



สูตรอาหาร

คิดเมนูอาหารที่ดีต่อสุขภาพประจำห้อง

ชื่อเมนู:

คำอธิบาย เพราะเหตุใดทุกคนจึงควรชิมอาหารจานนี้

ข้อมูลสำคัญ ใช้เวลาเท่าไรในการทำอาหารจานนี้ และสำหรับกี่คน

ส่วนผสม

วิธีทำ

คลังคำ

วิธี: ขั้นตอนแรก • ขั้นตอนที่ 2 • ขั้นตอนที่ 3 • ถัดไป • จากนั้น • ขั้นตอนสุดท้าย • ปอกเปลือก • แกนกลาง • สับ • แล่ • หั่นเป็นลูกเต๋า • บด • คลุกให้เข้ากัน • เติม • เท • คน • ปั่น • ย่าง • ต้ม • ทอด • ผัด • ปิ้ง • ผัดเร็ว ๆ • นึ่ง • เคี่ยว • ปรง • บีบ • โรย • ทำให้เย็น • ผสมให้เข้ากัน • เครื่องปรุงรส • เสิร์ฟ

อธิบายวัตถุดิบ: อร่อย • รสชาติดี • อุ่น • เย็น • หวาน • เผ็ด • เค็ม • เรียงน่าย่อย • ขม • เปรี้ยว • สีสัน • สด • สวย • สมุนไพร • เครื่องเทศ • ดีที่สุด • รสชาติ • รู้สึก • เรียบ • ครีမ် • กรอบกรอบ • แข็ง • เคี้ยว • ชุ่มฉ่ำ • เพื่อสุขภาพ