

สารยูไนเต็ด

ปีที่ 39 ฉบับที่ 397

ISSN 0558-3153

UFM MAGAZINE

พฤษภาคม 2559

หลักสูตร
Bakery
Café



สูตร
อร่อย

เบรตเบอร์รี่ครีมชีสชิวรี่ กูน่าแฮมชีสเดนิช คาร์ตชีสคัสตาร์ด ข้าวไก่กรอบเทอริยากิ
ขนมปังตุ๋นน้อย ซ็อกโกวอฟเฟิลสเติก คาร์ตสตรอบเบอร์รี่ชีส เล็กสายรุ้ง ยำตัวฟู
คาโบนาร่าอูด้งกึ่ง ข้าวผัดน้ำพริกอ่องกึ่งสด แครนเบอร์รี่โฮลวีทแซนดวิช พิซซ่าบราวน์

55.-

สารบัญ

สารยูไนเต็ด

ฉบับที่ 397
พฤษภาคม 2559

- 41 นานากรรมสนะ
คุกกี้ 12 สูตร...ง่ายแต่อร่อย
- 42 แป้งสำเร็จรูป ทำง่ายทานอร่อย
การ์ตสตรอเบอร์รี่ชีส
พิซซ่าบราวนี่
- 46 โทชนำบัด
ถั่วพู พืชแสนดีที่ไม่ควรมองข้าม
- 48 สารยุค สาธิตอาชีพ
ขนมปังชาโก้
- 49 คัมภีร์ความสุข
แค่พอใจในตนเองก็สุขได้
- 54 กินดีมีสุข
ยำถั่วพู
- 56 เข้าครัวกับยูเอฟเอ็ม
คาโบนาร่าอูด้งก๊วย
- 58 108-1009
ฟู้ดทรัค (Food Truck)
- 60 ครบเครื่องเรื่องครัว
พัดลมระบายอากาศสำคัญไฉน
- 62 ตะลุยกินอร่อย
กินเที่ยววันเดียวแบบสุขใจที่แปดริ้ว
- 66 จานเด่น จานเด็ด
ข้าวผัดน้ำพริกอ่อนกุ้งสด
- 68 ครัวคุณหนู
ข้าวไก่กรอบเทอริยากิ



56



42



66



68



54