

Recipe Index

၁။ ကြက်သားနွဲ့အာလူးချိုဆီဖိုဟင်း	P-8
၂။ ဝက်သားပုံးရည်ကြီးချက်	P-9
၃။ ငါးကြမ်းဆီပြန်	P-10
၄။ ပုစွန်တုပ်ငရုတ်ပွဟင်း	P-11
၅။ ဝက်နံရိုးနို့ကြမဆိုင်	P-12
၆။ ဖဲနီလေးဟင်းချို	P-13
၇။ ကျောက်ပွင့်သုပ်	P-14
၈။ ငါးဖယ်သုပ်	P-15
၉။ ရန်ကုန်ပုန့်ဟင်းခါး(အိုးဘဲဥ)	P-16
၁၀။ အုန်းနို့ခေါက်ဆွဲ	P-18
၁၁။ ရှမ်းခေါက်ဆွဲ	P-20
၁၂။ တိုဟူးခွေး	P-21
၁၃။ အုန်းထမင်းနှင့်ကြက်သားဟင်း	P-22
၁၄။ ကိုရီးယားထမင်းလိပ်(ဂင်တော့)	P-24
၁၅။ ကိုရီးယားကင်ချို	P-26
၁၆။ ကိုရီးယားထမင်းသုပ်	P-27
၁၇။ ကိုရီးယားဖတ်ထုပ်(မန်ထို)	P-28

၁၈။ ကိုရီးယားကြက်သားအစပ်ဟင်း	P-30
၁၉။ ကိုရီးယားတော့ပုဂီ	P-31
၂၀။ ပုစွန်၊ ငရုတ်သီးပွချိုစပ်ဟင်း	P-32
၂၁။ ကြက်သားအကြွပ်ကြော်အချိုဟင်း	P-33
၂၂။ ကာကန်းဟင်းစပ်	P-34
၂၃။ တိုဟူးပေါင်း	P-35
၂၄။ ကိုရီးယားစတိုင်လ်အာလူးကြော်	P-36
၂၅။ တူနာပန်ကိတ်	P-37
၂၆။ မန်ထိုဖက်ထုပ်ရွပ်ပြုတ်	P-38
၂၇။ ဟောင်းကောင်ဘဲကင်	P-42
၂၈။ ထမင်းပေါင်း	P-43
၂၉။ ဝက်သားတုတ်ထိုး	P-44
၃၀။ ကြက်သားတိုဟူးပြေအိုးဟင်း	P-45
၃၁။ ဝက်သားတောက်တောက်ကြော်	P-46
၃၂။ ဝက်စားနှင့်ပုန့်ညင်း	P-47
၃၃။ ဘဲသားအချိုကြော်	P-48
၃၄။ ကြက်ကုန်းဘောင်ကြီးကြော်	P-49

၃၅။ နင်းဆီပုစွန်	P-50
၃၆။ ပုစွန်ကော်ပြန်	P-51
၃၇။ ကြက်သားကင်ပေါက်စီ	P-52
၃၈။ နိုင်လွန်ပုစွန်	P-53
၃၉။ ရေညှိကြက်သားပေါင်း	P-54
၄၀။ ဝက်သားပေါင်း	P-55
၄၁။ ကြက်သားကောက်ညှင်းပေါင်း	P-56
၄၂။ ကာကန်းခွက်ကြော်	P-57
၄၃။ ကြက်တောင်ပံအစာသွတ်ကြော်	P-60
၄၄။ ကာကန်းမဆလာဟင်း	P-61
၄၅။ ကြက်ဆီထမင်း	P-62
၄၆။ ကြက်သားပင်စိမ်းဟင်း	P-64
၄၇။ နာနတ်သီးထမင်းကြော်	P-65
၄၈။ ထိုင်းငါးစူးကြော်သုပ်	P-66
၄၉။ ကြက်သားကင်ဆလတ်သုပ်	P-67
၅၀။ ထိုင်းစတိုင်လ်ပြည်ကြီးငါးသုပ်	P-68

Recipe Index

၅၁။ ရွှေစပ်တံယမ်းဟင်းချို	P-69
၅၂။ ထိုင်းစတိုင်လ် ငါးဖယ်ကြော်	P-70
၅၃။ ထိုင်းခရမ်းသီးအုန်းနို့ချက်	P-71
၅၄။ ပေါင်ပုန့်ဝက်သားကပ်ကြော်	P-72
၅၅။ ကြက်သားခဲပေါက်	P-74
၅၆။ Mangalorean ကြက်သားဟင်း	P-76
၅၇။ ဘိန့်ယကြက်သားငရုတ်ကောင်းဟင်း	P-77
၅၈။ Tandoori ကြက်သားကင်	P-78
၅၉။ ဆိတ်သားနှင့်ငရုတ်ပွဟင်း	P-79
၆၀။ ငါးအုန်းနို့ဟင်း	P-80
၆၁။ အုန်းနို့ငါးအကြွပ်ကြော်	P-81
၆၂။ ပုစွန်အုန်းနို့ဟင်းလျာ	P-82
၆၃။ လီမွန်ထမင်း	P-83
၆၄။ ငရုတ်သီးနှင့် ချိပ်ပေါင်ပုန့်	P-84
၆၅။ အာလူးပုတီးနှင့် ချိုပဲတီ	P-85
၆၆။ ဘိန့်ယစတိုင်လ် စပူဆာကြော်	P-86
၆၇။ မဆလာတိုရည်	P-88
၆၈။ ကုမီလိုင်	P-90

၆၉။ စပါကတီ	P-92
၇၀။ ပါစတာနှင့် တူနာသုပ်	P-93
၇၁။ ပီစာကင်	P-94
၇၂။ အီတလီစတိုင်လ် Lasagna ခေါက်ဆွဲ	P-96
၇၃။ သက်သတ်လွတ် Lasagna ခေါက်ဆွဲ	P-98
၇၄။ ဝက်သားကင်နှင့် အာလူးထောင်း	P-100
၇၅။ ဝက်အူချောင်း၊ ဟမ်၊ နာနတ်သီး၊ သံလွင်သီး၊ မှိုပီစာ	P-102
၇၆။ KFC ကြက်ကြော်	P-104
၇၇။ အာလူးကတ်တလီပ်ကြော်	P-105
၇၈။ အာလူးပုတင်း	P-106
၇၉။ အပဲကင်ဆူရှီလိပ်	P-108
၈၀။ အုန်းနို့ရနံ့သင်းပုစွန်ဖိဖုတ်	P-109
၈၁။ ဘောကွန်ပုစွန်ကင်	P-110
၈၂။ ကြက်တောင်ပံကင်	P-111
၈၃။ ကြက်ဆာတေးကင်	P-112
၈၄။ ဒိန်ချည်ကြက်ကင်	P-114
၈၅။ ကြက်ကောင်လုံးကင်	P-115

၈၆။ ဝက်နံရိုးကင်	P-116
၈၇။ ဆိတ်သားကင်	P-117
၈၈။ ဆိတ်သားခါးပတ်ကင်	P-118
၈၉။ ငှက်ပျောရွက် ငါးကင်	P-119
၉၀။ ဂျပန်တိုဟူးကင်	P-120
၉၁။ ထောပတ်ပြောင်းဖူးကင်	P-121
၉၂။ မှိုကင်	P-122
၉၃။ အာလူးမီးကင်	P-124
၉၄။ အမဲသား၊ ချိပ် ဘာဂါ	P-126
၉၅။ ဟင်းသီးဟင်းရွက် ဆာဆာဘာဂါ	P-127
၉၆။ Rice ဘာဂါ	P-128
၉၇။ အိန္ဒိယစတိုင်လ် တီကာဘာဂါ	P-129
၉၈။ ကြက်သွန်နီကွင်းကြော်	P-130
၉၉။ Tortilla ကြက်သားကင်နှင့် ထောပတ်သီးဆာဆာ	P-131
၁၀၀။ Tortillaနှင့် ကြက်သားချောင်းကြော်လိပ်	P-132
၁၀၁။ Subway အမဲသားလုံးဆမ်းစေ့	P-134