

สารบัญ

จากสำนักพิมพ์ บทนำ

5

8

ตำรับสมัยใหม่

โครเกตต์เต้าหู้*	23
เต้าหู้ก้อนทอด**	25
ลาซันญาเต้าหู้	27
เต้าหู้ทอดสอดไส้ชีส	29
เบอร์เกอร์เต้าหู้*	31
บาร์บีคิวเต้าหู้	33
กราแตงเต้าหู้**	35
สลัดซีซาร์และน้ำสลัดเต้าหู้	37
สเต็กเต้าหู้ซอสเห็ด	39
เต้าหู้เสียบไม้ย่างราดซอสงา	41

จานเดียว

ข้าวราดหน้าตำลึงเต้าหู้น้ำแดง**	45
ข้าวราดหน้าเต้าหู้ทรงเครื่อง	47
ข้าวราดผัดพริกแกงเต้าหู้	49
ข้าวราดผัดกะเพราเต้าหู้	51
ก๋วยเตี๋ยวผัดแห้ง (เต้าหู้หมัก)*	53
โชนะหน้าเต้าหู้ (คิทลีนะ)	55
เต้าหู้อบหม้อดิน	57

สลัดและเครื่องจิ้ม

สลัดเต้าหู้ซอสงา	61
สลัดเต้าหู้ย่าง	63
สลัดเต้าหู้ซอสซิง	65
สลัดเต้าหู้น้ำกะปิ	67
สลัดเต้าหู้	69
ยำใหญ่	71
ยำเต้าหู้กรอบ	73
น้ำพริกเต้าหู้	75
น้ำพริกอ่องเต้าหู้	77
น้ำพริกเผาเต้าหู้	79
เต้าหู้คั่ว	81

แกง ต้ม นึ่ง

แกงจืดเต้าหู้เหลือง	85
แกงมัสมั่นเต้าหู้	87
พะแนงเต้าหู้	89
แกงเขียวหวานเต้าหู้	91
แกงป่าเต้าหู้	93
แกงจืดเต้าหู้ญี่ปุ่น**	95
แกงจืดตั้งโอ้เต้าหู้	97
พะโล้เต้าหู้	99
เต้าหู้หนึ่งกุกุ่ย	101
เต้าหู้กับเห็ดหนึ่งชีอิ้ว	103

เครื่องหมายกำกับชื่อสูตรอาหาร

* มีไข่เป็นส่วนผสม

** มีเนื้อสัตว์เป็นส่วนผสม

ฟักทองนึ่งใส่เห็ดเต้าหู้	105	เต้าหู้ลูกเขย	149
เต้าหู้นึ่งราดซอส**	107	เต้าหู้ขาวปรุงรสทอด**	151
ไข่ตุ๋นเต้าหู้ผักรวม*	109	เต้าหู้ทอดซอสน้ำแดง	153
บ๊ะจ่างปลาเค็มนึ่งเต้าหู้**	111	เต้าหู้ทรงเครื่องงาทอด*	155
เต้าหู้อ่อนกับซอสถั่วงอกผัด	113	เต้าหู้ทอดซอสคาราเมล	157
		เต้าหู้บอลไส้บรอกโคลี*	159

ผัด ทอด

ผัดเต้าหู้ผักรวม	117
ผัดเต้าหู้ยัดไส้**	119
เต้าหู้ผัดพริกเผากุยช่าย**	121
เต้าหู้ผัดผงกะหรี่*	123
ผัดตั้งโอ้เต้าหู้ทรงเครื่อง	125
เต้าหู้ทอดผัดซอสถั่วงอก	127
ผัดเผ็ดเต้าหู้กับถั่วงอก	129
เต้าหู้ทรงเครื่อง**	131
เต้าหู้ราดหน้าทรงเครื่อง*	133
เต้าหู้ผักกาดขาวน้ำแดง	135
เต้าหู้น้ำแดงทรงเครื่อง**	137
ผัดเต้าหู้เปรี้ยวหวาน	139
ผัดเต้าหู้พริกสด	141
หมาโผวไต้หวัน**	143
ไข่เจียวฟูเต้าหู้อ่อน*	145
เต้าหู้ทอดซอสพริกหวาน	147