

กั บ ขั าว

จานทะเล

จากพิมพ์แสงแดด



641.692
1115

สารบัญ

- 5 คำนำ
6 นำรู้เกี่ยวกับอาหารทะเล
12 เครื่องเทศที่ใช้กับอาหารทะเล

กุ้ง

- 18 กุ้งอบบรันดิ
23 กุ้งอบซอส /
24 กุ้งอบเห็ด
25 กุ้งอบรสเค็ม
26 กุ้งมังกรอบไวน์ขาวซอสเนย
27 กุ้งมังกรอบเนย
28 กุ้งอบเนย
29 กุ้งอบเกลือ
30 กุ้งโอซาวส
35 กุ้งอบซอสขาว
36 ดอปปสเตอร์ย่างราดซอสมะขามเปียก
37 กุ้งนางไม้
38 กุ้งย่างเกลือ
39 กุ้งนึ่งกระเทียมโทน
40 กุ้งนึ่งซีอิ๊ว
41 กุ้งกุลาดำนึ่งกระเทียม
42 กุ้งกระเทียมพริกไทย
42 กุ้งมังกรลึกลับ
44 กุ้งหิมะ
45 ดอปปสเตอร์เผา
46 สาคูร่ายนัว
47 สาคูร่ายพันกุ้ง
48 กุ้ง 5 รส

- 53 กุ้งดาเทว่ง
 54 หน่อไม้ผัดกุ้ง
 55 ยอดคะน้าผัดกุ้ง
 56 กุ้งพันด้าย
 57 กุ้งนางชุบไข่ทอด
 58 กุ้งผัดเม็ดมะม่วงหิมพานต์
 59 กุ้งผัดเปรี้ยวหวาน
 60 รันเส้นผัดกับกุ้ง
 61 ผักกวางตุ้งผัดหน่อไม้กับกุ้ง
 62 กุ้งนางเปรี้ยวหวาน
 63 กุ้ง-เต้าหู้หม้อดิน
 64 บวบผัดกุ้ง
 65 กุ้งนึ่งทรงเครื่อง
 66 เกิดหอมสดผัดกุ้ง

ปู

- 71 ปูนึ่ง
 72 กว๊านเชียงปูนึ่ง
 72 ปูนึ่งนมสด
 73 ปูนึ่งกระเทียม
 74 กว๊านเชียงปูจ๋า
 75 ปูจ๋า
 76 กว๊านเชียงปูอบเนย
 77 ปูไข่เผา
 78 ปูผัดน้ำพริกเผา
 79 ปูอบเส้นเอ็น
 80 ปูอบผักกาดขาว
 81 ปูน้ำจิ้มลิ้นเตา

- 82 ปูเต็มหน้าหมุกระถิ
 83 ปูไข่คอง
 84 ปูผัดยกคตมะพร้าว
 85 ยำปูทะเล
 86 แกงส้มปู

ปลาหมึก

- 91 ปลาหมึกอบซอสนม
 92 ปลาหมึกอบชีอิ้วขาว
 93 ปลาหมึกอบด้วลันเตา
 94 ปลาหมึกทอดไข่
 95 ปลาหมึกไข่ปู
 96 ปลาหมึกสวนกุ้ง
 97 ปลาหมึกแช่ผัดน้ำพริกเผา
 98 ปลาหมึกทอดทอดดี
 99 ปลาหมึกผัดเผ็ดเห็ดฟาง
 100 ผักคะน้าผัดปลาหมึก
 101 ดอกกุยฉ่ายผัดปลาหมึก
 102 ปลาหมึกยัดไข่หมูสับ
 103 ปลาหมึกทอด
 104 ปลาหมึกไข่ไก่
 106 ผัดเผ็ดปลาหมึก
 107 แกงจืดปลาหมึก
 108 ปลาหมึกทรงเครื่อง

หอย

- 113 หอยดาอบซอสนม
 114 หอยแครงญ่อบเครื่อง
 116 หอยแครงญ่อบหมักดิน
 116 หอยเชลล์คอบซอส
 117 หอยแครงญ่อบเครื่องเทศ
 118 หอยเชลล์คอบไว้ขาว
 119 หอยเชลล์คอบนม

- 120 หอยนางรมคอบเต้าซี่
 121 หอยเชลล์คอบยอดคอก
 122 หอยแมลงภู่ทอด
 124 ไข่เจียวหอยนางรม
 125 หอยลายทรงเครื่อง
 126 หอยลายผัดพริกเหลือง
 129 หอยแมลงภู่ผัดจิง
 130 หอยแมลงภู่ผัดเผ็ด
 131 แกงหอยแครงใบชะพลู
 132 บำร่บักหอยแมลงภู่

ทะเลรวม

- 135 ทะเลรวมรส
 136 เนื้อปูผัดกุ้ง
 137 ทะเลอบครีมซอส
 138 ใบปอผัดหมูกุ้งสับ
 139 ทะเลย่างรวมมิตร
 140 บำร่บักทะเล
 141 จบทะเล
 142 ต้มยำอวกาศ
 147 ทะเลผัดผงกะหรี่
 148 ปลิงทะเลผัดรวมมิตร
 149 ปลิงทะเลน้ำแดง
 150 ปลิงทะเลน้ำแดงอีกแบบ
 151 แกงจืดปวยเล้ง
 152 ต้มจืดหัวไชเท้าทรงเครื่อง
 153 แกงส้มรวมมิตรทะเล
 154 หมักริไฟทะเล
 156 สีสี่หมักริไฟ
 158 ทะเลสวนแก้ว
 159 กระเพาะปลาผัดปูและกุ้ง
 160 อวนทะเลจานร้อน