

รายการอาหาร

จานแรก ปีกขาหาวกรังข้าวซอยเส้นกรอบ เกาเหลาไทย

จานที่สอง ขวาทงหอกซี่โครงเนื้อย่างสะเต๊ะสไลด์

จานที่สาม ยอเขาพระสุเมรุ ไก่อบทรัฟเฟิลภูเขาไฟ

จานที่สี่ หักรวงไอยราข้าวเหนียวเนื้อน่องลาบเนื้อทุ่งสมุนไพร

จานที่ห้า สับห้วมัจฉาปลาเทราต์สีรุ้งยำผลไม้รวม

04 INT / IN A KITCHEN AT BUAKAW VILLAGE / EVENING

จานที่สอง ขวาทงหอกซี่โครงหมูย่างซอสตรีเบิ้ล

ภาพ cu ขึ้นเนื้อติดซี่โครง beef short ribs โคนย่างไฟท่วมอยู่บนเตาไฟ / ไฟแรงทำให้มันดูน่ากินมาก / โจค่อยๆหยิบชิ้นซี่โครงนั้นมาวางลงบน
เขียงไม้ที่ไว้ใช้เสิร์ฟ แล้วค่อยๆหยิบอีกชิ้นหนึ่งมาวางเคียงปักเข้าไปที่ด้านข้างของซี่โครงชิ้นแรกราดน้ำซอส / โจยิ้มด้วยความพอใจ

โจ (VO):

นี่ครับเนื้อซี่โครงย่าง บีฟชอร์ตริบส์รสชาติของเนื้อส่วนซี่โครงที่เข้มข้น อัดแน่น ผสานกับความ Juicy ที่เป็นเอกลักษณ์ของเนื้อบริเวณซี่โครง มี
ทั้งไขมันแทรก และคอลลาเจนต่างๆ อยู่ทั่วชิ้นเนื้อ ทำให้ความนุ่ม สม่ำเสมอ...

09 INT / IN A KITCHEN AT BUAKAW VILLAGE / EVENING

จานที่สาม ยอเขาพระสุเมรุไก่อบทรัฟเฟิลภูเขาไฟ

โจกำลัง่วนในครัว / เขากำลังเอาเห็ดทรัฟเฟิลใส่เข้าไปในหนังไก่ตัวหนึ่ง / เขาจับไก่ทั้งตัวตั้งขึ้นดูคล้ายภูเขาไฟ / แล้วเอาไก่เข้าเตาอบ / พอเอา
ออกมาก็เสียบไม้ลงบนแท่นแล้วราดซอส ก่อนจะจุดไฟจนลุกท่วมดูน่ากินมาก

โจ(VO)

ฮ่าๆ นี่คือไก่อบทรัฟเฟิลภูเขาไฟพระสุเมรุ เมนูพิเศษนี้แหละผมคิดออกตอนที่เค้าใช้ทำไก่เขาพระสุเมรุ โคนสอปีกห้ว ร่วงคาเวที อร่อยแน่
เพราะได้เห็ดทรัฟเฟิลสดๆมาจากในป่าบนดอย กลิ่นหอมรัญจวนมาก!

12 INT / IN A KITCHEN AT BUAKAW VILLAGE / DAY

จานที่สี่ หักรวงไอยราข้าวเหนียวกระเพราวกัวไข่แดงคอง

โจหุงข้าวเหนียว และ ข้าวเหนียวคั่วสุรินทร์ / ข้าวสุกแล้วดูน่ากินมาก / เค้าลองปั่นและจัดเรียงข้าวเหนียวเป็นรูปทรงนกมวยสองคนกำลังต่อสู้
กันอยู่คล้ายแม่น้ำท่าหังวงไอยรา บนแผ่นไม้สัก / จากนั้นจึงใช้เนื้อโควากัวอย่างพิถีพิถันเพราะ / แล้วจึงท็อปปิ้งไข่แดงคองดูน่ากินมาก / แล้ว
จึงตักราดไปบนแผ่นไม้ในตำแหน่งใกล้ๆกับข้าวเหนียวรูปทรงนกมวยสู้กันดูแปลกตามาก / หลังจากนั้นโจยกมาวางที่โต๊ะในห้องครัวพร้อมกับอีก
2 จาน คือซี่โครงย่าง บีฟชอร์ตริบส์ และไก่อบทรัฟเฟิลภูเขาไฟ ที่จัดเรียงไว้แล้วบนโต๊ะนั้น / โจมองอาหารเหล่านั้นด้วยสีหน้าพึงพอใจ / แม้ครัว
นี้อาจดูน่ามองด้วยสีหน้าอิจฉา

โจ

ขวาทงหอกซี่โครงย่าง... ไต่เขาพระสุเมรุไก่อบทรัฟเฟิลภูเขาไฟภูเขาไฟ... หักรวงไอยราข้าวเหนียวกระเพราวกัวไข่แดงคอง... ขาดอีกแค่เมนู
เดียว ต้องคิดให้ออก... คิดให้ออก

16 INT / IN A KITCHEN AT BUAKAW VILLAGE / NIGHT

ในความมืด โจกำลังจับปลาขขึ้นมาสับ แล้วทอดในกระทะ / close up ปลากะพงตัวใหญ่กำลังถูกทอดในน้ำมันท่วมๆดูน่ากิน / โจเอาปลาขึ้นมาจากกระทะ / เขาวางมันลงบนจานเปลใบใหญ่ / ตักซอสพริกสามรสที่เพิ่งทำเสร็จราดลงไป / โจเอาน้ำแข็งประคบหัวตัวเองที่ยังระบม / แม่ครัวตัวแสบเดินเข้ามาดูโจใกล้ๆ

โจ (VO)

เมนูจานสุดท้าย... สับหัวมัจฉาทอดน้ำปลาราดซอสพริกสามรส!

17 INT / AT BUAKAW VILLAGE RESTAURANT / DAY

โจเตรียมอาหารในครัวเพื่อนำเสนอบัวขาว / บัวขาวนั่งรอที่โต๊ะอาหารพร้อมผู้จัดการและเทรนเนอร์อื่น / โจვნหน้าเตา / เขาทอยยกอาหารมาวางบนโต๊ะจนครบแล้วจึงพูดแนะนำอาหารที่ละจาน

โจ

จานแรก ปีกขาแหวกครึ่งข้าวซอยเส้นกรอบ

จานที่สอง ขวาทรงหอกซี่โครงหมูย่างซอสดริบส์

จานที่สาม ยอเขาพระสุเมรุ กุ้งอบทรัฟเฟิลภูเขาไฟ

จานที่สี่ หักรวงไอยราข้าวเหนียวกระเพราวกวักไข่แดงดอง

และจานที่ห้า สับหัวมัจฉาทอดน้ำปลาราดซอสพริกสามรส

กล้อง closed up อาหารที่โจคิด / ได้รับแรงบันดาลใจจากแม่ไม้มวยไทย / ภาพแฟลชแบคแม่ไม้มวยไทยที่โจโดนอัดใส่แว็บขึ้นมาทั้ง 5 ท่า / ตัดสลับกับอาหารที่ละจานของเขา / ดูแปลกตาแต่น่ากินมาก / บัวขาวตะลึงกับสิ่งที่เห็นตรงหน้า / เขากลืนน้ำลายเอือกหันไปมองหน้าผู้จัดการและเทรนเนอร์อื่นที่นั่งอยู่ด้านข้าง / ทั้งสองก็กลืนน้ำลายเอือกด้วยความอยากกินเช่นกัน / บัวขาวปรบมือให้โจด้วยความชื่นชม / ก่อนที่ทั้งหมดจะลงมือกินอย่างเอร็ดอร่อย / กล้องรับหน้าโจ สีหน้าเค้าดูมีความสุขมาก / แม่ครัวยืนแอบตักตวงสิ่งผลงานของโจ

รายการซื้อของ

<u>1.ปึกษาแหวกกรังขาวซอย</u> ของสด กุ้งสดทั้งตัว กรัม เต้าหู้แข็งหั่นแท่ง 2 ซ้อนโต๊ะ เส้นบะหมี่ข้าวซอย 1 ถุง <u>2.ชวาแพงศอก</u> <u>Beef Ribs Satay เสริฟกับอาจาต</u> <u>สตึก</u> ของสด ซี่โครงเนื้อวัว เลือกแบบโครงใหญ่โค้งสวย 1 Rack ซี่โครงเนื้อวัว ส่วน beef short ribs1 pack 2-2.5kg/pcs. ให้ความยาวประมาณ4 นิ้ว เนยก้อน 1 ก้อน 250กรัม	เครื่องเทศ วัดฤทธิบทแห้ง น้ำมันพืช น้ำผัดไทยสำเร็จรูป ทิพสมัย ____ ห่อ กุ้งแห้ง 1 ซ้อนโต๊ะ ไชโป๊แบบหวาน สับละเอียด 1 ซ้อนโต๊ะ หอมแดงสับหยาบ 1 ซ้อนโต๊ะ กระเทียม ไช้เปิดสด 1 ผอง ถั่วลิสงคั่วหอม บดหยาบ 2 ซ้อนโต๊ะ พริกกระเหรียงปั่น	ผัก ผลไม้สด สมุนไพร ถั่วงอกเด็ดหัวและหาง ใบกุยช่าย 30 กรัม มะนาวเขียว 5 ลูก มะนาวเขียวไว้ล้างและแช่ผักกัณดำ+เกลือหัวปลี ใบบัวบก ผักพื้นเมืองเหนือ ยอดใบต่างๆ
<u>ยอเขาพระสุเมรุ</u> <u>ไก่ทรงพีเพิลูกูเขาไฟ</u> ของสด ไก่ทั้งตัว 2 ตัว ทรัฟเฟิลไทยได้ต้นกำลังเสือโคร่ง +เห็ดtruffle conserved (สั่งซื้อ) เห็ดป่าพันธ์ต่างๆ (เท่าที่หาได้) babyมันฝรั่ง แบบหัวเล็ก1 กิโล กระเทียมสด 200 กรัม เนยสด 1ก้อน ละลายผสมลงในส่วนผสมไว้ทาตัวไก่	ผงหมักสะเต๊ะสำเร็จรูป 3ซอง ตราโลโบ๊ กะทิ 1 กล่องสูตรหัวกะทิกล่อง 1000 มล. ถั่วลิสงคั่วหอม ½ โล บัณบดหยาบ น้ำมันขามเปียก น้ำตาลมะพร้าว น้ำปลา เครื่องแกงแดง 3ขีด เครื่องเทศ - ผงขมิ้น ผงกะหรี่ เครื่องเทศผง ไว้โปรยตอนถ่ายทำ พริกไทย ดอกเกลือ ลูกกระวาน น้ำส้มสายชูกลั่น 1 ขวด น้ำตาลทรายขาว 1 ขวด	ขมิ้นสด รากผักชี แตงกวาไทย 5-6 ลูก หอมแดงไทย 1พวงเล็กเป็นลูก พริกหวานสีต่างๆ แดง เหลือง ส้ม กระเจียวสด 7-8 ลูก ผักชีใบ 1 ซ่อ พาร์สลีย์ 1 กำ 100กรัม หอมหัวใหญ่ขาว 1 กิโล
<u>สับห้วมัจฉา</u> <u>ปลาเทราต์สายรุ้งยำผลไม้รวม</u> ของสด ปลาเทราต์โครงการหลวง 3 ตัว *ไข่ปลาเทราต์ 20 กรัม	อัลทอฮอลล์ edible พริกไทยผง ผงอบเชย Cinnamon Powder ก้อนปรุงรส 3 ก้อน น้ำมันใช้ทอด ถั่วเม็ดมะม่วงหิมพานต์ 1 ซ้อนโต๊ะ น้ำตาลมะพร้าว น้ำปลา +(น้ำปลาร้า optional) ไม้ไผ่เสียบตัดตัวปลาลงทอด แป้งมันผสมแป้งข้าวโพดและ sodium bicarbonate	ผลไม้ต่างๆรวมๆผสมแล้วให้ได้ 2 ถ้วยตวง สตอเบอรี่ มะม่วงสุก gooseberry mulberry องุ่น แอปเปิ้ลเขียว มะเขือเทศลูกเล็ก Citrus: Kamquats ส้มจี๊ด หอมแดงหั่นแว่น 1 ซ้อนโต๊ะ มะนาวเขียว 2 ลูก คั้นน้ำ พริกชี้หูสวน 10 เม็ด <u>ผัก herbs ต่างๆอย่างละ 1ซ้อนโต๊ะ</u> ใบสะระแหน่ ผักชี ผักชีลาว ใบ terragone ใบมะกรูดอ่อน
<u>หักงวงไอยรรู</u> <u>ลาบเห็ดเห็ดอ่อนงลาย carpaccio</u> ของสด เห็ดอ่อนงลายวากิว สไลด์แบบบาง 2 มิล 250 กรัม	น้ำมันไว้ทอด เครื่องปรุงลาบเห็ด 2 ซ้อนโต๊ะ กระเทียมตำหยาบพร้อมเปลือก 3 ซ้อนโต๊ะ (ทอดกรอบ) หอมแดงไทย 350กรัม ซอยบาง (ทอดกรอบ) พริกกระเหรียงเม็ดยาว 5 เม็ด (ทอดกรอบ) น้ำปลา มะนาวเขียว 1 ลูก	หอมใหญ่ม่วง 3 หัว ไม่หั่น แกะเป็นวงๆ <u>ผักต่างๆไว้ลาบ 2ส่วน ส่วนหนึ่งเตรียมซอยเพื่อปรุงรส อีกส่วนนำมาปั่นละเอียดผสมกับเนือกลิบมะนาวให้มีสีเขียวเข้ม</u> ต้นหอมใบเขียว 8 ต้น ซอยหั่นละเอียดบาง ผักแพวเด็ดใบ 3 ซ้อนโต๊ะ <u>ผักต่างๆไว้เคียง</u> ใบสะระแหน่ ผักชี ใบผักกาดขาว ผักสลัดต่างๆ *ยอดดอกกวาดต้งต้องมีดอกสีเหลือง Extra จิงอ่อน

อุปกรณ์เครื่องใช้ในครัวที่ต้องการ (กรุณาเช็ควัดกับทางครัว Local ด้วย)

กระทะ nonstick ครก เตียงใหญ่ มีดคม แต่เหล็กกลม 2 อัน ไว้ทำแบบทอดบะหมี่ กระซอนสแตนเลสตั้งของทอด Lodge Cast Iron Skillet ลอดจ์ กระทะเหล็กหล่อ 26.04 cm 10 นิ้ว ราคาประมาณ 1780 บาท กะละมังล้างผัก เก็บผัก และใช้แยก 4 ใบ	
--	--

Special utensils PROPs

<u>ปักขานแหวกวังข้าวซอย</u> ดอกกุ้ยช่ายที่บานแล้ว ใบตอง 2 ทาง <u>ขัวแพงศอก</u> <u>Beef Ribs Satay เสริฟกับอาจาตสดัก</u> แปรงใบตอง ไม้ตะเคียนไม้ไผ่ <u>ยอเขาพระสุเมรุ</u> <u>ไก่ทรงพีเลอเขาไฟ</u> ภาชนะที่ต้องใช้สำหรับอุ่นอัลกอฮอลล์ ต้องมีที่ถ้อยาวพอกันไฟลุก ฟางแห้ง รองที่ฐาน เรียงมันฝรั่งที่คูกิ่งแล้วให้เป็นพุ่ม 4 จุดที่มุม เสริมให้เกาะติดกันใช้ ไม้ช่วย	
---	--

ปฏึกษาแหวกรังขาวชอย
เส้นกรอบ เกาเหลาผัดไทย-ลำปลายมาศ

เครื่องปรุงบะหมี่เส้นกรอบ

เส้นข้าวซอย เส้นแบน

น้ำมันใช้ทอด

ดอกเกลือ

วัตถุดิบ เครื่องปรุงผัดเกาเหลา สำหรับ 1 รัง

น้ำผัดไทยสำเร็จรูป ทิพลมัย _____ ห่อ

กุ้งสดทั้งตัว แบบไม่แกะ _____ กรัม

(แกะเอง เก็บหัวและหางกุ้งไว้ทอดกรอบ)

ถั่วงอกเด็ดหัวและหาง _____

กุ้งแห้ง 1 ช้อนโต๊ะ

เต้าหู้แข็งหั่นแท่ง 2 ช้อนโต๊ะ

ไข่โป๊แบบหวาน สับละเอียด 1 ช้อนโต๊ะ

หอมแดงสับหยาบ 1 ช้อนโต๊ะ

กระเทียมสับ 1 ช้อนชา

ใบกุยช่าย 30 กรัม

ไข่เป็ดสด 1 ฟอง

มะนาวเขียว 1 ลูก

ถั่วลิสงคั่วหอม บดหยาบ 2 ช้อนโต๊ะ

พริกกระเทียมปั่น

ผักต่างๆไว้เคียง

หัวปลี

ใบบัวบก

ผักพื้นเมืองเหนือ ยอดใบต่างๆ

มะนาวเขียวไว้ล้างและแช่ผักกัณดำ+เกลือ

วิธีปรุงอาหารและขั้นตอน /prep เวลา

- 1.ทอดเส้นบะหมี่ให้เป็นรูปลักษณะเป็นรังนก ทรงกลม
- 2.ทอดคางกุ้งที่แกะขุบแบ่งแบบแห้งบางๆและนำลงทอดกรอบให้เหลือง
- 3.เปลือกตัวกุ้งที่แกะเอามาคั่วในน้ำมันให้มีน้ำมันออกสีสวยไว้ใช้ผัด
- 4.เตรียมวัตถุดิบเครื่องปรุงสำหรับเกาเหลาผัดไทย ลำปลายมาศ
- 4.ผัดเครื่องปรุงเกาเหลาที่เตรียมไว้ทั้งหมดลงกระทะไฟแรง

Remarks:

- 1.รังนกบะหมี่ตบแต่งด้วยดอกกุยช่าย สอดตามช่องว่างระหว่างเส้น
- 2.เกาเหลาผัดต้องให้ดูเงามันแต่ไม่เยิ้ม ออกแห้ง
- 3.ผักต่างๆโดยเฉพาะหัวปลี ล้างและแช่ด้วยเกลือและมะนาวเขียว

ชาวต่างชาติ Beef Ribs Satay เสริฟกับอาจาตสดัก <u>วัตถุดิบ</u> ซี่โครงเนื้อวัว เลือกแบบโครงใหญ่โค้งสวย 1 Rack ซี่โครงเนื้อวัว ส่วน beef short ribs 1 pack 2-2.5kg/pcs. ให้ความยาวประมาณ 4 นิ้ว ไม้เสียบแบบปลายถั้วสวย สำหรับฝักอาจาต 10 อัน ยาว 4-5 นิ้ว <u>เครื่องปรุงและส่วนผสมเครื่องหมักสะเต๊ะ</u> ผงหมักสะเต๊ะสำเร็จรูป 3 ของ ตราโลโบ๊ น้ำมันพืช เครื่องเทศผง ไ่วโปรยตอนถ่ายทำ พริกไทย ดอกเกลือ ลูกกระวาน ขมิ้นสด รากผักชี <u>ส่วนผสมน้ำจิ้มสะเต๊ะ</u> กะทิ 1 กล่องสูตรหัวกะทิ แบบกล่อง 1000 มล. เครื่องแกงแดง 3 ชีด เครื่องเทศ ผงขมิ้น ผงกะหรี่ ถั่วลิสงคั่วหอม ½ โล บั่นบดหยาบ น้ำมะขามเปียก/น้ำตาลมะพร้าว/น้ำตาล <u>อาจาต วัตถุดิบและส่วนผสม</u> แตงกวาไทย 5-6 ลูก หอมแดงไทย 1 พวง เล็กเป็นลูก พริกหวานสีต่างๆ แดง เหลือง ส้ม กระเจี๊ยบสด 7-8 ลูก ผักชีใบ 1 ช่อ น้ำส้มสายชูกลั่น 1 ขวด น้ำตาลทรายขาว 1 ขวด เกลือ	วิธีปรุงอาหารและขั้นตอน /prep เวลา 1.เตรียมซี่โครงเลาะเนื้อให้เห็นกระดูกส่วนปลายสัก 3 ซม. 2.หมักซี่โครงด้วยส่วนผสมที่เตรียมไว้ พักใส่ตู้เย็น หมัก 30 นาที ลูบส่วนผสมคลุกเคล้าให้ทั่ว 3.เตรียมเตาถ่าน หรือใช้วิธีย่างในเตาอบ (เช็คอุณหภูมิที่เหมาะสมกับขนาดของซี่โครง เวลาที่ใช้อบ >= 1hr – 1h1/2 4.เตรียมส่วนผสมของsauceพรมซี่โครง กะทิ ผงเครื่องเทศและเนยละลาย (ระหว่างย่างให้เอาส่วนผสมsauceกะทิคอยพรมลงบนซี่โครงเพื่อเพิ่มความฉ่ำ) 5. เตรียมทำน้ำจิ้มสะเต๊ะ 6. เตรียมผสมน้ำอาจาต 7. นำผักสำหรับอาจาตที่ล้างสะอาดมาหั่นเป็นชิ้นตามขนาดที่ต้องการ เป็นชิ้นค่อนข้างใหญ่ให้คล้ายคลึงกัน แตงกวา หอมแดงไทยแกะเป็นลูก พริกหวานสามสีหั่นเป็นแว่น เหลือเป็นเม็ดยาวไว้เสียบตรงปลายไม้ เด็ดผักชีเป็นใบๆ <u>Remarks:</u> 1 ใช้เนยละลายพรมลงบนซี่โครงช่วยให้ดูมัน และหอมกลิ่นน้ำรับประทาน
--	--

<u>Special utensils</u> แปรงใบตอง ไม้สะเต๊ะไม้ไผ่	<u>Special prep</u> สลักพริกแดงทั้งเม็ด
--	---



ยอเขาพระสมเฐ ไก่ทรัฟเฟิลภูเขาไฟ <u>วัตถุดิบและส่วนผสม</u> ไก่ทั้งตัว 2 ตัว ล้างเอาเครื่องในออกให้เรียบร้อย ทรัฟเฟิลไทยได้ต้นกำลังเสือโคร่ง +เห็ดtruffle conserved (สังข์ชื่อ) เห็ดป่าพันธ์ต่างๆ (เท่าที่หาได้) เนยก้อน 1 ก้อน 250กรัม babyมันฝรั่ง แบบหัวเล็ก 1 กิโล กระเทียมสด 200 กรัม ดอกเกลือ พาร์สลีย์ 1 ก้าน 100กรัม <u>วัตถุดิบและส่วนผสมไว้ใช้จุดไฟ</u> อัลกอฮอลล์ edible พริกไทยผง ผงอบเชย Cinnamon Powder <u>น้ำซอสปรุงรสไว้ทาไก่</u> ก้อนปรุงรส 3 ก้อน หอมหัวใหญ่ขาว 1 กิโล เนยสด 1ก้อน ละลายผสมลงในส่วนผสมไว้ทาตัวไก่ เคียวส่วนผสมเตรียมไว้พรมไก่	วิธีปรุงอาหารและขั้นตอน /prep เวลา 1.อุ่นเตาอบให้ร้อน อุณหภูมิ 200องศา ใส่ไก่ที่เตรียมไว้เข้าอบช่วง 20 นาทีแรกใช้ไฟแรง และลดไฟเหลือ 175 / 150 ตามลำดับ 2.ต้องคอยรดน้ำเครื่องปรุงบนตัวไก่อยู่เสมอไม่ให้แห้ง อบไก่ใช้เวลาอบ >= 45mins – 1h 3.ต้มมันฝรั่งพอสุก และนำมาใส่ในกะทะพร้อมน้ำมันเล็กน้อย ทอดให้เหลืองเกรียม ตามที่ต้องการใส่กระเทียมสดสับหยาบคั่วพร้อมกับมันที่เหลืองและใส่ใบParsley เกลือ ก่อนนำขึ้นจากเตา Remarks: Alcohol Flambee – Vermouth , Thai whisky ประเภทไก่ ขอให้หนังไก่ไม่บางมาก ระวังขาดเวลาแยกหนังจากมังฟัด ไม่ต้องผูกมัดเชือก ใช้วิธีเสียบด้วยไม้ตรงส่วนท้องให้ไก่คงรูปทรงไม่เบะออก เห็ดทรัฟเฟิลไทยต้นกำลังเสือโคร่ง วิธีเตรียมเหล้าเพื่อจุดไฟ อุ่นเหล้าในหม้อที่มีหูถือ ด้วยไฟที่อ่อนๆ จนร้อนจัด แต่ต้องไม่ให้เดือดจุดไฟ
--	--

Remarks: ไก่เตรียมไว้ 2 ตัว สำรองเผื่อหนึ่งแตกเวลาแยกชั้นหนังไก่เพื่อสอดเห็ดทรัฟเฟิล	Notes: Tuber thailanddicum, as well as the Tuber magnatum are found by a species of birch (Betula alnoides) known as kamlang suea khrong in Thai กำลังเสือโคร่ง. ...จุดประกายไฟจากเปลือกส้ม หรือเปลือกมะนาว (ต้องเหลือติดเนื้อนิดหน่อย) ที่มันติดไฟ เพราะมันมีน้ำมัน (Volatile Oil) ที่สามารถจุดไฟได้ Note : ใช้ไฟ รนบริเวณเปลือกแต่ห้ามเปลวไฟโดนเปลือก หรือเนื้อเด็ดขาด เมื่อรนได้สัก 10-15 วินาที น้ำมันที่เปลือกมันจะละลายตัวออกมา จากนั้นให้บีบเปลือกส้มหรือเปลือกมะนาวออก (แต่ไฟต้องจุดต่อเนื่อง) ก็จะได้ประกายไฟลูกวาบๆ จากนั้นนำมันที่พุ่งออกจากเปลือกทำให้ได้กลิ่นหอมลงสู่เครื่องต้ม
--	--



สับหวมัจฉา ปลาเทราต์สายรุ้งยำผลไม้รวม <i>วัตถุดิบ – เครื่องปรุง</i> ปลาเทราต์โครงการหลวง 3 ตัว น้ำมันใช้ทอด ไม้ไผ่เสียบคัตตัวปลาลงทอด แป้งชุบ แป้งมันผสมแป้งข้าวโพดและsodium bicarbonate เกลือ <i>วัตถุดิบ เครื่องปรุงยำผลไม้สด</i> ผลไม้ต่างๆรวมๆผสมแล้วให้ได้ 2 ถ้วยตวง สตอเบอรี่ มะม่วงสุก gooseberry mulberry องุ่น แอปเปิ้ลเขียว มะเขือเทศลูกเล็ก Citrus: Kamquats ส้มจี๊ด *ไข่ปลาเทราต์ 20 กรัม หอมแดงหั่นแว่น 1 ช้อนโต๊ะ น้ำตาลมะพร้าว น้ำปลา +(น้ำปลาร้า optional) มะนาวเขียว 2 ลูก คั้นน้ำ ถั่วเม็ดมะม่วงหิมพานต์ 1 ช้อนโต๊ะ พริกขี้หนูสวน 10 เม็ด <i>ผัก herbs ต่างๆอย่างละ 1 ช้อนโต๊ะ</i> ใบสะระแหน่ ผักชี ผักชีลาว ใบ terragone ใบมะกรูดอ่อน	
---	--

Remarks: อยากได้ส้มซ่า	Notes:
------------------------	--------



หังวงไอยรว ลาบเหือนเหือนงลาย carpaccio <u>วัตถุดิบ เครื่องปรุง 1 ชุด (x 2)</u> เหือนงลายวากิว สไลด์แบบบาง 2 มิล 250 กรัม <u>วัตถุดิบ เครื่องปรุงลาบ</u> สำหรับ 1 ที่ เครื่องปรุงลาบเหือน 2 ซ้อนโต๊ะ น้ำมันไ้วทอด หอมใหญ่ม่วง 3 หัว ไม่หั่น แกะเป็นวงๆ กระเทียมตำหยาบพร้อมเปลือก 3 ซ้อนโต๊ะ (ทอดกรอบ) หอมแดงไทย 350กรัม ซอยบาง (ทอดกรอบ) พริกกระเหรียงเม็ดยาว 5 เม็ด (ทอดกรอบ) น้ำปลา มะนาวเขียว 1 ลูก <u>ผักต่างๆไว้ลาบ 2ส่วน</u> <u>ส่วนหนึ่งเตรียมซอยเพื่อปรุงรส อีกส่วน</u> <u>นำมาปั่นละเอียดผสมกับเนื้อกลีบมะนาวให้มีสีเขียวเข้ม</u> ต้นหอมใบเขียว 8 ต้น ซอยหั่นละเอียดบาง ผักแพวเด็ดใบ 3 ซ้อนโต๊ะ <u>ผักต่างๆไว้เคียง</u> ใบสะระแหน่ ผักชี ใบผักกาดขาว ผักสลัดต่างๆ *ยอดดอกกวาดึงต้องมีดอกสีเหลือง	วิธีปรุงอาหารและขั้นตอน /prep เวลา 1.สไลด์เนื้อ (เนื้อแช่แข็ง) ดิบๆเรียงบนจานและนำไปแช่เย็นเพื่อไม่ให้เนื้อเปลี่ยนสี 2.เรียงรองด้วยวงหอมใหญ่สีม่วงรองก้นวางด้วยส่วนเครื่องลาบ herbs ต่างๆ 3.คลุกเคล้าปรุงรสต้นหอมซอย ผักแพว ใบสะระแหน่ เตรียมไว้ เพื่อตกแต่งจาน 4.นำจานเนื้อและปรุงเนื้อด้วยน้ำปรุงรสเข้มข้น เป็นลายทาง วง วง หรือหยอดเป็นจุดๆเพื่อเติมรสชาติ 5.คลุกเคล้าเครื่องลาบเหือน ปรุงรสมะนาวน้ำปลาหวาน ใส่ต้นหอม ซอย ผักแพว ใบสะระแหน่ เตรียมไว้ เพื่อตกแต่งจานบนจานเมื่อพร้อม 6.วางแต่งให้ดูมี volume ด้วยหอมแดง กระเทียมเจียวกรอบ และ พริกกระเหรียงทอด Remarks: 1.บนจานเดียวกับเนื้อสไลด์ ด้านข้าง ข้าวเหนียวดำและขาววาง ประกอบรูปข้างเดิมตัวเด่นทั้งวงข้าง เพิ่มสีสันการแต่งเคียงด้วยผักต่างๆในจัดตะกร้าผัก
Remarks: อาจใช้ brush to paint an image	Notes: ส่วนผสมของพริกลาบเหือน ส่วนใหญ่ทำจากเครื่องเทศท้องถิ่น เช่น มะเหลบ มะแขว่น ดีปลี เทียนข้าวเปลือก เปราะหอม ฯลฯ