

สารบัญอาหาร

ข้าวสิ่ง (ข้าวเหนียว)	28
ข้าวสี	31
ข้าวหมก	35
ข้าวปั้นจีน	39
ข้าวหอม	43
แกงหนุ่ย	46
แกงระยอง	51
แกงบะต้อนกือข (พะรุมา)	54
แกงน้ำเต้า	58
แกงแค	62
แกงแคของ	64
แกงมะระกลอ	66
แกงผก	70
แกงหน่อไม้	74
แกงผักทอง	76
แกงซังเจ	80
แกงโธ	85
แกงหัวปลี	88

แกงปลาใส่หน่อไม้	92
แกงผักหวานไข่ขดแดง	96
แกงเห็ดเผาะ	98
แกงเห็ดบ้าน	102
แกงช่อม	104
แกงผักเซียด	108
ตำหนุ่ย	110
ตำมะเงือกขาว	112
จอบผักกาด	116
จอบผักปัง	120
ผักรวมนิสร	122
ผักหน่อไม้	126
ลาบหมู	128
จำปาทู	132
จำดอกดิน	136
จำจอดมะม่วง	140
จำหน่อไม้	144
จำไถ่	149
จำแนม	152