

KHRUA Magazine

ครัว

from
congee

okayu
ข้าวต้ม



to
porridge

ปงดา 8
ห้องใจ

264 Vol.22
JUN 2016



9 770858 842008



20 160601 (TH) 90.00

RECIPES

ครัว ๗ มิถุนายน 2559

26 จานเด็ด // จานนี้ กุ้ง ปลา ไช้ตุน

ปลาอินทรีสมุนไพรจิ้มแจ่ว, ปลากระพง
ขาวนึ่ง, ปลาแซลมอนนึ่งเกาหลี, ไช้ตุน
ญี่ปุ่น, กุ้งนึ่งเต้าหู้



16

16 กินต้านโรค // บิทรุก

น้ำสลัดบิทรุก, ดิบบิทรุก, สลัดสาสีบิทรุก,
พายบิทรุกเม็ดมะม่วงหิมพานต์, น้ำบิทรุกส้ม

36 ใ้รง่ายอร่อย // ส้มตำผลไม้

ตำแอปเปิ้ลเขียวปลากรอบ, ตำผลไม้ถ้วยรวมมิตร



38

38 ทองหวาน ครีมชีสครีมบูร์

42 C.I.Y. by Chef Nan

ข้าวอบหน้าเลียบ



46

46 Cooking Essentials by Navara // คานาเป้

ฟักทองอบครีมเบอร์รี่, คานาเป้ปูอัด,
คั่วกลิ้งสตีก

FEATURES

ครัว ๙ มิถุนายน 2559



52

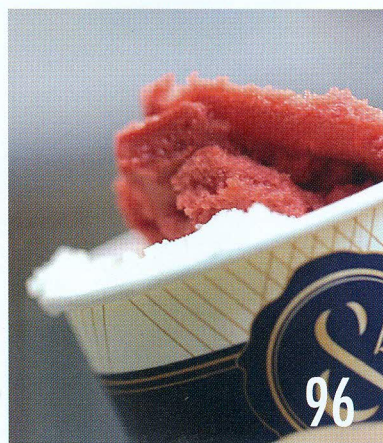
Cover Story //

52 ปูจดา 8 ของโจ๊ก
from congee to porridge

หมี่ เด็กกำพร้า ซัมมูก สงครามโลก โจ๊กบ๋ามัด
เหล่านี้เกี่ยวอะไรกับอาหารเช้าของเรา?

72 ร้านโกปี และ ร้านน้ำชา

วัฒนธรรมอาหารเช้าปักษ์ใต้
และมลายู



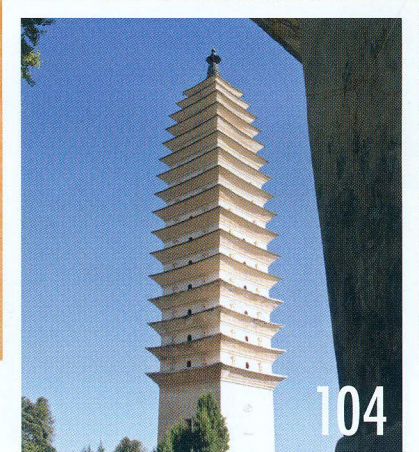
96

86 ย่ำรสมือแม่

รสย่ำรสมแรกของชีวิตจากแม่

92 Old Day //
ขนมสาลิษะพริ้ว

ความอร่อยคลาสสิกของขนมอบ
อย่างคนโบราณ



104

96 Heartmade //
SWEETEST DEVOTION
เจลาโต้ที่กินแล้วยิ้ม

104 Travel //
คุณหมิง กับพุทธเจดีย์
แห่งบ้านเจ้า

DEPARTMENTS

ครัว ๙ มิถุนายน 2559



8 จากบรรณาธิการ

10 พุดอัฟเดต

ลูกรอก ไส้กรอกไข่, พินช์-ตุ่มสด เครื่องดื่มคลายร้อน
ของชาวอินเดีย, Idli Sambar อาหารเช้าอินเดียใต้
รายงานจากกาทูมัท

118 ไต้-จิ้น
กวยจี๊

120 วิกซ์ชีวิต
ไปสิงคโปร์สองวัน ๒๕๕๙

124 ธรรมชาติบำบัด
ปัญหาของร่างกาย ลึกซึ่งชาญฉลาดเหนือกว่า
ปัญหาของความคิด

130 ถามตอบกับ อ.ศรีสมร

132 พุดนิวส์

136 คำถามสุดท้าย
ทำไมน้ำราดหน้าจึงหายไป?

