

Contents

Cooking Method - 8

APPETIZER AND SNACK

- Prawn Cocktail - 10
- Fish Finger - 12
- Club Sandwich - 14
- Chicken Burger (ကြက်သားဘာဂါ) - 16
- Golden Prawn Coin (ပုစွန်ခရွှေဒါး) - 18
- Chicken Satay (ကြက်ဆာတေး) - 21
- Calamari Fritti (ပြည်ကြီးငါးအကွင်းကြော်) - 22
- Crispy Fish Fillet (ငါးအသားလွှာအကြပ်ကြော်) - 24
- Prawn Tempura (ပုစွန်တန်ပူရာ) - 26
- Prawn Satay (ပုစွန်ဆာတေး) - 29
- Fried Vegetables in Batter (သီးရွက်စုံရုံနှစ်ရည်ကြော်) - 30
- Honey Chicken Drum Steak (ကြက်ဖူးဆစ်သားဖူးရည်တင်) - 32
- Crispy Almond Prawn (ပုစွန်တင်ခွေတင်ကြော်) - 34
- Crispy Fish Cheese Roll (ငါးအသားလိပ်ချိစ်အကြပ်) - 36
- Chicken Lemongrass Stick (ကြက်စပါးလင်စရောင်း) - 39
- BLT Sandwich - 40
- French Bread & Garlic Bread - 42
- Nyonya Chicken Wing (ညီညီကြက်တောင်ပံကြော်) - 45

18
Recipes



Personal Hygiene, Kitchen Hygiene @ Safety - 46

SALAD

- Nicoise Salad - 50
- Tomato and Mozzarella Cheese Salad - 52
- Caesar Salad - 54
- Kidney Beans Salad (ပဲကတ္တီမိသုပ်) - 56
- Russian Salad (ရုရှားဖိုးရာဆလတ်) - 59

13
Recipes

- Greek Salad - 60
- Mexican Salad (မက္ဆီကန်ဆလတ်) - 62
- Pasta Shells Salad (ခရုစုံပဲခဲတာသုပ်) - 64
- Pomodoro Salad (ခရမ်းချဉ်သီးသုပ်) - 67
- Yum Woon Sen Talay (ပဲကြာဆံပင်လယ်စာသုပ်) - 68
- Pennywort Salad (မြင်းခွာရွက်သုပ်) - 70
- Sashimi Salmon - 72
- Grilled Vegetables Salad (သီးရွက်စုံအကင်သုပ်) - 74

သီးရွက်စုံလင်ခွဲခြားပြင် - 76
Kinds of Vegetables

SOUP

- Creamy Mushroom Soup (ခရင်မ်မိုဟင်းချို) - 78
- Gazpacho (ခရမ်းချဉ်သီး Soup အအေး) - 80
- Brown Onion Soup (ကြက်သွန်နီအညှိရောင်းဟင်းချို) - 82
- Seafood Chowder (ပင်လယ်စာဟင်းချို) - 85
- Creamy Tomato Soup - 86
- Creamy Pumpkin (ခရွှေရုံသီးဟင်းချို) - 88
- Cream of Spinach Soup (ဟင်းနုနယ်ဟင်းချို) - 90
- Saffron Seafood Soup (ကံ့ကုမံပင်လယ်စာဟင်းချို) - 92
- Fisherman Soup (တင်ငါသည့်ဟင်းချို) - 94
- Creamy Vegetables Soup (သီးရွက်စုံခရင်မ်ဟင်းချို) - 97
- Black Chicken Chinese Herbal Soup (ကြက်မည်းတရုတ်ဆေးမြစ်စုံ) - 98
- Sweet Corn Soup (ပြောင်းဖူးဟင်းချို) - 100
- Carrot Ginger Soup (ချင်းရနံ့သင်းခသာ မုန်လာဥနီဟင်းချို) - 102
- Tom Yam Goong (ပုစွန်တုန်ယမ်းဟင်းချို) - 104
- Tom Kha Gai (ကြက်သားအုန်းနီဟင်းချို) - 106
- Pickled Mustard with Chicken (ကြက်သားမုန်ညင်းချဉ်ဟင်းချို) - 108

16
Recipes

5 Mother Sauce - 110

SPAGHETTI AND PIZZA

- Spaghetti Bolognese - 112
- Gli Pollo Spaghetti (ကြက်သားစပါးကတီ) - 114
- Pescatora Spaghetti (ပင်လယ်စာစပါးကတီ) - 116
- Fettuccine Alfredo - 119
- Arrabiata Farfalle - 120
- Aglio E Olio Spaghetti - 122
- Pesto Macroni (ဟာရီနီ ပစ်တိုဆောင်း) - 124
- Salmon Fettuccine - 126
- Spaghetti Alle Vongole (စပါးကတီနှင့် ခုံးကောင်ကြော်) - 128
- Spicy Olive Spaghetti (စပါးကတီသံလွင်ဆီအစပ်ကြော်) - 130
- Hawaiian Pizza - 133
- Seafood Pizza (ပင်လယ်စာပီဇာ) - 134
- Cheese Pizza (ချိစ်ပီဇာ) - 136
- Vegetables Pizza (သီးရွက်စုံပီဇာ) - 139

14
Recipes



29
Recipes

ဟင်းရွက်အမွှေးအကြိုင် (Herbs) တွေအကြောင်း သိကောင်းစရာအပိုင်း(၁)(၂) - 140

MAIN FOOD

- Grilled Chicken - 146
- Cordon Bleu Chicken - 148
- Seafood Thermidor - 150
- Pork Alla Milanese - 152
- BBQ Chicken Skewer - 155
- Roasted Turkey - 156
- Pork Chop Wiener Schnitzel - 158
- Lobster Imperial Sauce - 160
- Lobster Grill Garlic Butter - 162
- Pan Grilled Salmon Steak (ဆော်လမွန်ငါးကင်) - 164
- Fish & Chips - 166



- Pollo Marinato Griglia (ကြက်သားကင်) - 169
- ကြက်ကရင်ချက် - 170
- Mutton Keema (ဆိတ်ကီးမား) - 172
- Beef Moussake - 174
- Pan-Seared Butter Fish Fillet (ငါးတန်သားလွှာကင်) - 176
- Grilled Sirloin Steak (အမဲနံ့ကင်လှိုင်းသားကင်) - 178
- Beef Goulash - 181
- Beef Stroganoff - 182
- Spinach Stuffed Chicken Breast (ကြက်ရင်အုံ ဟင်းနုနယ်အဆာသွတ်) - 184
- Oyster Shell Monay - 186
- Butter Prawn - 188
- Chicken A La King - 190
- Roasted Lamb Rack with Herbs Crust - 192
- Pan Seared Cod Fish - 195
- Teriyaki Salmon (ဆော်လမွန်တာရီရာကီဆောင်း) - 196
- Fish Soya Bean Paste (ငါးပဲငါးပိ) - 198
- Steamed Fishsoy Sauce (ငါးပေါင်းပဲခဲပြာရည်) - 200
- Bok Choy with Japanese Tofu Oyster Sauce (ဂျပန်တိုဟူး တိုင်ဝမ်မုန့်ညင်း) - 202

စားပွဲပျံနှင့် အာလူးအပိုင်း(၁)(၂)(၃)(၄) - 204

BAKERY AND DESSERT

- Sandwich Bread - 214
- Butter Cookies - 216
- Cremé Brulee - 218
- Burger Buns - 220
- Donut - 222+
- Avocado Lassi (ဒိန်ချဉ်ထောပတ်သီးချဉ်ရည်) - 224
- Coconut Jelly (အုန်းနီကျောက်ကျော) - 226
- Wholemeal Bread - 228
- Chicken Pie (ကြက်သားအဆာသွတ်မုန့်) - 230

9
Recipes

INDEX - 232

