

สารบัญ

สูตรอร่อยในงานเดียว 6

วิธีใช้หนังสือเล่มนี้ 8
กินอย่างมีความสุข 10-29



ซूपอุ่น ๆ 30



สลัดนานา 52



พิชชา แซนด์วิช และ เบอร์เกอร์ 82



ริซอตโต ปาเอญ่า และพิลาว 112



งานผัดงานทอด 132



ออมเล็ต แพนเค้ก และซูเฟล่ 170





จานย่างและ
เดब्บ์ 188

อาหารอบย่างในหม้อ
และตุ๋น 212



กาสเซอโร
และแกง 240

จานนึ่งและเคี้ยวไฟรุม 260



เมนูอบในเตา 284

พาย 316



ดัชนีและตารางเทียบหน่วย 344

Acknowledgments 352