

สารบัญ

จากผู้เขียน
บทนำ-ของกินบ้านเฮา ๒ ๑๐

ฤดูหนาว

| | |
|---------------|----|
| น้ำพริกฮ่อง | ๒๑ |
| จอยผักกาด | ๒๒ |
| ถั่วเน่า | ๒๕ |
| น้ำพริกตาแดง | ๒๙ |
| น้ำพริกน้ำผัก | ๓๐ |
| แกงกระด้าง | ๓๓ |
| แฉับฮ่องฮอ | ๓๖ |
| ขนมเป็ยง | ๓๙ |
| ข้าวหนุงงา | ๔๐ |
| งาขี้ม่อน | ๔๒ |

ฤดูร้อน

| | |
|------------------------|----|
| แกงแคไก่ | ๕๙ |
| แกงชะอมกับไข่มกแดง | ๕๒ |
| แกงผักหวานกับปลาดำย่าง | ๕๕ |
| แหนมหมก | ๕๖ |
| จิ้นลัม...ดำแต่ๆ | ๕๘ |
| ตำขมุน | ๖๐ |
| ตำมะม่วงกับปลาแห้ง | ๖๓ |
| ตำลัมโธกับน้ำปู | ๖๕ |
| น้ำพริกน้ำอ้อย | ๖๗ |
| กต่องข้าวนึ่ง | ๖๘ |

ฤดูฝน

| | |
|---------------------|-----|
| ป่าพะบ้านเฮา | ๗๕ |
| แกงเห็ดคอบโม่มะเฒ่า | ๗๙ |
| ตำเห็ดคาน | ๘๐ |
| ยำหน่อไม้ | ๘๓ |
| แกงหน่อไม้คอง | ๘๔ |
| ล้ามะเขือ | ๘๗ |
| น้ำปู | ๘๙ |
| น้ำพริกน้ำปู | ๙๒ |
| น้ำพริกแมลงตา | ๙๕ |
| ตำกบ | ๙๖ |
| แกงแคหอยขม | ๙๙ |
| แกงทูนกับปลาทุก | ๑๐๐ |
| แฉับปลาน้อย | ๑๐๓ |

ตลอดปี

| | |
|----------------------|-----|
| น้ำพริกหนุ่ม | ๑๐๙ |
| แคบหมู แคบควาย แคบไซ | ๑๑๑ |
| น้ำพริกแคบหมู | ๑๑๒ |
| น้ำพริกปลาร้า | ๑๑๕ |
| น้ำพริกซ่า | ๑๑๖ |
| เนื้อควาย | ๑๑๘ |
| ตำมะเขือยาว | ๑๒๑ |
| ตำป๋าดัวป่าเหือ | ๑๒๒ |
| แกงผักปลังกับจิ้นลัม | ๑๒๕ |
| แกงหัวปลี | ๑๒๖ |
| แกงลัมเมือง | ๑๒๙ |
| ไข่ป๋าม ไข่ฮ็อก | ๑๓๐ |
| จิ้นปั้ง คับปั้ง | ๑๓๕ |

อาหารชาติพันธุ์

| | |
|------------------|-----|
| ข้าวซอยดั้งเดิม | ๑๘๐ |
| ข้าวซอยเนื้อ | ๑๘๓ |
| ข้าวซอยไก่ | ๑๘๔ |
| แกงฮังเล | ๑๘๗ |
| อาหารไต | ๑๙๑ |
| ขนมจีนน้ำเงี้ยว | ๑๙๕ |
| ข้าวกันจิ้น | ๑๙๘ |
| ขนมจีนน้ำต้ม | ๒๐๑ |
| ไส้ข้าว | ๒๐๕ |
| ไส้ข้าวหมู | ๒๐๙ |
| ข้างปอง (กระบอง) | ๒๑๐ |
| ขนมวง | ๒๑๕ |
| กินเมียง | ๒๑๗ |

งานบุญ

| | |
|----------------------------|-----|
| แกงขมุน | ๑๔๑ |
| แกงผักใส่ไก่ | ๑๔๒ |
| ยำจิ้นไก่ | ๑๔๕ |
| “มะแขว่น” เครื่องลาบเล็ก ๆ | ๑๔๖ |
| ลาบหนูกัก | ๑๔๙ |
| ลาบจิ้น...กินอย่างคนเมือง | ๑๕๓ |
| ลาบปลา | ๑๕๗ |
| แกงฮ่อมเครื่องในหมู | ๑๖๐ |
| แกงหยวกกัถ้วยกับวุ้นเส้น | ๑๖๓ |

**บรรณานุกรม
ดัชนี**

| | |
|--|-----|
| | ๒๒๐ |
| | ๒๒๒ |