/๒	เดซิลิตร (= ๕ ช้อนชุป)

วิธีทำ

นำกล้วยซึ่งผ่าครึ่งผล จุ่มลงในแป้งที่ผสมแล้วให้ทั่ว ทอดลงในน้ำมันที่ร้อนจัด จนเหลืองทั่วแล้ว นำขึ้นทิ้งไว้ให้น้ำมันสะเด็ด
ใส่จานแล้วโรยน้ำตาล รากเหล้ารัม หรือคอนญัคแล้วชุบไฟ

ขนมกล้วยหอม

มิสซิส ดอร์ซัน

เครื่องปรุง

เนย	$\frac{1}{2}$	ถ้วย
น้ำตาลทรายขาว	$1\frac{1}{2}$	ถ้วย
ไข่ไก่	๒	ฟอง
กล้วยบดละเอียด	๑	ถ้วย
น้ำหอมวานิลลา	๑	ช้อนชา หรือน้ำหอมมะนาว (จะใช้- อย่างละ $\frac{1}{2}$ ช้อนชา ก็ได้)
แป้งสาลี	๒	ถ้วย
แป้งเชื้อ	$\frac{1}{2}$	ช้อนชา (ถ้าใช้นมเปรี้ยวหรือครีมก็ใช้ ๑ ช้อนชา)
เกลือ	$\frac{1}{4}$	ช้อนชา
นมหรือครีม	$\frac{1}{2}$	ถ้วย

วิธีทำ

ตีเนยกับน้ำตาลให้ขึ้น ใส่คัสตาร์ดอีก ใส่กล้วยที่บดไว้ ใส่ น้ำหอม
วานิลลา ร่อนแป้งกับแป้งเชื้อและเกลือให้เข้ากัน ค่อยๆ ใส่ลงในเนย
ที่ตีไว้พร้อมกันนมข้างเล็กน้อย ตักใส่พิมพ์เข้าเตาอบ ๓๕๐°
ประมาณ ๔๐ นาที แ่งหน้าด้วยวิธีดังต่อไปนี้ เนยแข็ง ๔ ช้อนโต๊ะ
ทำให้เหลว ใส่ไข่ขาวและน้ำตาล $1\frac{1}{2}$ ถ้วย น้ำวานิลลา $\frac{1}{2}$ ช้อนชา
เกลือ ๑ ช้อนชา

ครีมราดหน้า

นมข้น	$\frac{2}{3}$	ถ้วย
เนย หรือเนยเทียม	๒	ช้อนโต๊ะ
น้ำวานิลลา	๒	ช้อนชา
แป้งนวล	๒/๓	ถ้วย
รวมกันแล้วตีให้เหลว		
ใช้ราดหน้าขนมต่าง ๆ		

นมสด	๒	ช้อนโต๊ะ
เนยสดหรือเนยเทียม (มาการีน)	๓	ช้อนโต๊ะ
น้ำวานิลลา	๒/๓	ช้อนชา
น้ำตาลปั้น	๒/๓	ถ้วย
แป้งนวล	๒/๓	ถ้วย
ตีให้เข้ากันดีแล้วใช้ราดหน้าขนมต่าง ๆ		

ขนมพุดดิ้งแฟรงเฟิร์ต กับ ขอสตราสเบอร์รี่ (Frankfurt Pudding)

สมาคมสตรีไทย

เครื่องปรุง

แอลมอนด์ปั่น (Almond)	๕๐	กรัม
ขนมปังขุ่น หรือ บิสกิตขุ่น หรือเค้กขุ่น	๖๐	„
น้ำตาลทรายละเอียด	๑๐๐	„
เนย	๕๐	„
แป้งมัน	๑๒	„
ไข่ขาว	๕	ฟอง
ไข่แดง	๕	„
องุ่นแห้ง	๕๐	กรัม
ผิวมะนาวขูด	๑	ช้อนชา

ชินามอน

๒ ช้อนชา

เกลือ

๑ ช้อนชา

แป้งสาลีสำหรับใช้ทาคลุก

น้ำมันเนยสำหรับทา

วิธีทำ

๑. นำขนมปังป่นหรือบิสกิตป่นหรือเค้กป่น ทำให้ละเอียด เตรียมไว้
๒. กรองแป้งให้สะอาด และนำน้ำตาลคลุกปนไปให้ทั่ว เตรียมไว้
๓. เนยทำให้เหลวแล้วผสมไข่แดงตีให้เข้ากัน และนำขนมปังป่นหรือบิสกิตป่น หรือเค้กป่นตีให้เข้ากัน จึงเอาผิวมะนาว, ชินามอน, เกลือ และองุ่นแห้งผสมคลุกให้ เข้ากัน
๔. นำไข่ขาวตี และเติมแป้งมันที่มีส่วนผสมของน้ำตาลนั้นตีให้เข้ากันจนเหนียว แล้วจึงนำขนมปังป่นที่ผสมเนย, ไข่แดง, ผิวมะนาว, ชินามอน, เกลือและองุ่นแห้ง คลุกให้เข้ากันจนทั่ว
๕. เตรียมภาชนะที่จะใช้นึ่ง และถ้วยที่จะนั่งโดยทาก้วยน้ำมันเนย และคลุกกับแป้ง
๖. นำขนมมาหยอดที่ถ้วยอย่าให้เต็ม นำเข้าที่นึ่ง ๆ ประมาณ ๒๐-๓๐ นาที จะเห็นว่าฟูขึ้นและสุก
๗. ขนมนึ่งไฟร้อนหรืออุ่น และราดด้วยซอส

อัลมันต์คุกกี้

ปราณี บุญยศิริ

เครื่องปรุง

เนย

๒ ปอนด์

น้ำตาลทราย

๔ ช้อนโต๊ะ

น้ำตาลคน หรือน้ำมะนาว

๑ ช้อนโต๊ะ

อัลมันท์ยกไม้คองละเอียก

แย่งสลั

๒ ถ้วย

วิธีทำ

ผสมทุกอย่างให้เข้ากัน แล้วขึ้นเป็นลูกเท่าลูกอินทผลัม อบไฟ ๒๕๐°
จนเหลืองเอาออกจากเตาอบแล้วคลุกน้ำตาลทราย

คุกกี้กึ่งแห้ง

อรวรรณ มกรมณี

ส่วนผสม

ไอซิ่ง

๒๐๐ กรัม

เนย

๑๕๐ "

ไข่ไก่

๑ ฟอง

นมสด

๒ ออนซ์

งาขาว

๕๐ กรัม

กึ่งแห้งคาละเอียก

๑๐๐ กรัม (๑ ช้อน)

โซดา

๑ ช้อนชา (ละลายน้ำ)

พริกไทย

$\frac{1}{2}$ ช้อนชา

แย่งสลั

๕๐๐ กรัม

เกล็ด

๑ ช้อนชา

ผงชูรสเล็กน้อย

วิธีทำ

ไอซิ่งผสมกับเนย คนด้วยกัน และใส่ไข่ โซดาระบายกับนมสด
คนรวมกัน ใส่ งา ใส่กึ่งแห้ง พริกไทย เกล็ด ผงชูรส ใส่แย่งคนให้
เข้ากัน ขึ้นเป็นก้อนแบน ๆ เล็ก ๆ เข้าเตาอบสุกแล้วทาน้ำด้วยเนย

เค้กแมกซิโก

สมาคมสตรีไทย

ส่วนผสม

ไข่ไก่	๖ ฟอง
น้ำตาล	๓/๔ ถ้วย
โกโก้	๑/๒ ถ้วย
แป้งเค้ก	๓/๔ ถ้วย
วานิลลา	๑ ช้อนเล็ก
เนยที่ละลายแล้ว	๔ ช้อนใหญ่

วิธีทำ

ตีไข่ไก่จนฟู แล้วใส่น้ำตาลที่ละลายแล้วทีละนิดตีไปจนขึ้นฟูก็ เอาแป้งกับโกโก้มารวมกัน คนค่อยๆ ให้เข้ากับเนย น้ำตาล เอาเนยที่ละลายแล้วใส่ลงไป เสร็จแล้วจึงใส่วานิลลา ใส่ถาดอบประมาณ ๒๐ นาที ไฟร้อน ๓๕๐ องศา แล้วทิ้งไว้จนเย็น แล้วเอาครีมเนยเมแรงแต่งหน้าเค้ก

ครีมเนยเมแรง

ไข่ขาว ๑ ฟอง ไข่แดง ๒ ฟอง
น้ำตาล ๑ ถ้วย ชอคโกแลตที่ละลายแล้ว ๓ ช้อนใหญ่
เนย ๑/๒ ปอนด์หรือครึ่งถ้วย

วิธีทำ

วานิลลา
ทำน้ำเชื่อมโดยเอาน้ำตาล ๑ ถ้วย กับน้ำ ๑/๓ ถ้วย เคี่ยวจนเหนียว ตีไข่ทั้งหมดให้ฟู เอาน้ำเชื่อมใส่ลงไปทีละนิดๆ จนหมด เอาเนยกับชอคโกแลต วานิลลาตีให้เข้ากัน จึงจะนำมาแต่งหน้าเค้กได้

เค้กลูกพรุน

สมาคมสตรีไทย

ส่วนผสม

เนย ๑/๒ ถ้วย น้ำตาล ๑/๒ ถ้วย ไข่ไก่ ๓ ฟอง นมเปรี้ยว ๑ ถ้วย
(นมเปรี้ยวยี่ห้อมะนาว ๒ ช้อน หรือปนกับน้ำส้ม) แป้งเค้ก ๒ ถ้วย
แป้งข้าว ๑ ช้อนชา โซดา ๓/๔ ช้อน Nutmeg ๑/๔ ช้อนเล็ก
ซินนามอน ๑/๒ ช้อนเล็ก เกลือ ๑/๔ ช้อนเล็ก

วิธีทำ

ต้มน้ำกับน้ำตาลให้เข้ากันจนขึ้นฟู ค่อยใส่ใส่ทีละฟอง ทำให้ขึ้นทีละ
ครั้งจนฟูให้หมดทั้ง ๓ ฟอง ใส่แป้ง (แป้งร่อนเสียก่อน) แป้งเชิ
โซคา ชินนาม่อน และเกลือรวมกัน ใส่ลงไปในขณะที่ตีไว้แล้ว ใส่
ลูกพรุนที่แช่เอาไว้ แล้วหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ ใส่ลงไปครึ่งถ้วยถึง ๑ ถ้วย
แล้วแต่เห็นสมควร แล้วนำเข้าเตาอบประมาณ ๓๐ ถึง ๔๐ นาที
ไฟร้อน ๓๕๐ ตักขึ้นสุกทั้งไว้ให้เย็นแล้วใส่ไอซิ่ง

ฟรุตเค้ก

สมาคมสตรีไทย

ส่วนผสม

น้ำ	๕ ออนซ์
ผงฟู	๑ ช้อนโต๊ะ
แป้งตราขวัญชาว	๔๐๐ กรัม
แป้งข้าวโพด	๒ ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลทราย	๓๐๐ กรัม
ไข่	๔ ฟอง
เนย	๒๕๐ กรัม
ผลไม้	๒๒๕ กรัม
เฮส. พี.	๑ ช้อนโต๊ะ
วานิลลา	๑ ช้อนชา
เหล้ารัม	๑ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

๑. น้ำตาล น้ำ เฮส.พี. ตีเข้าๆ ๑ นาที
๒. ใส่ไข่ตีไป ๑ นาที
๓. ใส่แป้งที่ร่อนรวมกันแล้ว อย่างเร็ว ๕ นาที
๔. ใส่ เนย เหล้า วานิลลา ผลไม้ ลงไปทีละที ๑ นาที
๕. ตักใส่ถาดสำหรับอบ (ขนาด ๑ ปอนด์) อบด้วยหม้อฟิชตาร์
(ถาดสำหรับอบ ทาเนย แล้วใช้กระดาษรองแป้ง ๒ ชั้น)

ฉบับแก้ไข

สมาคมสตรีไทย

ส่วนผสม

ไข่ไก่	๔ ฟอง
น้ำตาลทราย	๑๒๐ กรัม
เนย	๑ ช้อนโต๊ะ
แป้งสาลีตราข้าวขาว	๑๐๐ กรัม
วานิลลา	๑ ช้อนชา
เกลือ	นิกหน้อย
ผงฟู	๒ ช้อนชา
นมสด	๒ ขอนก

วิธีทำ

๑. ตีไข่ให้ขึ้นแล้วใส่น้ำตาลทราย
๒. ผงฟู เกลือ ใส่ลงในแป้งร่อนให้ทั่ว
๓. เมื่อตีไข่ขึ้นแล้วใส่วานิลลา และแป้งคนเบาๆ
๔. ใส่ นมสด และเนยที่ละลายไว้ แล้วคนเบาๆ ใส่พิมพ์เข้าอบด้วยหม้อฟิชคาร์ประมาณ ๑๕ นาที ใช้ไฟร้อนจัด

เค้กนางฟ้า

มาลินี กมลพร

ส่วนผสม

แป้งเค้ก	๒ ๑/๔ ถ้วย
ผงฟู	๓ ช้อนชา
เกลือ	๑/๒ ช้อนชา
เนย	๒ ช้อนโต๊ะ
คลิสโก-สโนว์	๑/๒ ถ้วย
น้ำตาลทราย	๑ ๑/๔ ถ้วย

มะพร้าว ๑ บาท
 ๒ อย่างคนรวมกันให้ได้ ๑/๒ ถ้วย
นมสด ๑/๔ ถ้วย
วานิลลา

วิธีทำ

ใช้ข้าวที่พอขึ้น ๓ ฟอง
ร่อนแป้ง ผงฟู เกลือ รวมกัน ๓ ครั้ง ที่เนย และคลิสโก้ จน
อ่อนตัว ینگค่อย ๆ ผสมน้ำตาลลงทีละน้อย คนต่อไปจนเนยขึ้นฟู
ผสมใช้ข้าวลงครึ่งฟอง คนแรง ๆ ทุกครั้งที่ใส่ใช้ข้าว เสร็จแล้ว
ผสมแป้งสาลีกับน้ำกะทิจนหมด พร้อมทั้งวานิลลา เทใส่พิมพ์อย่าง
กลมขนาด ๕×๕ นิ้ว ซึ่งได้ทาน้ำมันไว้เรียบร้อยแล้ว นำเข้าเตาอบ
ความร้อน ๓๕๐—๓๗๕ องศา ประมาณ ๓๐ นาที พอขนมสุก
คว่ำขนมลงบนตะแกรง พอขนมเย็น ทาหน้าดังต่อไปนี้

หน้าครีม

ส่วนผสม คลิสโก้ ๑ ถ้วย
ไอซิ่งร่อนแล้ว ๓/๔ ถ้วย
วานิลลา ๑ ช้อนชา

วิธีทำ

คนคลิสโก้ จนอ่อนตัวค่อย ๆ ใส่ไอซิ่งทีละน้อยคนต่อไปจนขึ้นฟู
ผสมวานิลลาคนให้ทั่ว ใช้โยกหน้าเค้กได้ทุกชนิด เสร็จแล้ว โยก
หน้าเค้กที่เย็นแล้วให้ทั่ว ینگโรยหน้าด้วยมะพร้าวขูดอย่างขาว อบให้
แห้งทั่วกัน

บัตเค้ก

นพพร คมสัน

เครื่องปรุง

แป้งสาลี ๒ ถ้วย ผงฟู ๑ ช้อนชา เกลือ ๑/๒ ช้อนชา โซดา
คาบอเนท ๑/๒ ช้อนชา ผสมเข้าด้วยกันแล้วร่อน

ครีม

เนย ๑/๒ ถ้วย น้ำตาลทราย ๑/๔ ถ้วย น้ำตาลแดง ๑/๒ ถ้วย
ไข่ไก่ไข่ไก่แดง ๒ ฟอง น้ำเย็น ๒ ช้อนโต๊ะ วานิลลา นม ๑/๔ ถ้วย
ผสมเนยกับน้ำตาลทำให้เข้ากัน เทใส่ในถาดแบน ๆ ๑๕ x ๑๐ นิ้ว
ถาดต้องทาเนยก่อน แล้วเกลี่ยให้เรียบ

หน้า

ไข่ขาว ๒ ฟอง ใส่น้ำตาล ๑ ๑/๔ ถ้วย ตีจนขึ้นฟูแล้ว เทลง
บนตัวขนมที่ใส่ถาดไว้ แล้วโรยหน้าด้วยชอล์กมัน หั่นหยาบ ๆ อบไฟ
๓๕๐ องศา ประมาณ ๒๕-๓๐ นาที ขนมสุกก็ด้วยกดออก ทั้งไว้
สักครู่ ตกเป็นชั้นสั้เหลียมตามชอบ

เค้กอย่างง่าย

มิลลิส ลีครอล สมาคม วาย ดับยู ซี เอ

เครื่องปรุง

ไข่ไก่	๒	ฟอง	เกลือ	๑/๔	ช้อนชา
น้ำตาล	๑	ถ้วย	วานิลลา	๑	ช้อนชา
นม	๑/๒	ถ้วย	แป้ง	๑	ถ้วย
เนย	๑	ช้อนโต๊ะ	ผงฟู	๑	ช้อนชา

วิธีทำ

๑. ไข่เจียวขึ้นแล้วเติมน้ำตาลทีละน้อยตีไปจนหมดน้ำตาล ใส่วานิลลา
ลงไป
๒. ร่อนแป้ง ผงฟู เกลือ เข้าด้วยกัน แล้วใส่ลงไปไข่ที่ตีแล้ว
คนให้ทั่ว ช้อนนมและเนยให้เข้ากันแล้วใส่ลงไปในส่วนที่ผสมไว้
แล้ว ใส่ในถาดอบกว้างยาว ๘ x ๘ x ๒ นิ้ว (ซึ่งทาเนยไว้
แล้ว) อบไฟ ๓๕๐ ประมาณ ๓๐ นาที

ส่วนสำหรับหน้า

เครื่องปรุง	เนยละลายแล้ว	๕	ช้อนโต๊ะ
	น้ำตาลสีว่า	๗	ช้อนโต๊ะ
	ครีมหรือนมข้น	๓	ช้อนโต๊ะ
วิธีทำ	ลูกนัท	๑/๒	ถ้วย
	ผสมเครื่องปรุงเหล่านี้น้ำเข้าด้วยกัน แล้วราดลงบนเค้กที่สุกแล้ว ใส่เข้าไปในเตาอบอีกสักครู่ พอเหลืองรีบยกลงทันที (ต้องเผื่อคุ้ให้กะเพราะสุกเร็วมาก)		

ขนมเปี๊ยะไหว้พระจันทร์

สมาคมสตรีไทย

ส่วนผสมแป้ง	แป้งทราคอกขาว ๔๐๐ กรัม น้ำไธรวีลดอกคาอิน ๑๒ ออนซ์
ส่วนผสมไส้	น้ำตาล ๕ ออนซ์ น้ำมันถั่ว ๕ ออนซ์ ผงฟู ๒ ช้อนชา น้ำค้าง ๑ ช้อนโต๊ะ
	มันหมูแข็ง ๓๐๐ กรัม กุนเชียง ๓๐๐ กรัม พริกเชื่อม ๓๐๐ กรัม
วิธีทำแป้ง	งาขาว ๒๐๐ กรัม เมื่อกมัน ๔๐๐ กรัม ผิวน้ำหรือผลไม้เชื่อมผสม ๑๐๐ กรัม
	น้ำผง ๒ ออนซ์ น้ำ ๔ ออนซ์ เหล้า DOM ๒ ช้อนโต๊ะ
วิธีทำไส้	พริกไทยนิคหน้อย เกล็ด ๒ ช้อนชา แป้งขนมโก๋ ๑/๒ กิโลกรัม
	ไข่เค็ม น้ำตาล ๒ กิโลกรัม น้ำมันถั่ว ๔ ออนซ์
วิธีทำไส้	น้ำไธรวี น้ำผง น้ำมันถั่ว น้ำค้าง ผงฟู คนให้เข้ากัน จึงใส่แป้งลง
	นวดให้เข้ากัน หมักทิ้งไว้ ๑/๒ ชั่วโมง แบ่งเป็น ๔๐ ลูก ใส่ไส้
วิธีทำไส้	กกใส่พิมพ์จึงเคาะออกมาแรงๆ เรียงใส่ถาดทาไข่ เข้าเตาอบไฟแรง
	๒๐๐ องศาเซ็นติเกรด ประมาณ ๑๕ นาที
วิธีทำไส้	มันหมูแข็งต้มให้สุกหั่นเป็นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็กๆใส่น้ำตาล ๑/๒ กิโลกรัม
	หมักไว้ ๒ ชั่วโมง ส่วนผสมที่เหลือนอกจากไข่เค็มคลุกรวมกันหมด
วิธีทำไส้	ให้เข้ากันทิ้งไว้ ๑/๒ ชั่วโมง ขึ้นเป็นก้อนๆ ก้อนละ ๑๕๐ กรัม
	ไข่เค็มกับข้างเอาแต่ไข่แดงเข้าเตาอบให้สุก พอเย็นยักไข่แดงลงใน
วิธีทำไส้	ไส้ที่ขึ้นไว้

ขนมโตเกียว

สมาคมสตรีไทย

ส่วนผสมได้	แป้งข้าวโพด	๔	ซัอนโตะ
	นมข้น	๑	กระป๋อง
	น้ำ	๘	ออนซ์
	เนย	๑	ซัอนโตะ
	ไข่ไก่	๔	ฟอง
	เกลือ	$\frac{1}{2}$	ซัอนชา
	วานิลลา	๑	ซัอนชา

วิธีทำ

๑. นมกับน้ำผสมกันทั้งไฟ คนให้เข้ากันพอข้น
๒. ตวงแป้งข้าวโพด ๔ ซัอนโตะ ค่อยไข่ใส่ลงคนให้เข้ากัน
๓. แป้งที่ผสมแล้วใส่ลงในนม ยกกลง ใส่เกลือ วานิลลา เนย คนให้เข้ากัน

ส่วนผสม (ตัวแป้ง)

ไข่ไก่	๔	ฟอง
น้ำตาลทราย	๒๐๐	กรัม
แป้งทราวีขาว	๒๐๐	กรัม
โซดา	$\frac{1}{2}$	ซัอนชา
น้ำ	๕	ออนซ์

วิธีทำ

๑. ค่อยไข่ผสมลงในน้ำตาลทั้งหมด คนให้เข้ากัน
๒. แป้งผสมลงไปไข่ที่คน คนให้เข้ากัน ใส่น้ำลงไปทีละน้อย
๓. ทุบฝามือพิชคาร์ ไข่ไฟอ่อน ไข่ที่พิชกลมละเลงเป็นรูปวงรี พอสุกเอาใส่ใส่ ม้วนแล้วบีบหัวท้าย

ส่วนผสม

(ใส่น้ำเชื่อมหรือน้ำแดง)

น้ำเชื่อมหรือน้ำแดง	๕๐๐	กรัม
น้ำตาลทราย	๗๐๐	กรัม
ไข่แดง	๕	ฟอง
น้ำ	๕	ออนซ์

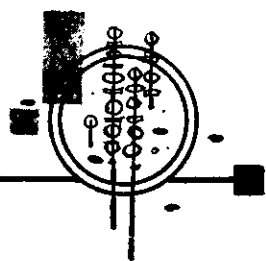
วิธีทำ

๑. นำนํ้าเชื่อมหรือนํ้าแดงเข้มนํ้าคํางค้มน แล้วลํางเอาเป้ลือกออก เอาไปนึ่งจนสุก แล้วคํ้าให้ละเอียก นํ้าตาลใส่กะทะ แล้วใส่นํ้าเชื่อมลงครึ่งหนึ่ง ใส่นํ้า ๕ ถ้วย เคียวให้เกิดกลิ่นคํากุ้ง แล้วใส่ที่เหล็ออกอยู่เคียวไปเรื่อย ๆ เกือบจะแห้ง ใส่นํ้ามันหมู ๒ ช้อนโต๊ะ แล้วเคียวไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะแห้ง ลงรับกั ไม่คํิดมือ แล้วยกขึ้นรอให้เย็น นำไปใส่เป็นไส้ไก่



หน้าว่าง

ออร์โดฟ



หน้าว่าง

ออร์เดิร์ฟ หรือ คามาเนส คืออะไร ?

ออร์เดิร์ฟ หรือคามาเนส เป็นอาหารที่ประภคิยสูงขึ้นเป็นชั้นเล็ก ๆ น่ำรบัประธาน เสดฟก่อนอาหารพร้อมกบัเครื่องคัม เป็นเครื่องแกลัมเครื่องคัม เป็นอาหารที่รสจค เป็นอาหารหลาย ๆ ชนิด แต่ละชนิดล้วนระชวนให้หิวน้ำ เพื่อให้คัมไค้มาก และชวนให้เจริญอาหาร ชุคใหญ่ที่ระตามมาภายหลังก้วย

อาหารที่ใช้มี

๑. ของกระปอง เช่น ไข่ปลาการ์เวียร์ ปลาซาคิน ซาลมอน ไส้กรอก อย่างเล็ก ๆ
๒. ของสด เช่น ไข่คัม ผักสลค มะเขือเทศ คินไข่ฝรั่ง (Celery) กุ้งสด ปูทะเล คั้วยไค้ เห็ด
๓. ของแห้ง และของคอง เช่น เนยแข็ง โอลีฟ เบคอน ไส้กรอก ต่าง ๆ ถั่วลิสง มันฝรั่งทอด

การจัด

ใช้ของประภคิยสูงประกอบกันขึ้นสิ่งละอันพันละน้อย แต่ต้องเลือกสิ่งทีผสมกันไค้กั และน่ำรบัประธาน เช่น ขนมปังหั่นบาง ๆ ทอดกรอบ โรยการ์เวียร์ และไข่แดงหรือไข่ขาวคัมขละเอียก ขนมปังสลค ม้วนคั้วย่านหรือปลาซาคิน สิ่งทีหียยากและเปอนมือกัใช้ไม่จิมพันยักไวเพื่อสะดวก การจัดก็กระว่าเป็นสิ่งละค้ำ แล้วจ็รวมกันหลาย ๆ อย่างให้มากจนอิม และของทีจะใช้ก็อย่าให้ช้ำกัอาหาร เช่น เราจะใช้สลคปูห่อใบผักกาดเล็ก ๆ เราก็ไม่ต้งมีสลคใบชุกอาหารใหญ่ หรือผักทีเราจะใช้แล้ว ถ้าช่วยไค้กัไม่ควรซ้ำอีก

คามาเนสัน แม้บ้านบางคนใช้เป็นอาหารกลางวันเลยทีเคียวกัไค้ แต่จัดให้มีสิ่งหรือส่วนใหญกว่าน ของรบัประธานอื่นปนอยู่ก้วย เช่น ไข่ยคัไส้กุ้งเป็นคัน

การทำออร์เคิลจะประดิษฐ์อย่างไรก็ได้ ให้นำวิธีประทานเท่านั้น เช่น :-

- วิธีทำ
๑. ขนมนึ่งทอดโรยคาร์เวียร์ (ใช้ปลาขรรค์กระป๋องหรือชวกแก้ว)
หั่นขนมปังบาง ๆ ตักเป็นรูปสี่เหลี่ยม หรือกลมตามชอบแล้วทอด
ให้เหลือง คาร์เวียร์นั้นใช้มะนาวบีบคลุกเพื่อให้มีรสเปรี้ยว และ
หายเค็ม เพื่อค้ำคาว ต้มไข่ไก่ให้สุกแยกไข่แดงออกยี้ให้เป็นผง
ไข่ขาวสับให้ละเอียด นำขนมปังมาทาเนยบาง ๆ ตักคาร์เวียร์
หยอดลงตรงกลางขนมปังแล้วโรยไข่แดงหรือไข่ขาวรอบ ๆ
 ๒. ตับไก่เสียบเบคอนและเห็ด
หั่นหมูเบคอนเป็นชิ้นสี่เหลี่ยม ทอดในกระทะร้อน ๆ จนเหลือง
ตักใส่จาน ซึ่งหั่นเป็นชิ้นพอสมควรแล้วคลุกด้วยเกลือ พริกไทย
แป้งสาลี และแม็กกี้ซอส เสร็จทอดในน้ำมันของเบคอน ต้มเห็ด
แล้วทอด แล้วเสียบเบคอน ตับและเห็ดกับไม้จิ้มฟันเสิร์ฟร้อน ๆ
จึงจะดี
 - วิธีทำ
 ๓. ขนมนึ่งห่อปลาชาดิน
ปลาชาดินขี้นมะนาว เกลือ พริกไทย และเม็ดคาร์ก หั่นขนมปัง
บาง ๆ เป็นชิ้นสี่เหลี่ยม วางปลาลงตรงกลาง พรมุมสองมุม
เข้ามา ยัดไว้ด้วยไม้จิ้มฟัน
 ๔. ขนมนึ่งม้วนตับห่าน
วิธีทำ
หั่นขนมปังตามยาวบาง ๆ ทาเนยแล้วทาตับห่านกระป๋องม้วนยาว ๆ
แล้วห่อด้วยกระดาษแก้ว ใส่ถ้วยเย็นไว้จนเนยแข็งตัว จึงนำมาตัด
เป็นแว่น ๆ

๕. ไข่บัดไส้

วิธีทำ

ต้มไข่ไก่จนแข็งผ่าซีก นำไข่แดงออกก็ ต้มกุ้งเล็กใส่เกลือ เล็กน้อยจนสุก ปอกเปลือกสับละเอียด ผสมกับไข่แดงและทา มายองเนส เกลือ พริกไทย น้ำมะนาวหรือน้ำส้ม จนรสดีพอ บรรจุลงในไข่ขาว แต่งหน้าด้วยมะเขือเทศ หรือโอลีฟผาน เป็นแฉ่น ๆ

๖. ขนมปังทอดแต่งหน้ากุ้ง

วิธีทำ

ผสมไก่ต้มสุกขยคละเอียดกับซอสมายองเนสและแม็กกชีส แล้ว ทาขนมปังทอดชิ้นเล็ก ๆ วางกุ้งต้มข้างบน แล้วหยอดน้ำพริก ศรีราชาที่ปั่นตัวกุ้ง

๗. ขนมปังทอดแต่งหน้าด้วยตับห่าน

วิธีทำ

ทอดขนมปังเหลืองแล้วทาเนย ปั้นตับห่านเป็นก้อน ๆ เล็ก ๆ วาง ข้างบน ใช้ผักคองซันเล็ก ๆ เสียบยอด

๘. หมูสับประคด

วิธีทำ

หั่นเนื้อหมูและมันแข็งชิ้นสี่เหลี่ยมพอควร แล้วหั่นใบคื่นไชใส่ ลงไป นำน้ำตาล น้ำปลาซีอิ้วดำ และขาวใส่ถ้วย คลุกเคล้าให้ เข้ากันแล้ว เสียบไม้ ปิ้งไฟพอสุก แล้วเสียบไม้จิ้มฟันพร้อมทั้ง แต่งกวา และสับประคด ใบคื่นไชเสียบด้วย

๙. หัวผักกาดขาวห่อกุ้งเชียง

วิธีทำ

ใช้หัวผักกาดขาวหั่นยาง ๆ ประมาณ ๑ นิ้ว ล้างน้ำเกลือแล้วขยำ พอเข้า ๆ ล้างน้ำอีกที ผสมน้ำส้ม น้ำตาล และเกลือ ให้รสจืด แล้วตั้งไฟพอให้น้ำส้ม น้ำตาล เกลือละลาย แล้วนำมาพักไว้จน เย็น แล้วนำหัวผักกาดขาวใส่ลงทั้งไว้ประมาณ ๓ ชั่วโมง เอา กุ้งเชียงย่างไฟหั่นยาง ๆ นำหัวผักกาดขาวมาห่อ พันด้วยคื่น ไค้

วิธีทำออร์เดิร์ฟแบบง่าย ๆ

หมูเบคอนตัดครึ่ง พั่นกับลูกโอลีฟ และลูกพริกขี้หนู แล้วใช้ไม้จิ้ม
พั่นทักไว้ แล้วนำไปทอด ก่อนเสิร์ฟสักชั่วโมงเอาของพวกนั้นจิ้ม
เข้าด้วยกันสัก ๒ อย่างหรือมากกว่าก็ได้ เช่น แครกเกอร์กับ
ผักคองหนึ่ชิ้นบาง ๆ หรือเนยกับผักคอง เนื้อหั่นสี่เหลี่ยมกับลูกโอลีฟ
หอมกับเนย เป็นต้น แล้วใช้ด้ายถักย่นผลส้มโอหรือมะเขือยาว หรือ
แตงกวา หรือผลสับปะรดก็ได้

เนยแข็งทอด

เครื่องปรุง

เนยแข็ง (ตราเชคคาร์)	๑ ถ้วย
แป้งสาลี	๑ ช้อนชา
เกลือ	๑/๔ ช้อนชา
ไข่ไก่	๑ ฟอง (ใช้แต่ไข่ขาวก็แข็ง)

วิธีทำ

ผสมเนย แป้ง เกลือ และพริกไทยเข้าด้วยกัน ใส่ลงในไข่ขาวที่ตีแข็ง
แล้ว ขึ้นชามคลุกขึ้นแล้วทอดด้วยน้ำมันจนเหลือง (เช่นน้ำมัน
Crisco) ส่วนผสมนี้จะทำได้ประมาณ ๑๒ ลูก

ขนมวิซไล่ต่าง ๆ

สมาคมสตรีไทย

๑. ขนมวิซไล่

เครื่องปรุง

ขนมปัง ๕ แผ่น ทาเนยทุก ๆ แผ่น ผักกาดหอม มะเขือเทศ
ใส่กรอกอย่างแผ่น ไก่อบ หอมหัวใหญ่ เกลือ พริกไทย น้ำ
มายองเนส (เสิร์ฟแล้วนั้น)

๒. ไล่ด้บบด
เครื่องปรุง คับยค ผักกอกอย่างขวก เกลือ พริกไทย (มันแล้วหันตามขวาง)
๓. ไล่ไข่
เครื่องปรุง ไข่ไก่ต้มสุก เกลือ พริกไทย น้ำมันองเนส (มันหันตามขวาง)
๔. ไล่กรอก
เครื่องปรุง เอาขนมปังแผ่นยาว ๆ ทาเนย เอาไส้กรอกวางแล้วมันไก่เลย ห่อ
กระดาษแก้ว
๕. ไล่ไก่อบ
เครื่องปรุง ไก่ทาเนย พริกไทย เกลือ เอาลงทอดพอเหลือง แล้วเอาใส่หม้อ
เติมน้ำนิดหน่อย ปิดฝาหม้อตั้งไฟไปจนน้ำแห้ง เอาไก่มาฉีกให้เป็น
ชิ้นฝอย ๆ ผสมน้ำมันองเนส หัวหอมใหญ่ เกลือ พริกไทย เอา
ไปทาขนมปังซึ่งทาเนยเตรียมไว้แล้ว (เสร็จแล้วหัน)
แซนวิชมันเมื่อทำเสร็จแล้วต้องเอาแช่ตู้เย็นประมาณ ๑ ชั่วโมง จึง
เอาออกมาหันเป็นชิ้น ๆ ตามใจชอบ

แซนวิชจานบิน

สมาคมสตรีไทย

- เครื่องปรุง ขนมปังปอนด์ชนิดทำแซนวิช เนยสดอย่างดี เนื้อรวบค หอมหัวใหญ่
มันฝรั่ง น้ำมันองเนส ผงกาหรี ไก่อบ กุ้งสด แป้งสาลี นมสด
เห็ดขั้ว
- วิธีทำ นำขนมปังมาหันให้ชิ้นบางหน่อย ทาเนย ๒ ข้างให้ทั่ว แล้วนำใส่
ค่าง ๆ ที่ทำเสร็จแล้วใส่บนขนมปังให้พูน ๆ เมื่อกดพิมพ์เสร็จแล้วจะ
ไค้สอย ปิ้งไฟประมาณ ๒ นาที แล้วรีบประทานกับผักกาดคองต่าง ๆ
จะทำให้รสดีขึ้น
(แซนวิชชนิดนี้ควรรับประทานร้อน ๆ)

- วิธีทำไส้เนอ** เนอว้วยคละเอี้ยก ๑/๒ กรัม จะใช้หอมหัวใหญ่หรือมันก็ได้ ประมาณ ๖ หัว หั่นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ ใช้เนยผัดให้หอม ใส่เนยบดลงผัด ผงกะหรี่ เกลือ น้ำตาลใส่ลงผัดด้วยกันชิมดูตามรสที่ชอบ
- วิธีทำไก่อบ** ไก่ ๑ ตัว ทาเนย เกลือ พริกไทย ให้ทั่วอบให้เหลือง แล้วนำมาฉีกเป็นเส้นหยาย ๆ ผักกาดหอม มะเขือเทศ วางรองบนขนมปังใส่ไก่อบที่ฉีกวางขนมปังที่ขยลงในพิมพ์ ปิ้งรับประทานได้เลย หรือจะนำไก่อบคลุกกับน้ำมันของเนสเกอเนกก็ได้ พร้อมทั้งผักจะทำให้รสดีขึ้นมาก
- ไส้กุ้ง** กุ้ง ๑ กรัม นมสด ๒ กระป๋อง หอมหัวใหญ่ ๖ หัว เนย ๒ ช้อนโต๊ะ ผงหวาน พริกไทย เกลือ แป้งสาลี ๓ ช้อนโต๊ะ
- วิธีทำ** เนยใส่กระทะตั้งไฟให้ร้อน แล้วนำหอมมาใส่ผัดให้เหลือง ใส่เนม ๒ กระป๋อง พอเดือดแล้วเอากุ้ง เกลือ ผงหวาน พริกไทย ชิมรสตามชอบ แล้วใส่แป้งสาลี คนให้ขึ้นตามต้องการ
- แซนวิชแบบนี้ทำสะดวกมาก ถ้าท่านทำเครื่องไว้ให้เรียบร้อยก่อนใช้เป็นอาหารเช้าและอาหารว่างได้อย่างดี

บาบีคิว

สุขุม นวพันธุ์

- เครื่องปรุง** เนื้อวัว (กั๊กประมาณ ๑ นิ้ว) เนื้อไก่ คับไก่ เครื่องใน ไส้กรอก เบคอน
- ผัก** พริกหยวก พริกขี้หนู สับปะรดหั่นสี่เหลี่ยม (เคี้ยวน้ำเชื่อมเสียก่อน) ข้าวโพดสกอ่อน ๆ ตักเป็นชิ้น ๆ ท่อนใหญ่ผ่า ๖ ชิ้น มันฝรั่งต้มแล้วหั่นครึ่ง มะเขือเทศผลเล็ก ๆ ใช้ทั้งผล เห็ดสดหรือเห็ดหอมก็ได้

ข้อที่ใช้หมัก

๑. Tomato Catchup	๑ ถ้วย
๒. เนย	$\frac{๑}{๔}$ ปอนด์
๓. เกลือ	๑ ช้อนชา
๔. พริกไทย	$\frac{๑}{๒}$ ช้อนชา
๕. เม็กกิ้ง	$\frac{๑}{๒}$ ช้อนชา
๖. ผงชูรส	$\frac{๑}{๒}$ ช้อนชา
๗. Sauce worcester	๒ ช้อนชา
๘. ซอสศรีวิราชา	๑-๒ ช้อนโต๊ะ
๙. เบรนท์	
๑๐. น้ำตาลทราย	๑-๒ ช้อนโต๊ะ
๑๑. น้ำมันเวสต์มอธ	$\frac{๑}{๔}$ ถ้วย

ของที่ใช้เสียบ

ข้าวโพด เนื้อ มะเขือเทศ เห็ด เบคอน เห็ด มัน ใส่กรอกหน้าเวลาจะปิ้ง
ให้ใช้น้ำมันทาที่ข้าวโพดเสียบก่อนจึงใช้ซอสทาให้ทั่ว

กึ่งบาบีคิว

รัชนิบูล ปรานีประชาชน

เครื่องปรุง

น้ำสับปะรดกระป๋อง ๑/๓ ถ้วย น้ำปลาญี่ปุ่น ๑/๔ ถ้วย กระเทียมตำ
ละเอียด ๑/๒ ช้อนชา น้ำมัน ๒ ช้อนโต๊ะ น้ำมันรำหรือน้ำมันพืช
อย่างใด ๒ ช้อนโต๊ะ กุ้งสด เนื้อสับปะรดกระป๋อง พริกหยวกฝรั่ง
(พริกขี้หนู)

วิธีทำ

กึ่งสกล้างน้ำปอกเปลือก แช่ไว้ในน้ำผสมยาขี้คว้างบนนี้ไว้ประมาณ ๑/๒ ชั่วโมง แล้วนำมาเสียบกับไม้สำหรับปักไฟสลับกับเนื้อสับปรอท หั่นเป็นชิ้นพอคำคั้นพริกหยวกฝรั่งหั่นเป็นชิ้น ๆ ปักไฟข้างละประมาณ ๒ นาที ขณะที่ปักใช้น้ำที่ผสมไว้ทาไปทั่ว

ขี้คว้าง คือ กุหลาบ

สำเนียง เวปุลละ สมาคม วาย ดับยู ซี เอ

เครื่องปรุง

กุ้งขี้แฮ่สด
แตงกวา
ผักกาดหอม
ไข่ไก่ต้มสุก
ซอสมายองเนส
ซอสมะเขือเทศ

วิธีทำ

ต้มกุ้งสดพอสุกแล้วปอกเปลือกออกผ่าซีก อย่าใช้กุ้งตัวโตนัก แตงกวาปอกเปลือกแล้วหั่นเป็นแว่นอย่าให้หนานัก ไข่ต้มสุกหั่นเป็นแว่นเช่นกัน ผักกาดหอมหั่นเป็นฝอยเล็ก ๆ คลุกกับซอสมายองเนส จักใส่ในถ้วยแก้ว นำกุ้งที่ผ่านแล้วคลุกกับซอสมายองเนสเหมือนกันมาใส่ไว้บนผักกาดหอมที่รองอยู่กันถ้วย ต่อจากนั้นจึงนำแตงกวามาประกบไว้ข้าง แล้วจึงเอาไข่ที่หั่นแล้ววางไว้ข้างบน เมื่อเสร็จแล้วจึงหยอดซอสมะเขือเทศไว้บนไข่

แครบ ค็อกเทล

สมาคม วาย ดับยู ซี เอ

เครื่องปรุง

ปูทะเล
ผักกาดหอม
ไข่ไก่ต้มสุก
ซอสมายองเนส
ซอสมะเขือเทศ
หน่อไม้กระป๋อง

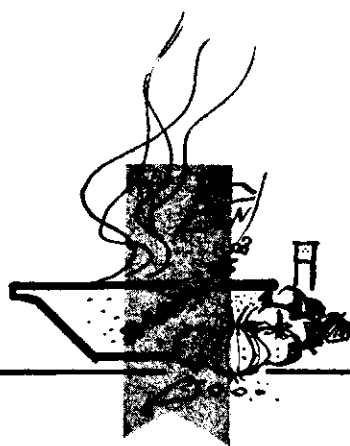
วิธีทำ

ปูทะเลต้มสุก หั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ ผักกาดหอมหั่นฝอยเคล้ากับมายองเนส และซอส วางลงในกระป๋องปูทะเลข้างหนึ่งซึ่งเคล้าซอสมายองเนสวางไว้ แล้วจัดแต่งกวาที่หั่นเป็นแว่นกลม ๆ วางไว้นบนปูทะเล เอาไข่ต้มสุกวางไว้ข้าง ๆ แต่งกวา แต่งด้วยซอสมะเขือเทศ เอาหน่อไม้กระป๋องวางไว้ข้าง ๆ



หน้าว่าง

کے



หน้าว่าง

การใช้น้ำที่ต้มจากเนื้อคอนซูเม่ทำซุป์แบบต่าง ๆ

มิสซิส ลิลลี่ อองเกอร์ สมาคม วาย ดับยู ซี เอ

เครื่องปรุง

เนื้อ ๑-๑ ๑/๒ ปอนด์ (จะใช้เนื้อที่คอ สี่ข้าง หรือที่ไหล่ก็ได้)
น้ำ ๒-๓ ลิตร (๔-๖ ปอนด์) ผักกาดแครอท ๑ หัว
ต้นหอม ๑ ต้น (ใช้ก้านหรือใบกุยช่ายก็ได้)
หอม ๑ หัว เกลือ ๑ ช้อนชา
พริกไทย ๒ เม็ด (หรือพริกไทยป่นก็ได้) มะเขือเทศ ๑ ผล
กระดูกสันเป็นท่อน ๆ ๑ ปอนด์

วิธีทำ

นำสิ่งเหล่านี้มาต้มประมาณ ๒ ชั่วโมง หรือนานกว่านั้น ปิดฝาหม้อ
ให้แน่น จะใช้หม้ออบเพรสไดก็ได้ เมื่อต้มได้ที่แล้วจึงกรองเอา
แต่น้ำ ที่เขื่อน้ำเชื้อสำหรับซุป์ต่าง ๆ

ซุป์สาकुฝรั่ง

น้ำ ๑/๘ ลิตร หรือ ๑/๒ ถ้วย เนย ๕๕ แกรม หรือ ๑ ช้อนช
สาकुฝรั่ง ๖๐ แกรม ไข่ไก่ ๒ ฟอง เกลือ อบเชย ผักชี เติมน้ำซุป์
ต้มให้เดือด นม เนย และอบเชย ใส่สาकु กวนไปเรื่อย ๆ พัก
ไว้จนแห้ง ใส่ไข่ ๑ ฟองทันที หลังจาก ๑๕ นาที จึงใส่อีก ๑ ฟอง
เมื่อสาकुเย็นลงบ้างแล้ว เอาช้อนชาคักให้เป็นก้อนกลม ๆ ใส่ในหม้อ
ตั้งไฟต่อไปอีก ๕ นาที ใส่ผักชีโรยหน้า ถ้าชอบ ใส่เม็กกัก่อนก็ได้

ซุป์ข้าวโอ๊ต

ข้าวโอ๊ต ๑ ถ้วย ไข่ไก่ ๑ ฟอง (ใช้เฉพาะไข่แดง) นมข้น
ถั่วชอบ หอมฝรั่ง ๑ ต้น หอมไทยสับ กุยช่ายสับ เนย ๑ ช้อนโต๊ะ
ละลายเนย ใส่ต้นหอมสับ ใส่ข้าวโอ๊ต หมั่นคนไว้เสมอ ใส่เติมน้ำซุป์
ต้มสัก ๑๐ นาที ก่อนจะรับประทานให้ใส่นมกับไข่ไก่ (ถ้าชอบ)

ขนมปังฝรั่งเศส

ขนมปัง ๒ แผ่น (ขนมปังค้าง ๒ วัน ชื้อจากร้านขนมปังฝรั่งเศส
ตรงข้ามซอยบ้านไทย) เนย ๑ ช้อนช ไข่ไก่ ๑ ฟอง หัวหอมสับ
ผักชี เกลือ อบเชย น้ำซุป์ ปั่นขนมปัง (เฉพาะ เปลือกนอก)

ชุปแพนเค้ก

หันขนมยังเป็นชิ้นบาง ๆ ชุบน้ำชุบให้ชุ่ม คั้นไข่ฝักซี่ ที่ทอดแล้ว
ใส่ไข่ หอม อบเชย และขนมปังที่ปั่นไว้ลงไปคนให้เข้ากัน แล้วใส่
ในชุปทอด ท้มไป ๕-๖ นาที จิมกู ถ้าชอบจะใส่เม็กก็อันก็ได้
ถ้าขนมแพนเค้กเป็นชิ้นยาว ๆ แล้วใส่ในชุป โรยฝักซี่ จะทำให้ดู
ดีสวยและรสอร่อย

ชุบต่างๆ

มิสซิส ลิลลี่ อองเกอร์ สมาคม วาย ดับยู ซี เอ

เครื่องปรุง

ไข่ไก่ ๑ ฟอง (ใช้แค่ไข่แดง)
นม ๑/๒ ถ้วยชา เกลือ
ลูกจันทร์ เนย
ชุปคอนซูเม่

วิธีทำ

ผสมเครื่องปรุงเข้าด้วยกัน คั้นให้เข้ากันดีแล้วเทลงในหม้อที่ทาเนยไว้
หรือเทใส่พิมพ์ หรือเหยือก ปัดให้แน่นหนึ่งประมาณ ๒๐ นาที หลัง
จากเย็นแล้วตัดเป็นชิ้นสี่เหลี่ยมตามชอบ เสฟกับชุปคอนซูเม่ และ
โรยฝักซี่

เครื่องปรุง

กั๊	๑/๔	ปอนด์	ขนมปัง	๒	ก้อน
เนย	๑๕	แกรม	แข็ง	๒	ช้อนโต๊ะ
ขนมปังปั่น	๒	ช้อนโต๊ะ	หอมใหญ่	๑	หัว
ฝักซี่			เกลือ		
ลูกจันทร์			มาการีน (ไม่ใส่ก็ได้)		
ไข่	๑/๒	ฟอง	ชุปคอนซูเม่		

วิธีทำ

ยกคีย์ให้ละเอียดชุกผิวขนมปังออก แล้วนำขนมปังที่เหลือลงชุบน้ำ
พอเปียกขี้ให้แห้งที่สุด สับให้เป็นชิ้นแล้วผัดกับเนยและหอมใหญ่
ผัดให้แห้งแล้ว ใส่เครื่องปรุงลงไปผสมให้เข้ากัน คักก่อนที่ผสมลงใน
ในหม้อที่มีน้ำคอนซูเม่อยู่ ปรุงรสด้วยซุปรูเม็กกักก่อนตามต้องการ

เครื่องปรุง

เนย ๘๐-๑๐๐ แกรม ราว ๆ ๓ ออนซ์

มันต้ม ๒๐๐ แกรม (ต้มทิ้งไว้ประมาณ ๑ วัน) ไข่ไก่ ๒ ฟอง
ขนมปังป่น ๑-๒ ช้อนโต๊ะ เนยพามีซาน ๑ ช้อนโต๊ะ (จะใช้
แย่งหรือขนมปังป่นแทนก็ได้) เกลือ ลูกนัท

วิธีทำ

ยี่มันต้มด้วยข้อม แล้วผสมกับเครื่องปรุงดังกล่าว ขึ้นเป็นอันกลม ๆ
หรือจะใช้ช้อนชาตักให้เป็นก้อนก็ได้) ใส่ลงในน้ำซุปรูเม็กกักให้เดือด
ประมาณ ๖-๘ นาที ปรุงรสด้วยซุปรูเม็กกักก่อน
ของที่เหลือจากวันก่อนนำมาทำซุปรูได้ ผักและเนื้อทุกชนิดใช้ใส่ใน
ซุปรูได้ ข้าวที่เหลือก็ใส่ในซุปรูได้ ถ้าชอบรสเบาก่อนก็หั่นเบาก่อน
เป็นชิ้นเล็ก ๆ ผักให้เหลือใส่ลงในซุปรูชนิดใดก็ได้ แต่อย่าใส่มาก
เกินไปจะทำให้เสียรส ผักและมันจะทำให้ซุปรูมีรสดีขึ้น

ซุปรูหอยแมงภู่ (Moules Masimicré)

วิลลา ฟลอรา

หอยแมงภู่สดประมาณ ๔๐ ตัว ล้างสะอาด เหล้าขาว ๒ ถ้วย หัวหอม
๑ หัวสับ ผักชีสับ ๒ ช้อนโต๊ะ เกลือ พริกไทย เนย ๓ ช้อนโต๊ะ
น้ำซุปรูชนิดน้อย น้ำมะนาวชนิดน้อย ผักหัวหอม ผักชี และเนย
แล้วใส่หอย เหล้า พอร้อนหอยจะปากแล้ว เอาหอยขึ้น แกะเอาฝา
ออกเสีย ๑ ข้าง จักลงงานกันลึก เอาน้ำหอยทิ้งไฟให้ร้อน ใส่เกลือ
พริกไทย และน้ำซุปรูอีกชนิดน้อย บีบมะนาวให้มีรสเปรี้ยว ชิมรส
ตามชอบ ลาดบนหอย รับประทานทันที

ชุบมะเขือเทศ

เครื่องปรุง

มะเขือเทศกระป๋อง

หอมหัวใหญ่

น้ำชุบ

เนย

แป้งสาลี

เส้นหมี่ หรือขนมปัง

นมสด

วิธีทำ

สับหอมใหญ่ให้ละเอียด ผักกับเนยให้สุกแล้วใส่แป้งสาลิลงผัดให้
เหลือง แล้วใส่มะเขือเทศกระป๋อง ค่อย ๆ เติมน้ำชุบคนอย่าให้เป็นลูก
ใส่น้ำชุบลงพอให้ข้น แล้วกรองเพื่อจะเอากากหอมออกแล้วยกขึ้น
ตั้งไฟ พอเดือดยกลง ใส่นมสดโรยด้วยเส้นหมี่ทอด หรือขนมปัง
หั่นชิ้นเล็ก ๆ ทอดกรอบ

ชุบหอมฝรั่ง

เครื่องปรุง

หอมฝรั่ง

น้ำมันหมู หรือเนย

แป้งสาลี

น้ำชุบใส

เกลือ

พริกไทย

ขนมปังฝรั่งเศษ หั่นเป็นแผ่น

เนยแข็งชุบ

วิธีทำ

หั่นหอมเป็นแว่นบาง ๆ เจียวในเนย หรือน้ำมันหมูจนนุ่มเป็นสีเหลือง ใส่แป้งสาลีผัดไปทั่วกัน คนเรื่อย ๆ อย่าให้เป็นลูก รินน้ำซุปลง เค็มเกลือ พริกไทย เคี้ยวไฟอ่อน ๆ ประมาณครึ่งชั่วโมง จนมียัง หั่นเป็นแว่นปิ้งให้กรอบ เรียงไว้กันสามเตาซุปลงไป เอาเข้าเตาอบ ให้เหลือง โรยหน้าด้วยเนยแข็งขูด

ซุปลูญุ่น

บัวแก้ว ประทีปประเสน

เครื่องปรุง

ไข่	๒ ฟอง
น้ำซूपไก่	๑ ๑/๒ ถ้วย
กุ้งสด	๑ ๑/๒ ถ้วย
หมู	๑ ๑/๒ ถ้วย
เห็ดขมิ้ว	๑ ๑/๒ ถ้วย
ไก่	๑ ๑/๒ ถ้วย
ผงชูรส	๑ ช้อนชา
น้ำปลาญี่ปุ่น	๒ ช้อนโต๊ะ

พริกไทย ผักชี หอมใหญ่

วิธีทำ

ไก่ กุ้ง หมู หั่นเป็นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ ต้มให้สุก ตีไข่ใส่น้ำซุปลงและเครื่องที่ต้มสุกแล้ว ใส่น้ำปลาญี่ปุ่น พริกไทย ผงชูรส คนให้เข้ากัน ตักใส่ถ้วย โรยผักชี ใส่รังถึงนึ่งให้สุก

น้ำสลัดอย่างข้น

คุณหญิงสุนทร พงษ์โสภณ

เครื่องปรุง

น้ำตาลทราย	๕ ช้อนโต๊ะ
เกลือป่น	๑ ช้อนโต๊ะ
มัสการึก	๑ ช้อนโต๊ะ
มะนาวคั้นแต่น้ำ	๔ ผลใหญ่
ไข่ไก่เอาแต่ไข่แดง	๖ ฟอง (ไข่ชนิดใหญ่)
นมสดทราหมี่กระป๋องเล็ก	๑ กระป๋อง
น้ำมันสลัก	๑ ขวดใหญ่(ถ้าไม่มีใช้น้ำมันหมูแทนได้)

วิธีทำ

ผสมน้ำตาล เกลือ มัสการึก ใส่ลงในชามแก้วคนให้เข้ากัน แล้วเอาไข่แดงใส่คนให้เข้ากันจนฟูขึ้นนิดหน่อย แล้วใช้น้ำมันสลักทีละน้อย ๆ คนเรื่อยๆ ไปสลักกับน้ำมะนาวทีละน้อยจนหมดพร้อมทั้งน้ำมันสลักด้วย ๑ ขวด เมื่อชนกแล้วใส่นมสด ๒ กระป๋อง ละลายให้เหลวหรือข้นตามความต้องการ

ถ้าใส่ตู้เย็นไว้ ๓ ชั่วโมง ก่อนรับประทานจะทำให้รสดีขึ้น น้ำสลัดนี้เก็บได้ประมาณ ๑ เดือน ถ้าใส่ไว้ในตู้เย็น ส่วนนี้ใช้เลี้ยงได้ประมาณ ๕๐ คน

สลัดต่าง ๆ

ผ่องฉวี ศีตะจิตต์

อาหารสลัดสำหรับในปัจุบันนี้ ใกล้เคียงจะเป็นอาหารหลักชนิดหนึ่งในโอกาสที่มีการเลี้ยงในงานต่างๆ ถ้าเป็นชาวต่างประเทศ

และมีสลักเนื้อสัตว์ เขาก็จะถือว่าเป็นอาหารจานสำคัญของเขาในมื้อนั้น และอยู่ในจำพวก Main Dishes

สำหรับน้ำสลักมีวิธีการปรุงได้หลายแบบหลายวิธี ในที่นี้จะกล่าวถึง ๓ วิธี คือ Mayonnaise

๑. มายองเนส (Mayonnaise) ใช้กับสลักทั่ว ๆ ไป
๒. น้ำสลักอย่างใส สำหรับผักต่าง ๆ
๓. น้ำสลักหวาน สำหรับผลไม้

มายองเนส (Mayonnaise)

เครื่องปรุง

ไข่แดง	๑ ฟอง
มัสตาร์ด	๑ ช้อนชา
น้ำตาลทราย	๑ ช้อนชา
เกลือ	$\frac{๑}{๔}$ ช้อนชา
พริกไทย	$\frac{๑}{๔}$ ช้อนชา
น้ำส้มหรือน้ำมะนาว	๒ ช้อนโต๊ะ
น้ำมันสลัก	๑ ถ้วย

วิธีทำ

ไข่แดง มัสตาร์ด น้ำตาลทราย เกลือ พริกไทย ตีให้เข้ากัน ใส่ น้ำส้มหรือน้ำมะนาว ๑ ช้อนโต๊ะ เติมน้ำมันสลักครึ่งละ ๑ ช้อนโต๊ะ ตีไปเติมน้ำมันสลักไปจนหมด ๑ ถ้วย แล้วใส่น้ำมะนาวที่เหลืออีก ๑ ช้อนโต๊ะ ผสมให้เข้ากัน

น้ำสลัดอย่างใส (French Dressing)

เครื่องปรุง

น้ำมันสลัด	๑ ถ้วย
น้ำส้ม	$\frac{๑}{๔}$ ถ้วย
น้ำมะนาว	$\frac{๑}{๔}$ ถ้วย
เกลือ	๑ ช้อนชา
มัสตาร์ด	$\frac{๑}{๒}$ ช้อนชา

วิธีทำ

ผสมเครื่องทั้งหมดเข้าด้วยกัน หรือจะใส่ขมิ้นผง และเขย่าให้เข้ากัน

น้ำสลัดสำหรับผลไม้ (Sweet French Dressing)

ผสมวิธีเดียวกับน้ำสลัดอย่างใส เติมน้ำตาลป่นละเอียด ๒ ช้อนโต๊ะ หรือผง $\frac{๑}{๒}$ ถ้วย

สลัดเนื้อสันใน

เนื้อสันในทำสะอาด เคล้ากับเกลือ พริกไทย ผงชูรส น้ำมันหมักไว้ ๒-๓ ชั่วโมง อบหรือทอดพอสุก

เนื้อหั่นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ ๒ ถ้วย

หอมใหญ่หั่นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ $\frac{๑}{๒}$ ถ้วย

มะเขือเทศหั่นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ ๑ ถ้วย

แตงกวาหั่นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ $\frac{๑}{๒}$ ถ้วย

เครื่องทั้งหมดผสมเข้าด้วยกันกับน้ำมันของเนส ๑-๒ ช้อนโต๊ะ บรรจุในผลไม้ มะเขือเทศ หรือแตงกวา รองด้วยใบผักกาดหอม

สลัดปลากระป๋อง

เครื่องปรุง

ไข่ต้มสุกแข็ง	๖ ฟอง
มันฝรั่ง	๑ ช้อนชา
ปลากระป๋อง	๑ กระป๋อง
น้ำมันาว	๑ ช้อนโต๊ะ
เกลือ	$\frac{1}{2}$ ช้อนชา
หอมใหญ่หั่นละเอียด	๑ ถ้วย
ต้นคื่นไช้หั่นละเอียด	$\frac{1}{2}$ ถ้วย
ผักกาดหอม	๒ ต้น

วิธีทำ

ผ่าไข่ออกเป็น ๒ ซีก ตักไข่แดงออกผสมกับมันฝรั่ง เกลือ น้ำมันาว หอมใหญ่ ปลากระป๋อง ผสมให้เข้ากัน บรรจุลงในไข่พอเต็ม หยอกน้ำมันของเนสข้างบน ผักกาดหอมเคล้ากับน้ำสลัดอย่างใส จักได้งานวางสลัดปลาในไข่ไว้ข้างบน



หน้าว่าง

อาหารว่าง .
.

หน้าว่าง

วิธีทำปลาแนม

คุณหญิงแจ่ม เดชประดิษฐ์

เครื่องปรุง

ปลาช่อน หนึ่งหมู ข้าวควั ส้มซ่า มันหมูแข็ง กระเทียมคอง
น้ำตาลทราย หัวหอม เกล็ดขี้เณร ข่าอ่อน ถั่วลิสงคั่วแล้ว พริกชี้ฟ้า
แดง เหลือง เขียว ผักกาดหอม ใบชะพลู ใบทองหลาง

วิธีทำ

๑. ปลาช่อน

ปลาช่อนขนาด ๑ กิโลกรัม ตักหัวแล้วล้างน้ำให้สะอาดเอาไส้ออก
ใช้ใบทองหล่อปลาหลาย ๆ ชิ้น ห่อทั้งเกล็ด ปิ้งให้สุก แกะเกล็ดออก
และเลือก้างให้หมด (ที่ค้องห่อใบทอง เพราะจะให้เนื้อปลาขาว
เวลาสุกและหนังออกง่าย ค้องแคะเวลายังร้อนอยู่ ถ้าทิ้งไว้เย็นแล้ว
หนังก็จะติดเนื้อ)

๒. ข้าวควั

ล้างข้าวสารให้สะอาด ๒-๓ ครั้ง แล้วใส่กระตั่วให้สุกเหลืองทั่วกัน
จะใช้ไม้หรือเครื่องบดให้ละเอียดเก็บใส่ขวดไว้

๓. หนึ่งหมู

กูหนึ่งหมูที่สะอาด ๆ ที่ไม่มีขน พยายามถอนขนให้หมด ชุบให้
สะอาดใส่หม้อต้มสุกพอเดือดจิกเข้าแล้วตักขึ้นแช่น้ำเย็น หั่นเป็นชิ้น
เล็ก ๆ ฝอย ๆ ตากแดดให้แห้งแล้วเก็บไว้ เวลาจะทำ นำหนึ่งหมู
ที่หั่นแล้วใส่กระชอน แล้วคั้นน้ำเคือก ๆ รากลงไปในหนึ่งหมู คน
ให้ทั่วจนหนึ่งหมูนุ่ม แล้วรำนํ้ามะนาวให้ทั่วจนหนึ่งหมูนุ่มเป็นเงา
นํ้าไม่ติดกัน

๔. ถั่วลิสง

ถั่วลิสงคั่วแล้ว หั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ ตามยาวของเม็ดใส่ขวดเก็บไว้

๕. กระเทียมคอง

ปอกเปลือก แล้วหั่นให้เป็นชิ้นเล็ก ๆ ตามยาวของกลีบ กรองนํ้า
กระเทียมให้สะอาด ใส่ขวด แล้วนำกระเทียมที่หั่นไว้ใส่ลงในขวด
นํ้ากระเทียมที่กรองแล้ว

วิธีทำไส้กรอกข้าวหมู

คุณหญิงฉลัม เดชประดิษฐ์

เครื่องปรุง

ตะไคร้ ข้าว ผีวมะกรูด หอม กระเทียม รากผักชี พริกแห้งเม็ดใหญ่
มะพร้าวขูดแล้ว ๑ กิโลกรัม ไข่เป็ด ๒ ฟอง เนื้อหมู ๑ กิโลกรัม
หมูสามชั้น ๒ กิโลกรัม ไส้หมูเล็ก ๆ ๓ ขา ข้าวสุก ๑ ถ้วยข้าวต้ม
ถั่วลิสงปั่น (ก่อนอื่นต้องล้างไส้หมูให้สะอาดก่อน ถ้วยน้ำเกลือ กลับ
ข้างในออกล้างแล้วกลับไว้อย่างเดิม แช่น้ำเกลือเล็กน้อย)

วิธีทำ

ตะไคร้ ๒ ต้นหั่นฝอย ข้าว ๑๐ ถ้วย ผีวมะกรูดหั่นฝอย ๑ ๒ ช้อน
กาแฟ รากผักชีหั่นทั้งรากรวมทั้งโคนแก่ ๆ ๒ ช้อนโต๊ะ พริกแห้ง
เม็ดใหญ่ ๗ เม็ด ผ่าเม็ดในออก แล้วแช่น้ำไว้ เมื่อจะตำจึงบีบน้ำทิ้ง
กระเทียมหั่นกลาง ๆ ๔ หัว หัวหอมกลาง ๆ ๒ หัว พริกไทย ๗ เม็ด
เกลือ ๑ ช้อนชา ทั้งหมดนี้ใส่ครกตำให้ละเอียด (ควรตำผีวมะกรูด
กับพริกแห้ง, พริกไทยกับเกลือก่อนเพื่อละเอียดเร็ว)

หมู

เนื้อหมูหั่นสไลด์เล็ก ๆ ที่สุก หมูสามชั้นสไลด์ละเอียด เคล้ากับ
หมูที่หั่นไว้

มะพร้าว

มะพร้าวคั้นเอาแต่หัวใส่น้ำนิดหน่อย แบ่งไว้ครึ่งหนึ่ง น้ำพริกที่ตำ
ละเอียดแล้วแบ่งเป็น ๒ ส่วน นำน้ำพริกกับกะทิคนให้เข้ากัน แล้วนำ
หมูที่เตรียมไว้คนลงด้วยกับถั่วลิสงปั่นไม่ต้องมาก ใส่ไข่เป็ดทั้งฟอง
คนลงไปให้เข้ากันดี ใส่น้ำตาลน้ำปลา เมื่อเข้ากันดีแล้ว หยิบใส่
ใบตองห่อปิ้งชิมรสตามชอบ เมื่อถูกใจแล้วจึงนำที่ผสมไว้ใส่ในไส้หมู
แล้วปิ้งให้เหลืองเกรียมแต่อย่าไหม้

วิธีการอกไส้หมู

ต้องใช้กรวยใส่ไส้หมู แล้วนำเครื่องที่ผสมไว้ใส่ในกรวย หาไม้ (หรือตะเกียบ) ทุบ ๆ ให้เครื่องผสมลงในไส้ให้หมด แล้วค่อย ๆ ไล่ลมออกจากไส้ให้หมด จึงผูกเชือกและขดเป็นวงกลม ชักกับไม้ หรือเหล็กปิ้งไฟอ่อน ๆ หมั่นกลับ โรยด้วยกากมะพร้าวที่คั้นน้ำกระเทียม ออกแล้วเพื่อให้หอม และคอบหาไม้แหลม ๆ ทุบใส่เพื่อให้ไส้แตกและ ไล่ลมออก เพื่อให้ไส้โรยไม่แตก เมื่อสุกแล้วหันตามชอบ ใช้กรอกข้าวก็ทำเหมือนกัน แต่เปลี่ยนจากหมูเป็นข้าวเท่านั้น

วิธีทำเมี่ยงทรงเครื่อง

คุณหญิงฉลัม เดชประดิษฐ์

เครื่องปรุง

ใบเมี่ยงเชียงใหม่ กุ้งนาง หอมเขียวกระเทียมเขียว น้ำพริกลาว ไส้หมูและหมูสามชั้นนึ่งเล็กน้อย กระเทียมกองแกะเป็นกลีบ กุ้งแห้ง ทอดทั้งตัว ถ้าตัวใหญ่ก็ผ่าสอง ถั่วลิสงทอดทั้งเม็ด

วิธีทำ

แกะใบเมี่ยงเป็นใบ ๆ แล้วทอคน้ำมันพอใบแข็ง กุ้งนาง ไส้หมูและ หมูสามชั้นนึ่งให้สุก แล้วหันเป็นชิ้นเล็ก ๆ ยาว ๆ กุ้งแห้งเป็นชิ้นบาง ๆ ยาว ๆ หอมเขียว กระเทียมเขียว น้ำพริกลาว ละลายกับน้ำมันาว น้ำตาลและกะสมกันเข้า ให้เป็นน้ำเหลว ถั่วลิสงทอด กุ้งแห้งทอดกรอบ

วิธีจัด

ตักน้ำพริกใส่ถ้วยเล็กวางตรงกลางจานใหญ่ รอบ ๆ ถ้วยเล็กปักของ ที่เตรียมไว้ เป็นพวก ๆ ให้เต็มจาน ข้างบนนำเครื่องที่เตรียมไว้ทั้งหมดคลุกให้เข้ากัน รวบน้ำพริกที่ ผสมไว้ลงคลุกไปด้วย เว้นแต่ใบเมี่ยง นำใบเมี่ยงใส่ซ้อนโต๊ะแล้วตัก เครื่องที่คลุกวางลงบนใบเมี่ยง ห่อรับประทาน

เมี่ยงข้าวตัง

บัวแก้ว ประทีปเสน

เครื่องปรุง

เนื้อหมูครึ่งกิโล กุ้งสดครึ่งกิโล หัวหอม ๑ ถ้วย กระเทียม ๒ ถ้วย
ถั่วลิสง ๒ ถ้วย กุ้งแห้งอย่างกึ่ง ๑ ถ้วย น้ำปลา ๒ ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลหม้อ ๑ ๒ ช้อนโต๊ะ ส้มมะขาม ๒ ถ้วย มะนาว ๒ ผล ข้าวตัง
น้ำมัน ชিংหั่นฝอย ๑ ถ้วย ผงชูรส ๑ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

เนื้อหมูล้างน้ำให้สะอาดหั่นสไล์เลี่ยมเล็กๆ กุ้งนางสดล้างน้ำแล้วปอก
เปลือกทั้งหัวสับให้ละเอียด หัวกุ้งหั่นสไล์เลี่ยม กุ้งแห้งโขลกให้
ละเอียด ถั่วลิสงคั่วซอยให้ละเอียด หัวหอมซอยตามยาว กระเทียม
ซอยตามยาว เอากระทะตั้งไฟเอาหมูลงผัดพอเหลือง หัวหอมเขียวให้
เหลือง กระเทียมเขียวพอเหลือง กุ้งผัดให้สุก ข้าวตังทอดให้เหลือง
เอาเนื้อหมู กุ้งสด กุ้งแห้ง ชিং ถั่วลิสง เคล้าให้เข้ากัน เอา
ส้มมะขามล้างน้ำสับให้ละเอียดขยำกับน้ำปลา น้ำตาล มะนาว คลุก
ไปด้วยกัน ชิมดูให้รสเข้ากัน เอาหอมเขียว กระเทียมเขียว แบ่ง
คลุกเสียครึ่งหนึ่ง ใส่ผงชูรส เอาซองที่คลุกรสดีแล้ววางบนข้าวตัง
เอาหัวหอมกระเทียมแต่งหน้าจกलगาน

ข้าวซ่อนลูก

บัวแก้ว ประทีปเสน

เครื่องปรุง

กุ้งสด ๑ กิโล ข้าวสุก ๕ ถ้วยตวง ไข่เค็ม ๕ ฟอง ถั่วลิสง ๑ ถ้วย
ชিং ๒ ถ้วย หัวหอม ๑ ถ้วย กระเทียม ๒ ช้อนโต๊ะ เกลือ ๑ ช้อนโต๊ะ
พริกไทย ๑ ช้อนชา ไข่ไก่ ๕ ฟอง น้ำมัน ผักชี พริกชี้ฟ้า
ผักกาดหอม ผงชูรส ๑ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

กึ่งสีกหักหัวออกแล้วล้างให้สะอาดปอกเปลือกทั้ง กระเทียมปอกเอา
แต่เนื้อ เกลือ พริกไทย ของทั้งหมดโขลกให้ละเอียด พอกึ่งละเอียด
เอาข้าวสุกใส่โขลกไปจนเหนียว ใส่ผงชูรส จึงปอกคั่วเป็นคำเล็กๆ
ถั่วลิสงคั่วครึ่ง หัวหอมคั่วเท่าซิง ไข่เค็มเอาแต่ไข่แดง ขึ้นเป็นก้อน
เท่าซิง หยิบกึ่งที่โขลกแล้วเอามือกดให้แบน เอาไข่เค็ม ถั่วลิสง
หัวหอม ซึ่งใส่ขึ้นเป็นก้อนกลม ๆ จนหมด เอาไข่ทอดออกทำให้
เข้ากัน เอากระทะตั้งไฟใส่น้ำมันพอร้อน จักเอาก้อนกึ่งชุบไข่ทอดจน
เหลือง แล้วจักใส่จาน

ผักกาดหอมล้างให้สะอาดคั่วเป็นท่อน ๆ จักโรยข้าง ๆ จาน แต่งด้วย
ผักชี พริกเหลือง

ข้าวเหนียวไก่

อรพรรณ มกรมณี

เครื่องปรุง

ข้าวเหนียว ๑ ลิตร แห้งคั่วคั้น กระเทียม ผงชูรส ซอว์ญี่ปุ่น
พริกไทย ถั่วลิสงสำหรับนึ่ง เห็ดหอม ทุเรียน ไข่ต้มหรือไก่ทอด
ไข่เค็ม ถั่วกระป๋อง หรือ เมล็ดบัว น้ำซุ่ย (น้ำคั้นกระดูกไก่)

วิธีทำ

เจียวกระเทียมให้เหลือง ใส่ข้าวเหนียวผัด ใส่พริกไทย ผงชูรส
ซอว์ญี่ปุ่น ผักให้หอมเข้ากันดี ตักพักไว้

จัดด้วยสำหรับนึ่ง เห็ดหอมแช่น้ำให้คอกบานผ่า ๔ ถ้าคอกใหญ่ผ่า ๖
ไข่เค็มไข่แดง ไข่แดง ทุเรียนหั่นบาง ๆ ไก่คั่วเป็นชิ้น ๆ คลุกเกลือ
พริกไทยทอด หรืออบก็ได้ ถั่วกระป๋อง ไข่ผ่าครึ่ง ของทั้งหมดหยาบ
วางลงกันด้วย อย่างละชั้น ๒ ชั้น ถั่วกระป๋องให้มากหน่อย แล้วใส่
ข้าวที่แช่ไว้ อย่าให้เต็มถ้วย เพื่อข้าวสุกจะขึ้นเต็มถ้วย แล้วใส่น้ำซุ่ย
นึ่งให้สุก จักคว่ำใส่จานเป็นถ้วย ๆ

สระเตี้ยเนื้อ

คุณครูจับ

เครื่องปรุง

วิธีทำเนื้อ

เนื้อ ๒ กิโลกรัม กระเทียม หอม ชিংอ่อน น้ำตาล ชিংแก่ หัวผักกาดขาว แตงกวา มะนาว พริกแดง ถั่วลิสง มะพร้าว ผักชี ยี่ห่วย ลูกจันทร์ กานพลู อบเชย มาการัน นมข้น หรือน้ำตาลทราย ผงชูรส

๑. ลูกลูกชี ๑ ถ้วย ยี่ห่วย ๒ ถ้วย คั่วให้หอม แล้วโขลกให้ละเอียด
๒. เนื้อหั่นชิ้นสี่เหลี่ยม อย่าให้หนานัก

๓. ชিংแก่ปอกเปลือกโขลกให้ละเอียด กระเทียม เกลือ ลงโขลกด้วย แล้วเอาเนื้อเคล้าให้เข้ากัน ต้องนวดนาน ๆ หน่อย แล้วจึงใส่ ลูกลูกชี ยี่ห่วย ที่โขลกละเอียดแล้วลงไปให้ ๒ ของทั้งหมด มาการัน นมข้น (หรือน้ำตาลทราย) เกลือ นวดให้เข้ากันเนื้อ จึงใส่ ผงชูรส เคล้าให้เข้ากัน หมักไว้สักครู่ เอาถ่านมะพร้าวที่เตรียม เหลาไว้ เหลือบพอร้อนเล็กน้อย เสียบวางเรียงในถาด

วิธีทำเครื่องนาพรัก สำหรับจิ้มเนื้อ

๑. หอม กระเทียม ถั่วลิสง คั่วให้หอม
๒. พริกแห้ง เอาเมล็ดออกแช่น้ำให้นุ่ม โขลกให้ละเอียด
๓. ลูกลูกชี ยี่ห่วย ที่เหลือนั่น เอาหอม กระเทียม ที่คั่วโขลกลง ไปด้วย ใส่ลูกจันทร์ กานพลู อบเชย เอาพริกแห้งที่โขลกแล้ว รวม เป็นครกเดียวกัน โขลกอีกให้ละเอียดให้เหนียว แล้วใส่ ถั่วลิสง โขลกพอควรไม่ต้องละเอียดนัก
๔. มะพร้าวคั้นกะทิ ตั้งให้เดือด เอาหัวกะทิใส่ ชามไว้สำหรับพรม เนื้อเวลาปิ้ง นอกนั้นตักใส่กะทะ เคี่ยวให้แตกมันมาก ๆ แล้วเอา เครื่องแกงลงผัดให้สุกหอม ถ้าแห้งไป ให้ใส่มันกะทิดีก ใส่น้ำปลา น้ำตาล น้ำมะขามเปียก ให้มีรสหวานมากกว่าเค็ม

วิธีทำอาจาต

๑. หักผักกาดขาวสลักเป็นริ้วหั่นบาง ๆ ให้สวยงามชยำกับเกลือ บีบ
เอาน้ำออก
๒. ชั่งฮ่อนหั่นฝอย เกล้ากับน้ำมะนาวเล็กน้อย
๓. แดงกวาหั่นเหล็ยมเล็กพองาม
๔. หอมหั่นบาง ๆ เกล้ากับน้ำมะนาวเล็กน้อย เพื่อให้สีก
๕. พริกเขาเม็ดชอก หั่นขวางหรือหั่นฝอยก็ได้
๖. น้ำตาล, เกลือ, ผสมคนให้ละลาย แล้วใส่หัวผักกาดขาวและผัก
ข้างบนนี้

สระเต๊ะไก่

สุดจิตต์ ภูมิจิตร

เครื่องปรุง

ไก่ ๑ ตัวลอกหนังออกให้หมด แร่แล้วหั่นแฉลบ ชิ้นยาวประมาณ

๑ นิ้วครึ่ง แยกส่วนขาและอกไว้ต่างหาก

ลูกผักชีวักแล้วปั่นให้ละเอียด	๑	ช้อนชา
-------------------------------	---	--------

ลูกยี่ห่วยวักแล้วปั่นละเอียด	๑	ช้อนชา
------------------------------	---	--------

ผงกาหรี	๑	ช้อนชา
---------	---	--------

น้ำตาลทราย	๒	ช้อนชา
------------	---	--------

เกลือป่นเล็กน้อย ตะไคร้ ๒ ต้น ทูบแล้วหั่นเป็นฝอย

ใบมะกรูด ๕ ใบ ผักเป็นชิ้น ๆ

มะพร้าว ๑ กิโล ก็โล คั้นให้หมดมัน แล้วทิ้งไฟพอเดือดยกกลง ช้อนหน้า

ไว้พรม และเกล้าส่วนหนึ่งที่เหลือเก็บไว้ทำน้ำพริกสำหรับจิ้มสระเต๊ะ

วิธีทำไก่

นำเนื้อไก่ส่วนขามาเคล้ากับกะทิและตะไคร้ใบมะกรูดเสียก่อน แล้วจึงเติมส่วนนอกลงเคล้าทีหลัง ใส่ลูกผักชีบหว่า ผงกาหรี น้ำตาลทราย และเกลือป่น แล้วค่อยๆ เติมกะทิที่แบ่งไว้ เสร็จแล้วนำมาเสียบไม้ทางมะพร้าว แล้วปิ้งไฟพอสุกก็พรมกะทิ แล้วยกขึ้นรับประทานกับเครื่องจิ้ม เครื่องจิ้มมี ๒ ชนิดคือ แดงกวาดอง และน้ำพริก

เครื่องปรุงรสน้ำพริก

พริกแดง ๕ เม็ด ลูกผักชี ๑ ช้อนชา ยี่หว่าครึ่งช้อน หอม ๔ หัว กระเทียม ๖ กลีบ ช่า ๒ แว่น ผิwmะกรูด ๕ ช้อนชา พริกไทย ๖ เม็ด ตะไคร้หั่นละเอียด ๑ ช้อนชาว ถั่วคั่วตำละเอียด ๕ กิโลกรัม

วิธีทำ

นำเครื่องแกงโขลกให้ละเอียด แล้วผัดกับกะทิจนแตกมัน ใส่ถั่ว น้ำตาล น้ำปลา ชิมดูตามรสที่ชอบ

เนื้อย่างแบบเกาหลี

เครื่องปรุง

เนื้อสันใน

สุขศรี โอสดานนท์

๑ กิโล

ข้าวสวยป่น

๕ ช้อนชา

น้ำตาลทราย

๓ ช้อนชา

น้ำมันพืช

๓ ช้อนชา

น้ำ

๑ ช้อนโต๊ะ

ผงชูรส

๕ ช้อนชา

พริกไทย

๕ ช้อนชา

กระเทียม (ตำละเอียด)

๕ กลีบ

คันทอม (ใช้เฉพาะโคนหั่นบางๆ)

๓ ชิ้น

งา

๒ ช้อนชา

วิธีทำ

เนื้อสันในหั่นบาง ๆ ใช้สันมีกระดูกเบา ๆ ใส่เครื่องปรุงทั้งหมด ละเพาะน้ำตาลทรายคั้นคนให้ละลายหมด เคล้าให้เข้ากัน หมักทิ้งไว้ประมาณ ๑-๒ ชั่วโมง เมื่อจะรับประทานย่างไฟแรง

เนื้อเจิ้งกีสบ้าน

สุขศรี ไอลถานนท์

เนื้อสันใน

งาขาว

น้ำ

๒ ช้อนชา

น้ำปลาญี่ปุ่น

๕ ช้อนชา

น้ำตาล

๒ ช้อนชา

ผงชูรส

เหล้าบรันดี้

๑ ช้อนโต๊ะ

เกลือ

ต้นหอมสับละเอียด

กระเทียมสับละเอียด

หมักไว้ ๑ ชั่วโมง

ทานกับผักของ ถั่วงอก พริกหยวก ผักพอสูก

ซี่โครงหมู

สุขศรี ไอลถานนท์

ซี่โครงหมู

๑ กิโล หั่นชิ้นพอทาน

น้ำปลาญี่ปุ่น

๒ ช้อนโต๊ะ

น้ำตาล

๑ ช้อนโต๊ะ

ผงชูรส

๒ ช้อนชา

พริกไทย

๒ ช้อนชา

บรันดี้

หมักไว้ ๒-๓ ชั่วโมงแล้วนำมาย่าง

ข้อสำหรับหาเวลาปิ้ง

เนยสด	๑ ถ้วย
มะเขือเทศ	๑ กระป๋อง
ชีสคํา	๓ ช้อนโต๊ะ
น้ำปลาญี่ปุ่น	๑ ช้อนโต๊ะ
น้ำตาล	๒ ช้อนโต๊ะ
ผงชูรส	
พริกไทย	

นำเครื่องปรุงทั้งหมด ใส่หม้อตั้งไฟพอละลาย คนให้เข้ากัน
ชิมรสตามชอบ

เมนูปรุง

มีสเตอร์ จี. โจ๊ะซัง ณ สมาคม วาย ดับยู ซี เอ

เครื่องปรุง

กุ้งขนาดกลาง	๕ ตัว
ต้นหอม	๔ ต้น
ผักกาดหอม	๒ ใบ
ไข่ไก่	๒ ฟอง
หัวไชเท้า	๑/๒ หัว
ปลาญี่ปุ่นญี่ปุ่น	๑/๒ ถ้วย
ผงชูรส	๑ ช้อนชา
มะเขือยาว	๑ ใบ
ปลาหมึกสด	๑ ชิ้น

แย้มสาละ	๑/๒ ถ้วย
โศคาใบคาบอเนท	๑/๒ ช้อนชา
สาหร่ายทะเล	๑ ช้อน
ชีวี่ญี่ปุ่น	๑/๒ ถ้วย
เหล้ามิลิน	๒ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

ล้างกุ้งให้สะอาด ปอกเปลือกเหลือแต่หางไว้ ถ้าตัวโตผ่าหลัง निकหน่อย ปลาหมึกหั่นโตขนาด ๒ นิ้ว มะเขือหั่นเฉียงบาง ๆ คั้นหอมคั่วปลาย ทั้งเหลือไว้ ๓ นิ้ว ก่อนผสมแย้ม ตั้งน้ำมันให้ร้อน (น้ำมันหมูหรือ น้ำมันพืชก็ได้)

วิธีผสมน้ำ

ไข่แดง ๒ ฟอง น้ำครึ่งถ้วย และโศคาใบคาบอเนทคนให้เข้ากัน ใส่แย้มคนเบา ๆ ไม่ทันเข้ากันก็ นำเครื่องที่เตรียมไว้ ชุบแย้มทอด (น้ำมันร้อน ๑๘๐ องศาเซนติเกรด) กลับไปกลับมาจนเหลืองยกขึ้น ใส่ถาดรองกระดาษที่ดูดน้ำมัน

ส่วนผสม

น้ำ ๒ ถ้วยคั้นสาหร่ายทะเล ๑ ช้อน จวนเคี่ยวคั้นสาหร่ายขึ้น ใส่ ปลาขี้ดลงไปพอเคี่ยว ๒ นาทียกขึ้นกรองเอาแต่น้ำ ใส่ชีวี่ ๑/๒ ถ้วย ผงชูรส ๑ ช้อนชา เหล้ามิลิน ๒ ช้อนโต๊ะ ยกตั้งไฟอีกครั้ง พอเคี่ยว รับประทาน หวังให้เนื้อนุ่มละลายง่าย ๆ เมื่อจะรับประทานจึงจะใส่น้ำจิ้ม

ส่วนผสม

ผักกาดขาว	๑ ถ้วย
แตงร้าน	๑/๒ ใบ
หอมใหญ่	๑ หัว
พริกชี้ฟ้าแดง	
หัวผักกาดขาว	๑/๒ หัว

ชิง ๑ แ่ง
มะนาว ๑ ผล
เกลือเล็กน้อย

วิธีทำ

หั่นผักกาดขาวผ่าซีก โรยเกลือทิ้งไว้ ๑ ชั่วโมง ล้างเกลือออก
บีบน้ำให้หมด เครื่องปรุงอย่างอื่นหั่นเป็นฝอย เติลเกลือทิ้งไว้สักครู่
ล้างเกลือออกบีบน้ำให้หมด บีบมะนาวใส่ นำมาเรียงเป็นเส้นยาวตาม
รูปหัวผักกาดขาว แล้วพับกึ่งกลางหัวผักกาดขาวให้หน้าประกบกัน
ใส่อย่างใดของหนักร ๆ ทับไว้ ๑ คืน เวลาจะรับประทานหั่นตามขวาง
เป็นชิ้นๆ (ไม่ต้องแกะออก) โรยผงชูรสและซีอิ๊วญี่ปุ่น

ชุดเต้าเจี้ยวญี่ปุ่น

สำหรับทะเล ๑ ชิ้น ปลาดิบครึ่งถ้วย เต้าหู้ทอด ๑๐ แผ่น หัวไชเท้า
แครอท เต้าเจี้ยว ๔ ช้อนโต๊ะ ผงชูรส น้ำ ๓ ถ้วย

วิธีทำ

ตั้งไฟใส่สำหรับทะเล พอจะเดือดก็ใส่สำหรับชิ้น ใส่ปลาดิบพอเดือด
ยกขึ้น กรองเอาแต่น้ำ ใส่หัวไชเท้า หัวแครอทต้มจนเปื่อยจึงใส่
เต้าเจี้ยว พอเดือดยกขึ้นใส่ผงชูรส (ใส่เต้าเจี้ยวแล้วถ้าต้มนานเกินไป
เต้าเจี้ยวจะเค็มและเปลี่ยนรส) เครื่องที่จะใส่ เช่น หัวปลา เต้าหู้หรือ
หอยเสียบก็อร่อยดี

ชุดยำ กุ้ง

สูตร โอสดานนท์

เครื่องปรุง

(สำหรับคนเดียว)
เนื้อ (ติดมันและไม่ติดมัน) ๔-๖ ออนซ์
น้ำซุปล ๑ ถ้วย
น้ำปลาญี่ปุ่น ๓ ช้อนโต๊ะ

น้ำตาล	๒	ซันโตะ
เหล้าสาเก (เหล้าเซอรุหรือวิสกี)	๒	ซันซา
หัวหอม (หรือต้นหอมญี่ปุ่น)	๑ $\frac{๑}{๒}$	ออนซ์
ผักกาดขาว	๑ $\frac{๑}{๒}$	ออนซ์
เก้าหู้	$\frac{๑}{๒}$	ซัน
เห็ด	๓	คอก
วุ้นเส้นอย่างคิ	$\frac{๑}{๓}$	มัท
ไข่ไก่	๑	ฟอง

วิธีทำ

เอากระทะก้นตื้นหนาๆ ตั้งไฟ เมื่อกระทะร้อนให้เอามันเนยใส่ลงไปก่อน
เมื่อน้ำมันออกก็แล้ว เอาเนยใส่ลงไปในกระทะ คอยหมั่นกลับเมื่อเนย
สุกแล้ว เอาน้ำซุปลผสมน้ำตาล น้ำปลาญี่ปุ่น เหล้าสาเก เชบเนอ
ไปพักไว้ก้นหนึ่ง เอาผักต่าง ๆ และเก้าหู้ใส่ลงไป เมื่อผักและเนย
สุกก็แล้ว ใช้ชามเล็ก ๆ แบ่งรับประทาน ถ้าชอบใช้ก็ตักไข่คิย
ลงในชาม เอาเนยจิ้มในไข่คิยรับประทาน คอยเอาผัก เนย น้ำซุปล
น้ำตาล และน้ำปลาญี่ปุ่นใส่เค็มเรื่อย ๆ

ชาลาเปา นึ่ง

อรวรรณ มกรมณี

ส่วนผสม

แป้งสาลี	๑	กิโล
น้ำตาล	๑๕๐	กรัม
แอมโมเนีย	๑	ซันซา
เซอียส์	๑	ซันโตะ
น้ำอุ่น	๘	ออนซ์
น้ำ	๖	ออนซ์
น้ำมันหมู	๒	ซันโตะ

วิธีทำ

นำอุ่นละลายน้ำตาล ๑ ช้อนโต๊ะ ใส่เชื้อยีสต์วางไว้ ๕ นาที แล้วคลุก
กับแป้ง ๓๐๐ กรัม หมักไว้ ๓ ชั่วโมง

เอาแป้ง ๑๐๐ กรัม กับน้ำมันหมู่น้ำตาล น้ำ แอมโมเนียละลายน้ำ
คลุกเข้าด้วยกันกับแป้งเชื้อที่หมักไว้ นวดหมักไว้อีก ๑ ชั่วโมง
แล้วแบ่งขึ้นเป็นลูก ๆ เท่าลูกมะนาว พักไว้ราว ๑๕ นาที จึงเอามา
ยัดห่อไส้

เครื่องปรุงได้

เนื้อหมู เห็ดหอม ไข่เค็ม หน่อไม้ต้ม ผักคั้นไข่ ต้นหอม พริกไทย
ผงชูรส ซีอิ๊วญี่ปุ่น แป้งข้าวโพด

วิธีทำได้

เนื้อหมูสับละเอียด เห็ดหอมต้มน้ำทิ้งผ่าสี่ ไข่เค็มเอาแต่ไข่แดง
ผ่าครึ่ง หน่อไม้ต้มหั่นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ คั้นไข่ ต้นหอมหั่นฝอย พริก
ไทย ผงชูรส ซีอิ๊วญี่ปุ่น แป้งข้าวโพด เอาสิ่งเหล่านี้นคลุกเข้า
ด้วยกัน ชิมรสตามชอบ ทำให้ชาละเปา เมื่อเอาแป้งห่อไส้เสร็จ
เรียบร้อยแล้ว วางบนกระดาษ แล้วตักสี่เหลี่ยม ไข่รองขนม จัก
ใส่รังถึงนั่งไฟแรง

ชาละเปาไส้หมูแดง

สมาคมสตรีไทย

ส่วนผสมแป้ง

แป้งทราคอกข้าวขาว ๑ ๑/๒ กิโลกรัม น้ำตาล ๑/๒ กิโลกรัม น้ำอุ่น
๖ ออนซ์ เชื้อยีสต์ ๑ ช้อนชา น้ำเย็น ๑๔ ออนซ์ แอมโมเนีย
๒ ช้อนชา ผงฟู ๒ ช้อนโต๊ะ สโนว์ฟ ๓ ช้อนโต๊ะ น้ำต่าง
๑ ช้อนโต๊ะ นมสด ๔ ออนซ์

ส่วนผสมไส้

เนื้อหมูแดง ๑ กิโลกรัม ซีอิ๊วญี่ปุ่นคิโคนะ ๑/๒ ถ้วย ซอสมะเขือเทศ
๑/๒ ถ้วย ผงชูรส ๑ ช้อนโต๊ะ เหล้า ๒ ช้อนโต๊ะ เกลือ ๑/๒

ชันชา รากผักชี คันหอม คื่นไ้ที่หั่นแล้วรวมกัน ๑/๒ ถ้วย
กระเทียม พริกไทย ๑ ช้อนชา น้ำตาลเล็กน้อย แป้งข้าวโพด
๒-๓ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำแป้ง

น้ำมัน ๖ ออนซ์ น้ำตาล ๑ ช้อนชา ใส่เชื้อยีสต์ ๑ ช้อนชา หมัก
ทิ้งไว้ ๕ นาที เชื้อขึ้นจึงใส่ลงในแป้ง ๑ กิโลกรัม พร้อมด้วยน้ำ
๑๔ ออนซ์ นวดนิกน่อยก่อน แล้วใส่สโนว์ฟ นวดต่อไปจนไม่ติด
หมักทิ้งไว้ ๕-๖ ชั่วโมง เติมน้ำตาล ๑/๒ กิโลกรัม น้ำค่าง
(๑ ช้อนโต๊ะ) ผงฟู นมสด แอมโมเนีย นวดให้เข้ากันแล้วเทแป้ง
ที่เหลืออยู่ ๑/๒ กิโลกรัมลงไป นวดให้เข้ากันหมักทิ้งไว้ ๑ ชั่วโมง
จึงใส่ไส้ แล้วนึ่งด้วยไฟแรง

วิธีทำไส้

หันหมูชั้นใหญ่หนา ๓/๔ นิ้วเคล้ากับชีวี่ ซอสมะเขือเทศ ผงชูรส
เหล้า เกลือ และกระเทียม หมักทิ้งไว้ ๑ ชั่วโมง แล้วอบด้วยไฟ
แรงประมาณ ๔๐๐-๔๕๐ องศาฟาเรนไฮต์ ประมาณ ๑ ชั่วโมง
(๔๐ นาที) จนเกรียมแล้วหันเป็นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ นำไปเคล้ากับ
น้ำตาลกวนในภาชนะพร้อมด้วยคื่นไ้ คันหอม ผักชี ใส่พริกไทยและ
น้ำตาล ชิมดูรสตามชอบ เติมน้ำข้าวโพด คลุกให้เข้ากันแล้ว
ยักใส่ชาละเปา

ขนมจีบ

เฟื่อง ชลิตอาภรณ์

เครื่องปรุง

ข้าวสาร	๒	ถ้วย
เห็ดหอมหั่นสี่เหลี่ยม	๑/๒	ถ้วย
กุ้งแห้งหั่นสี่เหลี่ยม	๑/๒	ถ้วย
หมูเนื้อม้วนหั่นสี่เหลี่ยม	๑	ถ้วย

มันหมูหันสี่เหลี่ยม	๑/๒	ถ้วย
หน่อไม้หั่นสี่เหลี่ยม	๑ ๑/๔ หรือ ๑ ๑/๒	ถ้วย
ปูทะเลแกะเอาแต่เนื้อ	๒	ถ้วย
น้ำปลา	๑	ช้อนโต๊ะ
พริกไทย	๑/๒	ช้อนกาแฟ
กระเทียมสับละเอียด	๒	ช้อนโต๊ะ
หมูแฮม (ใส่ก็ได้ไม่ใส่ก็ได้)	๑/๔	ถ้วย
แป้งมัน เอส.อาร์ ประมาณ	๑	ถ้วย
แป้งข้าวขดละเอียดทำนวล		(แป้งข้าวเจ้า)

วิธีทำแป้ง

เอาข้าวสารแช่ค้างคืนไว้ รุ่งเช้าโม่ให้ละเอียด หรือแช่น้ำประมาณ ๘-๑๐ ชั่วโมง แล้วกรองด้วยผ้า ถ้าใส่มากนัก ตั้งไว้ให้น้ำนอง ลักพัก แล้วช้อนน้ำใส่ทิ้ง เอาแป้งที่โม่แล้ว ใส่ลงในหม้อกวนพอ กิบ ๆ สุก ๆ แต่ค่อนข้างสุก ใส่แป้งมันผสมลงไปด้วยกับแป้งที่กวน ใส่พอควร นวดเข้ากันจนเหนียว ถ้าสังเกตว่าแข็งไป พรมน้ำเล็กน้อย ลงไปด้วย แล้วขึ้นเป็นก้อน ๆ ใส่ใส่ตรงกลาง ใช้แป้งข้าวเจ้าทำ นวลเพื่อไม่ให้ติดมือ

วิธีทำไส้

เจียวกระเทียมให้หอมด้วยน้ำมันอะไรก็ได้ ผักเครื่องปรุงทั้งหมดเข้า ด้วยกัน ปรุงรสด้วยน้ำปลา ชิมปรุงรสตามชอบ (หน่อไม้ลวกเวลา ต้มน้ำใส่เกลือเล็กน้อยและใส่น้ำตาลประมาณ ๑/๒ ช้อนชา เพื่อไม่ให้ มีรสขม) ต้มประมาณ ๕ นาที

หมายเหตุ

เครื่องปรุงใส่น้ำมันสักช้อนก็เพิ่มขึ้น สิ่งใดไม่ชอบก็ไม่ต้องใส่

วิธีทำแป้ง สำหรับผู้ที่ไม่มีโม่

แป้งข้าวเจ้าผง ๑ ถ้วย แป้งมัน ๑ ช้อนโต๊ะ น้ำ ๑ ๑/๔ ถ้วย หัวกะทิ ก้น ๆ (สุกแล้ว) ๒ ช้อนโต๊ะ ผสมแป้งข้าวเจ้า แป้งมัน และน้ำ

ในหม้อ ควรใช้หม้อมีก้นเรียบ ใช้ชั้นไม้หรือไม้พายกวนบนไฟอ่อนๆ พอสุกแบ่งจิบเป็นก้อน ยกออกจากเตา ใช้ผ้าคลุมไม่ให้ถูกลม เมื่อเย็นที่จะใช้ฉีกได้ หยิบแบ่งออกใส่ชามโคม ใช้มือแคะหวักระทินวก แบ่งจนเข้ากัน จะได้แป้งที่นุ่มเหนียวพอที่จะทำแป้งขนมจีบหรือแป้งสับ เพื่อความสะดวกในการหยิบแบ่งมาขึ้นทีละก้อน ควรแบ่งแป้ง ออก ๓ ส่วน คลึงแป้งแต่ละส่วนลงบนกระดาษคลึงแป้งให้กลมศูนย์กลาง ๒ เซนติเมตร และกดให้เป็นสี่เหลี่ยม จะได้ประมาณ ๕๐ ก้อน เมื่อหยิบขึ้นจึงคลึงให้กลม เมื่อขึ้นเป็นลูก ๆ เสร็จแล้ว เอาใบตองปูลงถึง ฉีกให้ไอชื้นเล็กน้อยทาน้ำมัน แล้วเรียงขนมลงอย่าให้ชิดกันนัก เมื่อเต็มที่แล้ว นึ่งไฟแรงประมาณ ๕-๑๑ นาที เมื่อยกออกจากเตาพรมน้ำมันด้วยใบของฉีกฝอย อย่าให้ถูกลมจะทำให้แข็งรับประทานกับผักชี หรือใบผักกาดหอม

ปอเปี๊ยะ

มิสซิด ไว.ที.ลิว สมาคม วาย ดับยู ซี เอ

วิธีทำแป้งปอเปี๊ยะ แป้งข้าวเจ้า ๑/๔ กิโลกรัม น้ำมันสำหรับทอด น้ำเย็นผสมแป้ง ข้าวเจ้ากับน้ำจนพอรินได้ ทากันกระทะด้วยน้ำมันบาง ๆ ตั้งไฟอ่อน ๆ รินแป้งลง ทำเป็นแพนเค้กชิ้นบาง ๆ ทีละ ๑ ชิ้น เมื่อสุกหมดแป้งก็พักไว้

วิธีทำไส้

หมูเนื้อแดงเล็กน้อย	๑/๔ กิโลกรัม
หน่อไม้	๑/๔ กิโลกรัม
กุ้งสดสับ	๑/๘ กิโลกรัม
เห็ดจีนแห้ง	๑/๔ กิโลกรัม

ถั่วงอก	๑/๒ กิโลกรัม
ซีอิ้ว	๑ ช้อนโต๊ะ
น้ำตาล	๑ ช้อนชา
กันหอม	๑ ถ้วย
น้ำมันหมู	๓ ช้อนโต๊ะ
เกลือ	๑ ช้อนชา
น้ำมันหมูสำหรับทอด	
แป้งข้าวโพด	๑ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำได้

ผักเนื้อหมูกับกุ้งในกระทะน้ำมันมาก ๆ ประมาณ ๑ นาที ค่อยไปใส่เห็ด
ที่ปอกและสับแล้ว ใส่หน่อไม้ ถั่วงอกและหอมสับ ผัดต่อไปแล้ว
เติมซีอิ้ว น้ำตาล เกลือและแป้งข้าวโพด ๑ ช้อนโต๊ะ ผสมกับน้ำเย็น
เล็กน้อย ตั้งไฟต่อไปอีกหน่อยแล้วทิ้งให้เย็นอย่างน้อยครึ่งชั่วโมง
บรรจุใส่ตามยาว ตรงกลางแป้งหั่วหั่วท้ายก่อน แล้วผัดข้างทั้งสอง
ด้วยแป้งข้าวเจ้า ม้วนจนแป้งหมด ทอดครั้งละ ๓-๔ ชิ้น จนเหลือง
(แป้งพอเปียะหาซื้อได้ตามตลาด)

ปลาทูตัมราตซอสเนยดำ

วิลลา ฟลอรา

(Mackerel with Black Butter Sauce)

เครื่องปรุง

ปลาทู ๖ ตัว ตัวเมียตัวใหญ่ ครวกใส่เอาหัวและหางไว้ เนย ๒ ถ้วย
น้ำส้ม ๒ ช้อนโต๊ะ (Wine Vinegar) ผักชีฝรั่งหั่นหยาบๆ ๑ ช้อนโต๊ะ
มันฝรั่งต้มทั้งเปลือก

วิธีทำ

เอาน้ำใส่หม้อตั้งไฟให้เดือด ใส่เกล็ดเล็กน้อย แล้วเอาปลาทุลงต้มให้สุกไฟอ่อน ๆ สัก ๑๕-๒๐ นาที เอาลงใส่จานร้อน ๆ รากซอสเนยคำ รับประทานกับมันต้ม

ข้อสำหรับปลา

เอาเนยละลายในกระทะ จนเหลืองจัดแต่อย่าให้ไหม้ ใส่ผักชีลงผัดพอเหลืองใส่น้ำส้ม ต้มให้ร้อนจึงสักครู่ ยกลงวางลงบนปลาทุ

เปิด เหล้าแดง Duck in Red Wine

วิลลา ฟลอรา

เครื่องปรุง

เนย	๒	ช้อนโต๊ะ
แป้งสาลี	๒	ช้อนโต๊ะ
น้ำซุ๊ป	๑	ถ้วย
เหล้าแดง	$\frac{1}{2}$	ถ้วย
หอมหัวใหญ่สับ	๑	หัว
ผักชีสับ	๑	ช้อนชา

ผิวส้มขูดเล็กน้อย

เกล็ด พริกไทย ใบกระวาน หน่อย

เป็ดตัวโต ๑ ตัว ขอบอย่าให้สุก

วิธีทำ

เอาเนยกับแป้งผัดพอเป็นสีนวล อย่าให้ไหม้ ใส่น้ำซุ๊ป เหล้า คนจนซอสเข้ากัน ไม่เป็นลูก ใส่หัวหอมสับผักชี เกล็ด พริกไทย ใบกระวานและผิวส้ม เคี่ยวและชิมรสตามชอบ ใส่เป็ดลงไปเคี่ยวกับซอส จะเห็นเป็ดเป็น ๒ ซีกก็ไ้ เคี่ยวไปกับน้ำซอสสัก ๑๕-๒๐ นาที รับประทานกับมันขูดซุ๊ปขนมปังป่นทอด และผักต้ม

โปรดแก้คำผิด

หน้า	บรรทัด	คำว่า	แก้เป็น
๑๒	๑๐	สาวสูงโงะ,	สาวสูงโงะ,
๒๗	๒๐	ลอกเหยื่อ	ลอกเหยื่อ
๒๘	๘	ไต่ปลาคัน	ไต่ปลาคัน
๓๐	๑๒	ฉีกกั๊	ฉีกกั๊
๓๒	๓	จนกัน	จนกัน
๓๖	๑๕	ลอกเหยื่อ	ลอกเหยื่อ
๓๘	๒๓	เปราะเปี้ยว	เปราะเปี้ยว
๓๙	๑๔	กั๊ซซอส	กั๊ซซอส
๓๙	๑๕	กั๊ซแซ่	กั๊ซแซ่
๔๐	๒๐	ทงหม้อ	ทงหม้อ
๔๕	๑๗ และ ๒๑	Tomato Paste	Tomato Paste
๔๕	๑๕ และ ๒๔	Red Wine	Red Wine
๔๗	๑	ควัก	ควัก
๔๘	๒	แบคคาท	แบคคาท
๔๘	๒๑	Veal Scal Popini	Veal Scallopini
๔๙	๓	กระเทียม	กระเทียม
๕๐	๖	หอยใหญ่	หอยใหญ่
๕๑	๑	มัสตาร์ด	มัสตาร์ด
๕๑	๖	ซอส	ซอส
๕๒	๑๐	ม็อคแซลมอนมัส	ม็อคแซลมอนมัส
๕๒	๑๔	ซอส	ซอส
๕๒	๒๐	ปลานา	ปลาทุ่น้ำ
๕๓	๑๕	ช็อก ๆ	ช็อก

หน้า	บรรทัด	คำว่า	แก้เป็น
๕๔	๑๘	แครอท	แครอท
๕๕	๗	น้ำตาล	น้ำตาล
๖๑	๑๒	Bunane Flaurbee	Bunane Flaubree
๖๒	๑๐	ครีม	ครีม
๖๔	๑๘	ชิลมันท์	ชิลมันท์
๗๐	๑	เค็ก	เค็ก
๗๐	๑๓	เค็กอย่างง่าย	เค็กอย่างง่าย
๗๐	๒๔	๓๕๐	๓๕๐°
๗๗	๓	เสฟ	เสฟ
๗๗	๑๑	ของทอง	ของทอง
๗๘	๑๕	มีสคาร์ค	มีสคาร์ค
๘๔	๗	กิ่งซีแซ่	กิ่งซีแซ่
๘๐	๑	น้ำซุบ	น้ำซุบ
๘๐	๖	ซุบต่างๆ	ซุบต่างๆ (๓ แบบ)
๘๑	๘	เครื่อง	เครื่อง
๘๑	๑๖ และ ๑๘	แมงกู่	แมลงกู่
๘๖	๑	French Dressing	French Dressing
๑๐๓	๒๐	น้ำผสม	น้ำส่วนผสม
๑๐๖	๑๓	ญุ่น	ญุ่น
๑๐๘	๑๓	ผักชีคว	ผักชีคว
๑๑๑	๘	กั๊ว	กั๊ว
๑๑๑	๑๓	๕ ทั๊ว	๕ ทั๊ว
๑๑๓	๑๐	ซุบ	ซุบ
๑๑๓	๑๑	แครอท	แครอท
๑๑๓	๑๔	เค้าเยว	เค้าเยว
๑๑๕	๑๕	ซาลาเปา	ซาลาเปา
๑๑๘	๗	น่านินหมู	น่านินหมู
๑๒๐	๑๕	หน้อย	นิกหน้อย

พิมพ์ที่: บริษัท ชุมชนช่าง จำกัด (แผนกการพิมพ์) 231 หลังอาคาร 10 ถนนราชดำเนินกลาง พระนคร
โทร 23905-61810 นายชม สุขปรีมศักดิ์ ผู้พิมพ์และผู้โฆษณา 20 พฤษภาคม 2510

