



Mắm Thái Chay 1

Nguyên liệu:

- 300gr dưa leo trái nhỏ (dưa chuột)
- 1kg đu đủ vừa chín tới nhưng phải còn cứng
- 500gr thơm chín
- 200gr củ cải muối
- 50gr riềng non
- 1 muống súp ớt
- 1 muống súp tỏi
- ½ chén thính
- 400gr mì căn
- 50gr chao đỏ

Cách Làm:

- Dưa leo, càng đặc ruột càng ngon, để vỏ, chẻ dọc moi bỏ hạt, cắt xéo thành lát mỏng, xóc trộn với ít muối bột, thả dưa ỉu xuống, xả lại với nước lạnh cho sạch, để ráo.
 - Đu đủ gọt vỏ, xẻ sọc, moi bỏ ruột, cắt lát mỏng rồi xắt lại thành dạng sợi nhỏ như cọng tăm. Pha nước phèn chua với tỉ lệ 1 lít nước + 5gr phèn chua, thả ngâm sợi đu đủ trong nước phèn chừng 10 phút, vớt ra để ráo, trải đều lên khay mâm phơi ra nắng cho héo mặt.
 - Thơm, gọt vỏ, khoét mắt, chẻ dọc làm tám, gọt bỏ lõi rồi cắt ngang lại thành lát mỏng, trải lên mâm phơi ra nắng cho héo.
 - Củ cải muối cắt ngang lát mỏng, ngâm với nước nóng chừng 10 phút, vớt ra vắt ráo. Cho vào chảo chiên với ít dầu vớt ra để ráo dầu.
 - Riềng gọt vỏ, giã nhuyễn.
 - Ớt thái chỉ, tùy ý ăn cay được ít nhiều.
 - Tỏi cắt lát mỏng.
 - Thính (gạo rang vàng, hoặc bánh tráng gạo nướng) giã nhuyễn mịn.
 - Mì căn, dùng tay xé nhỏ thành miếng cỡ nửa ngón tay út. Ướp trộn với: ½ muống súp hành tỏi băm + 1 muống cà phê gạt múôi + 1/3 muống cà phê bột ngọt + 1 muống nhỏ tiêu. Để qua 30 phút chiên vàng với chút dầu, vớt ra để ráo dầu.
 - Chao đỏ đánh tan trộn đều vào mì căn đã chiên.
 - Trước khi trộn trộn lại thơm và đu đủ đã phơi héo trong nước sôi rồi vẩy cho thật ráo.
- * Trộn đều tất cả rồi nêm muối vào trước, nêm từ từ, vừa trộn vừa nêm cho có vị đậm đà cho mới bắt đầu nêm đường, cũng vừa trộn vừa nêm cho có thêm vị ngọt nhẹ sau cùng cho vào chút bột ngọt nữa nếu thích và 3 - 4 muống súp dầu ăn, sau khi trộn thật đều lần chót, cho vào hũ thủy tinh sạch, lèn chặt, đập lên mặt hỗn hợp vài lá ổi hoặc vòng nem, đập kín, để qua ngày hôm sau là được.
- Dùng chao đỏ để nêm là để có vị chao mà theo một số người món chay phải cần có chao mới đậm đà và để tạo màu nâu đỏ cho món ăn. Nếu không thích thì không dùng chao nhưng phải trộn thêm ít màu nâu đỏ, loại màu thực phẩm, để mắm có màu đẹp hơn.

Mắm Thái Chay 2

(Càfé-Moka)

Nguyên liệu:

- 1hộp thơm khoảng 540 ml. (19 oz) loại xắt sẵn miếng nhỏ (tidbits), hoặc thơm tươi thì phải tự cắt ra
- 5 trái dưa leo
- Vài củ cà rốt
- 150 gr. củ cải mặn (trong bịch plastic)
- 5 viên chao
- đường, muối, nước tương
- Thính, tỏi, ớt...
- Riềng hoặc gừng (optional, tùy ý)



Cách làm :

Dưa leo cắt theo chiều dọc, bỏ ruột, cắt mỏng. Cà rốt gọt bỏ vỏ bảo chỉ, cả 2 bỏ vô thau với 1 muống cà phê muối, trộn chung, để đó, cho ra nước rồi vắt thật ráo.

Thơm đổ vô rổ cho ráo nước, cho vô nồi với 1 chút muối và khoảng 3 muống soup đường. Bật lên bếp sên cho thơm ráo, và hơi kẹo lại là được. Nêm lại trong lúc sên, nếu thơm bị chua, thì cho thêm đường.

Củ cải mặn, cắt miếng nhỏ như dạng miếng mắm thái, rửa nhiều nước cho sạch. Bỏ vô thau nhỏ, chế nước sôi, rửa cho hết các hóa chất ướp trong củ cải rồi để ráo.

Bỏ dầu vô chảo, phi tỏi băm cho thơm, bỏ củ cải mặn vô xào, nêm chút nước tương, đường, cho vừa ăn rồi để nguội.

Lấy cái chảo nhỏ khác, cho 2 muống soup dầu, phi tỏi, bỏ mấy viên chao tán nhuyễn với chút xíu nước vô, trộn cho chao vừa sôi lên là xong.

Trộn tất cả dưa, cà rốt, thơm, củ cải mặn, nêm nếm với nước chao cho vừa miệng.

Trộn thính, tỏi, ớt... Hoặc nếu thích mùi riềng hay gừng, thì xắt nhuyễn, trộn vô.

Nếu thấy mắm bị khô, thì cho thêm dầu vô trong lúc trộn.

Nếu không ăn hết trong ngày, thì cho vô keo, cất vô tủ lạnh.

Chúc các bạn thành công.

Măng Kho 1

Nguyên liệu:

- 300g măng tre
- 100g đậu hoà lan
- 1 củ cà rốt
- 50g nấm đông cô
- 2 bìa đậu hủ chiên, cắt miếng vuông
- 1muỗng kiệu băm
- 2muỗng xì dầu
- 1muỗng dầu hào chay

Cách làm:

- Măng chẻ nhỏ luộc trong nước sôi 10 phút, vớt ra xả lại để ráo
- Đậu hoà lan cắt bỏ 2 đầu, luộc sơ
- Cà rốt cắt miếng vừa ăn hoặc tía hoa tùy thích
- Nấm ngâm nở mềm, rửa sạch.



Cho 1 cái nồi lên bếp cho 2 muỗng dầu ăn phi kiệu cho thơm, sau đó cho tất cả nguyên liệu vô đảo sơ, trừ đậu hoà lan, cho nước sâm sấp vào nồi măng, nêm gia vị cho vừa ăn, đậy nắp kho lửa nhỏ, khi măng mềm, nêm xì dầu, dầu hào và cho luôn đậu hoà lan vào, đậy nắp kho độ 5 phút nữa là được, cho măng ra đĩa ăn nóng với cơm.

Măng Kho 2

Nguyên liệu:

- ½ kg măng non, thái miếng vừa ăn
- 1 miếng (khoảng 300g) đậu hủ trắng
- ½ chén dầu canola

Gia vị:

- ¼ chén nước tương
- ¼ chén nước tương đặc
- 3 muỗng canh đường cát trắng
- ¼ muỗng cà-phê muối
- ¼ củ hành, thái hạt lựu
- ½ muỗng cà-phê nước màu
- ⅛ muỗng cà-phê tiêu

Cách Làm:

- Cho dầu canola vào chảo. Khi chảo nóng, để đậu hủ vào chiên ngập dầu cho vàng, rồi thái miếng vừa ăn.
- Để măng, đậu hủ chiên, và tất cả các gia vị vào một tô lớn, ướp khoảng 5 hoặc 10 phút.
- Sau đó cho tất cả vật liệu và nước lọc vào nồi, kho lửa nhỏ cho đến khi nước cạn, nhắc khỏi bếp.



- Rắc một ít tiêu lên mặt. Dùng với cơm nóng.

Măng Nấu Nấm Hương

Nguyên liệu:

- 40g nấm hương
- 150g măng
- Vài lát cà rốt
- 1 tách nước dùng
- 1/3 muỗng cà phê đường
- 1/4 muỗng cà phê muối
- 1/2 muỗng canh nước tương thường
- 1/3 muỗng cà phê xì dầu

Nước xốt:

- 1 muỗng cà phê bột năng
- 1 muỗng canh nước



Cách Làm:

Nấm hương ngâm nước, cắt bỏ chân, để ráo, những búp lớn cắt làm đôi, trộn 1/4 muỗng cà phê đường và 1/4 muỗng cà phê bột năng.

Luộc măng với một ít muối khoảng 15 phút, rửa lại bằng nước lạnh, để ráo, cắt thành những lát dày (nếu sử dụng măng đóng hộp cũng rửa sạch và xắt lát).

Trộn măng với 1 muỗng canh xì dầu, chiên vàng măng trong dầu nóng.

Đun sôi 2 muỗng canh dầu, thả măng, nấm, gia vị và cà rốt vào, đun sôi, ninh trên lửa nhỏ khoảng 20 phút nữa cho nước cạn bớt, rưới nước xốt vào, rưới thêm một muỗng cà phê dầu mè, đảo đều rồi múc ra.

Mì Cắn Hấp Lá Bắp Cải

Nguyên liệu:

- 150g mì cắn
- 8g mộc nhĩ khô
- Vài lát cà rốt
- 4 lá bắp cải
- 1/6 muỗng cà phê muối
- 3/4 muỗng cà phê đường
- 1 muỗng cà phê tương đậu nóng (không bắt buộc)
- 1/2 muỗng canh xì dầu
- 1/2 muỗng canh nước tương thường
- 1 ít dầu mè



- 1 muống cà phê nước gừng ép
- 1 muống canh dầu
- 1/3 muống cà phê bột năng

Cách Làm:

Cắt miếng mì căn thành từng lát dày, trụng nước sôi 2 phút, trụng nước lạnh để ráo.

Trụng rau vào nước nóng, để cho rau ráo và xếp vào chỏ tre.

Ngâm mộc nhĩ khoảng 1 giờ, rửa sạch và xé nhỏ, trụng nước sôi 5 phút, rửa lại bằng nước lạnh để mộc nhĩ ráo.

Ướp tất cả nguyên liệu đã chuẩn bị với gia vị, trộn đều đặt vào chỏ tre, hấp 15 phút.

Dọn lên với chỏ tre.

Chú ý: Món ăn này có thể hấp trực tiếp bằng đĩa mà không cần lót qua búp cải.

Mì Căn Kho Ngũ Vị Hương

Nguyên liệu:

- 300g mì căn

Gia vị:

- 1 gói ngũ vị hương để kho
- 3 muống canh nước tương
- 30g đường viên trắng

Cách Làm:

- Mì căn rửa sạch, để ráo nước. Để một bên.
- Nấu gói ngũ vị hương, nước tương và đường với một ít nước cho sôi lên. Cho mì căn vào và nấu tiếp với lửa nhỏ khoảng 20 phút. Sau khi mì căn đã thấm đều gia vị, gắp ra đĩa ra để ráo.
- Chiên mì căn trong chảo dầu trên lửa trung bình cho đến khi vàng đều. Nhấc khỏi bếp và để ráo dầu. Cắt miếng nhỏ và bày ra đĩa. Mang ra dùng.



Chú thích: Ngũ vị hương trong gói dùng để kho có bán tại các tiệm thực phẩm chay.

Mì Căn Nấu Súp

Nguyên liệu:

- 300g mì căn
- 5 tai nấm đông cô khô, ngâm trong nước cho mềm, thái làm 4
- 1 ½ lít nước
- Một chút muối
- ½ trái bắp ngọt, thái miếng nhỏ
- ½ củ cà-rốt, thái miếng nhỏ
- 1 gói dứa thảo
- 80g nấm kim vàng, rửa sạch và cắt làm 2
- 100g nấm rơm, rửa sạch và để ráo, cắt làm 4



Cách Làm:

- Mì căn rửa sạch và để ráo (hay mì căn làm bằng bột). Dùng tay xé nhỏ. (Bằng cách này mì căn sẽ thấm ngon hơn.)
- Chiên sơ mì căn và nấm đông cô trên bếp lửa trung bình. Gắp ra đĩa và để một bên.
- Cho cà-rốt, bắp ngọt, mì căn chiên và nấm đông cô chiên vào nồi; thêm 1 ½ lít nước và gói dứa thảo vào. Hãm nhỏ lửa khoảng 30 phút.
- Cho nấm rơm, nấm kim vàng và một chút muối vào để nêm nếm. Nấu tiếp cho đến khi chín mềm. Mang ra dùng.



Mì Căn Non Hầm Đậu Phộng

Nguyên liệu:

- 110g đậu phộng (đã lột vỏ)
- 300g mì căn
- 1/4 vỏ quít khô (ngâm nước và rửa sạch)
- 1 muỗng canh nam nhĩ
- 1 lát gừng
- 1/2 muỗng canh rượu
- 1 ít dầu mè
- 1 nhúm tiêu
- 1 muỗng cà phê đường
- 1/3 muỗng cà phê muối
- 1 muỗng cà phê xì dầu
- 1½ tách nước dùng hoặc nước



Nước xốt:

- 1 muỗng cà phê bột năng
- 2 muỗng canh nước

Cách Làm:

Ngâm đậu phộng trong vòng 30 phút, đổ vào chảo và cho vỏ quít và nước vào, đun sôi.

Ninh thêm 30 phút khi đậu mềm vớt ra.

Xắt mì căn thành từng miếng hình tam giác, chiên mì trong dầu nóng cho vàng đều các mặt, để cho ráo dầu.

Trộn nam nhĩ với một muỗng canh nước.

Xào nam nhĩ và gừng với 2 muỗng canh dầu, lần lượt cho thêm rượu, mì căn, đậu phộng, gia vị vào đun sôi. Ninh nhỏ lửa thêm 15 phút nữa.

Rót nước xốt lên và múc ra.

Mì Căn Non Xốt Cà Chua

Nguyên liệu:

- 300g mì căn đã chiên chín
- 1 muống canh dầu mè
- 1 tách nước
- 3 muống canh nước xốt cà chua
- 3 ½ muống canh đường
- 2 muống canh giấm trắng
- 1/4 muống cà phê muối
- 1 muống canh đường mạch nha
- 1/2 muống cà phê bột ngọt

Nước xốt:

- 2 muống cà phê bột năng
- 2 muống canh nước



Cách Làm:

Chiên kỹ các viên mì căn trong dầu nóng cho bột cứng chắc lại.

Đun sôi gia vị và 2 muống canh dầu trên ngọn lửa thấp cho tới khi đường mạch nha tan hết.

Thả những viên bột chiên vào, đun cho chất lỏng gần cạn thì chế nước xốt và dầu mè.

Đào đều và múc ra, xắt nhỏ miếng bột bằng kéo.

Ăn nóng hoặc nguội.

Mì Căn Xào Chua Ngọt 1

Nguyên liệu:

- 3 cây mì căn ống
- ¼ trái thơm
- 1 trái cà chua
- 100g đậu Hà Lan
- 1 thìa súp giấm gạo Lisa
- 1 thìa cà phê bột ngọt (tùy ý)
- Bột năng
- Gia vị: Muối, tiêu, đường.
- Nước tương, rau cần tàu

Cách Làm:

- Thơm gọt vỏ, bỏ mắt thơm, chẻ làm tư. Xắt lát mỏng
- Cần tàu rửa sạch, xắt nhỏ. Cà chua xắt múi. Đậu Hà Lan cắt hai đầu, tước bỏ xơ
- Mì căn ống xắt khoanh, ướp muối, tiêu bột ngọt
- Đặt chảo dầu lên bếp, cho mì căn ống vào chiên vàng. Vớt ra để ráo dầu
- Trút bớt dầu trong chảo ra. Cho cọng cần vào phi cho thơm. Cho thơm, cà chua, đậu Hà Lan vào xào chín. Trút mì căn vào xào chung. Nêm nước tương, đường, bột ngọt
- Pha loãng giấm gạo Lisa với ½ chén nước. Cho bột năng vào, khuấy đều
- Cho nước bột năng vào món xào, trộn đều cho nước xào hơi sánh là được. Cho rau cần vào trộn chung
- Trút món xào chua ngọt ra đĩa.



Mì Căn Xào Chua Ngọt 2

Nguyên liệu:

- 300g mì căn
- 1 nắm tay ngò rí

Gia vị

- 2 muỗng canh đường cát
- 2 muỗng canh giấm đen
- 2 muỗng canh nước tương
- 1 muỗng canh sốt cà chua
- 1 muỗng canh dầu mè

Cách Làm:

- Mì căn rửa sạch và để ráo. Dùng tay xé nhỏ. (Bằng cách này mì căn sẽ thấm ngon hơn.)
- Ngò rửa sạch và thái nhuyễn.- Mì căn chiên trong chảo dầu với lửa trung bình cho vàng đều. Gắp ra đĩa và để một bên.
- Cho dầu mè vào chảo nóng, cho tất cả các gia vị và mì căn chiên vào. Trộn đều và hầm lửa nhỏ cho đến khi mì căn thấm gia vị. Nhấc khỏi bếp và bày ra đĩa. Rắc ngò lên trên và mang ra dùng.



Mì Căn Xào Lá Quế

Nguyên liệu:

- 300g mì căn

Gia vị:

- 10 lát gừng
- 2 trái ớt đỏ cay
- Vài lá quế
- 2 muỗng cà-phê nước tương
- 1 muỗng canh giấm đen-
- 1 muỗng cà-phê đường
- 2 muỗng canh dầu mè
- Bột nêm thảo mộc và bột nêm trái cây để nêm nếm



Cách Làm:

- Mì căn rửa sạch và để ráo, dùng tay xé nhỏ. (Bằng cách này mì căn sẽ thấm ngon hơn). Chiên mì căn trong chảo dầu cho đến khi vàng đều. Gắp ra đĩa và để một bên.
- Gừng, ớt đỏ, và lá quế rửa sạch. Gừng thái sợi. Ớt đỏ cắt nhỏ.
- Cho dầu mè vào một chảo nóng, phi gừng cho thơm vàng. Kế cho ớt vào xào một lúc. Cho nước tương, giấm đen, đường, bột nêm thảo mộc xào xào nhanh tay cho đến khi tỏa mùi thơm.
- Cho mì căn vào trộn đều. Nhấc khỏi bếp, rắc lá quế vào và đảo đều. Bày ra đĩa và mang ra dùng.

Mì Căn Xào Nấm và Măng

Nguyên liệu:

- 125g mì căn chiên.
- 25g nấm đông cô ngâm nước.
- 25g măng đông.
- 25g nấm tươi.
- 25g cà rốt.
- 30g ruột cải xanh.
- 25g xì dầu.
- 2g bột ngọt.
- 1.5g đường trắng.
- 2g rượu.
- 150g nước.
- 15g dầu mè.
- 50g dầu ăn.



Cách Làm:

Cắt mì căn thành miếng hình thoi, cắt nấm đông cô làm đôi, cắt măng, nấm, cà rốt thành miếng,

chè đôi Ruột cải xanh.

Cho dầu vào chảo, đợi dầu nóng, cho các nguyên liệu vừa cắt vào xào, nêm xì dầu, nước, rượu, bột ngọt vào, Nấu cho đến khi mì căn mềm dẻo, nước sốt đặc sậm lại thì cho bột năng vào, vụn lửa nhỏ nấu một lát rồi chế dầu vừng vào, dọn món ăn ra.

Mì Căn Xào Sả Ớt

Nguyên liệu:

- 3 cây (khoảng 300g) mì căn non
- ½ chén dầu canola
- 4 muỗng canh sả băm nhuyễn
- 1 – 3 muỗng canh nước lọc
- 1 muỗng cà-phê ớt băm nhuyễn (nếu thích ăn cay, có thể cho thêm ớt)

Gia vị:

- 1 muỗng canh dầu hào chay
- 2 muỗng canh nước tương đặc
- ½ muỗng cà-phê bột nêm nấm
- 1 muỗng cà-phê đường cát trắng
- ½ muỗng cà-phê muối

Trình bày:

- 1 trái cà chua, thái khoanh tròn
- 1 muỗng canh đậu phộng rang đậm nhuyễn

Cách Làm:

- Cho dầu canola vào chảo nóng. Thả mì căn non vào và chiên ngập dầu cho vừa vàng để được cứng chắc.
- Thái miếng vừa ăn. Ướp mì căn với tất cả vật liệu của gia vị khoảng 5 – 10 phút.
- Đặt chảo lên bếp lửa nóng, cho 1 muỗng canh dầu canola vào và phi sả cho vàng. Sau đó cho mì căn đã ướp gia vị vào, đảo đều.
- Nêm nếm cho vừa ăn. Nếu khô quá thì có thể thêm nước vào. Trộn thêm ớt băm nhuyễn. Nhấc khỏi bếp.

Trình bày:

- Xếp cà chua chung quanh đĩa. Đặt mì căn xào sả ớt vào giữa và rắc đậu phộng rang lên trên. Ăn với cơm nóng.



Mì căn xào xả ớt curry

Nguyên liệu:

4-5 cây mì căn tươi
½ gói củ Cải mận (loại cắt sợi, mận, không ngọt)
1 tbsp curry (cà ri) bột
Chút xì dầu
Leak (hành lá loại lớn lá) hoặc hành lá
1/2 chén xả băm
Bột nêm chay

Cách Làm:

Mì căn tươi cắt sợi sẵn.

Củ Cải mận ngâm nước sả hết mận bóp khô.

Phi leak or hành cho thật thơm, và cho sả vào, xào chút xíu thì cho củ cải mận vô đảo đều khoảng 2-3 phút. Sau đó cho mì căn vào, đảo đều, nêm xì dầu, curry, bột nêm, đường, cho ớt vào nếu thích ăn cay. Trộn đều, nêm vừa miệng. Để trên bếp với lửa riu riu, tiếp tục trộn đều cho đến khi thấm gia vị. Nêm lại vừa ăn rồi rắc hành hoặc leak cắt nhỏ vào ăn với cơm nóng, ngon hết xảy luôn.



Mì Chay

Nguyên liệu:

- 200g chả chay.
- 1 cây mì căn.
- 200g nấm rơm búp.
- 1 tàu hủ ky non.
- 1 cây boa rô.
- 500g mì sợi.
- Cà rốt, củ sắn, su su, củ cải.
- Đường, muối, bột ngọt, nước tương,
- Tiêu xay.

Cách Làm:

Chuẩn bị:

- Chả chay cắt miếng bán nguyệt để sẵn.
- Mì căn ướp gia vị, xiu hoặc nướng, cắt lát mỏng.
- Nấm rơm làm sạch rửa để ráo.
- Boa rô làm sạch cắt khúc 2cm, cọng chẻ đôi, lá để riêng.
- Hủ ky non xắt miếng xéo 2 cm chiên vàng.
- Hãm các loại rau củ lấy 2 lít nước. Mì sợi trụng chín, vớt ra rửa xóc dầu ăn có phi kiệu mì sẽ bóng và không dính vào nhau.



Thực hiện:

- Lọc lấy nước hầm rau củ ra một nồi khác. Bắc chảo dầu cho cọng trắng boa rô vào phi thơm, cho nấm vào xào thấm dầu xong trút vào nồi nước dùng, nêm nước tương + đường + bột ngọt + muối, để nước sôi nếm lại vừa ăn, xong thả lá boa rô vào.

Trình bày:

- Cho mì vào tô, xếp chả + mì căn xí + hủ ky chiên, chan nước dùng, rắc tiêu, bày ngò dùng nóng, nêm thêm nước tương, ớt, dấm tiêu.



Mì Spaghetti Chay

Nguyên liệu:

- 2 gói mì spaghetti loại mỏng, trung bình
- 2 muỗng canh dầu canola (hoặc 2 muỗng canh bơ)

Nhân:

- 2 trái ớt xanh Đà Lạt, thái hạt lựu
- 1 muỗng canh dầu canola
- ½ gói gà chay Chicken nugget, thái nhỏ
- ¼ gói tôm chay, thái hạt lựu
- ¼ cây "ham" chay, thái hạt lựu
- 5 tai nấm đông cô lớn, thái nhỏ
- ½ hộp nấm rơm loại đen, cắt làm 4
- ½ hộp nấm màu vàng, thái nhỏ

Gia vị:

- 1 muỗng canh nước tương
- 2 lọ nhỏ (8 oz.) sốt cà chua spaghetti

Cách Làm:

- Mì spaghetti: nấu nước sôi, cho mì vô luộc khoảng 10 phút. Vớt ra, rửa nước lạnh cho sạch nhớt. Trộn đều với dầu canola hoặc bơ cho thơm và bóng.
- Đặt nồi lên bếp, cho vào 5 muỗng canh nước và ớt Đà Lạt. Khi nước sôi, đổ ra tô.
- Cho dầu canola vào. Xào gà chay, tôm chay, và "ham" chay cho hơi cháy.
- Cho các loại nấm và ớt Đà Lạt vào xào tiếp. Sau cùng cho khoảng 5 muỗng canh nước vào.
- Khi vừa chín, cho nước tương và sốt ragu vào, khuấy đều. Đậy vung và hạ nhỏ lửa.



Ghi chú: Món này rất hợp khẩu vị cho những vị trẻ tuổi, vừa tiện và vừa đơn giản.

Nấm Đông Cô Xào Lăn

Nguyên liệu:

- 4 tai nấm đông cô lớn, ngâm nước 1 tiếng cho mềm, thái hạt lựu
- 2 muỗng canh dầu ô-liu
- 1 muỗng canh sả băm (hoặc 1 muỗng canh gừng thái chỉ thật nhỏ)
- 1 củ hành tây lớn, thái nhỏ
- 3 tai nấm mèo, ngâm nước 1 tiếng cho mềm, thái hạt lựu
- 3 chén thịt bò chay loại khô

Phần ăn kèm:

- ¾ chén đậu phông rang giã nhỏ
- 20 cọng rau ngò om, rửa sạch và thái nhỏ (hoặc 1 chén rau ngò thái nhỏ)
- 3 cái bánh tráng nướng mè đen
- Tiêu, chanh (tùy ý)

Gia vị nấu thịt khô chay:

- 2 muỗng canh dầu hào chay
- 1 ¾ chén nước súp chay

Gia vị:

- ½ chén nước cốt dừa
- 3 muỗng canh cà ri dầu Ấn Độ (hoặc 1 muỗng cà-ri bột + 2 muỗng canh dầu ô-liu, xào 1 phút, để một bên)
- ½ muỗng cà phê đường
- Một ít muối

Cách Làm:

- Đặt chảo lên bếp lửa trung bình, cho thịt khô chay và dầu hào chay vào. Rưới nước súp chay vào từ từ và nấu cho mềm, sau đó lấy ra thái hạt lựu.
- Đặt chảo lên bếp lửa trở lại, cho dầu ô-liu vào. Khi dầu nóng, cho hành và sả (hoặc gừng) vào khử cho thơm.
- Cho nấm đông cô, nấm mèo, thịt chay vào xào sơ cho đều.
- Sau đó cho phần gia vị vào, nấu khoảng 10-15 phút. Nêm nếm cho vừa ăn rồi tắt lửa. Trộn rau ngò om (hoặc ngò), nhắc ra khỏi bếp để rau còn giữ lại màu xanh.

Trình bày:

Cho nấm vào đĩa lớn, rắc đậu phông lên trên. Khi ăn, múc ra chén, rắc tiêu và vắt chanh vào (tùy ý). Dùng với bánh tráng nướng, món này có thể thưởng thức với bia chay, không có nồng độ rượu (non-alcohol).



Nấm Đuôi Phượng Chiên Giòn

Nguyên liệu:

- 150g nấm đuôi phượng.
- 2g muối.
- 1.5g bột mì trắng, bột lên men vừa đủ.
- 15g muối tiêu.
- 1000g dầu ăn.

Cách Làm:

- Cho nấm đuôi phượng vào nước sôi luộc chín, vớt ra làm nguội bằng nước lạnh, để ráo nước rồi chẻ làm đôi.
- Cho miếng nấm, muối, bột ngọt vào tô trộn đều, cho bột mì, bột ngọt, bột lên men, nước vào một cái chén và đánh cho nổi lên, cho nấm đuôi phượng vào chén bột lăn đều.
- Cho dầu vào chảo, đợi dầu nóng, cho nấm đuôi phượng vào chiên đến khi có màu vàng óng thì vớt ra, khi bày món ăn ra đĩa, rắc thêm một ít muối tiêu.



2. Cách kho

- Cho nấm rơm, ham vào tô, chế nước tương vào liệu vừa ăn, nêm chút đường + bột nêm chay + tiêu + dầu, bắc lên bếp kho lửa riu riu, cho nấm thấm gia vị cho đến hơi sền sệt là được, nhắc xuống.

Nấm Kho Tiêu Chay

Nguyên liệu:

- 1 hộp nấm rơm búp
- Nước tương, tiêu, đường, bột nêm chay
- 1 muỗng súp dầu ăn.
- Ham chay (cho thêm vào, ít hay nhiều tùy ý, nấm kho tiêu không có ham)

1. Chuẩn bị

- Nấm rơm: rửa sạch có pha chút muối, để ráo nước.
- Ham chay cắt hạt lựu, chiên vàng

Trình bày :

- Múc nấm ra đĩa, rắc thêm tiêu dụn ăn với cơm nóng.

Nấm Rơm, Bắp Non Hàm Đậu Hòa Lan

Nguyên liệu:

- 1 ca nấm rơm
- 1/2 ca bắp non
- 110g đậu hòa lan (có thể dùng đậu đũa, cắt khoảng 3 cm)
- Vài lát cà rốt
- 1 lát gừng
- 1 muỗng canh dầu hào
- 1/2 muỗng canh nước tương
- 1/3 muỗng cà phê đường
- 1/4 muỗng cà phê muối
- 2/3 tách nước dùng (hoặc nước)



Nước xốt:

- 1 muỗng cà phê bột năng
- 2 muỗng canh nước

Cách Làm:

Nấm rơm rửa sơ, để ráo cắt đôi những búp lớn.

Bắp non rửa sạch và chia mỗi trái làm đôi.

Đậu hà lan tước sơ, rửa kỹ và xào với một muỗng canh dầu.

Xào gừng với 2 muỗng canh dầu, thả nấm rơm và bắp non vào, đảo đều, rót vào 1/2 muỗng cà phê rượu, nêm gia vị và ninh trên lửa nhỏ khoảng 7 phút, cho cà rốt, nước xốt và đậu hòa lan vào, trộn lên, múc ra.

Nấm Rơm Xào Dầu Hào

Nguyên liệu:

- 600g nấm rơm tươi
- 2 tách nước dùng
- 1 lát gừng
- 1 muống canh dầu hào
- 1 muống cà phê nước tương
- 1/3 muống cà phê muối
- 1/2 muống cà phê đường
- 1/2 tách nước dùng



Nước xốt:

- 1 muống cà phê bột năng
- 1 muống cà phê xì dầu
- 1 ít dầu mè
- 1 nhúm tiêu
- 2 muống cà phê nước

Cách Làm:

Gọt sạch những màn đen trên thân nấm, khía một hình chữ thập (+) rửa sạch và để ráo.

Đun sôi nước dùng với một lát gừng, thả nấm vào, đun khoảng 3 phút, rửa lại bằng nước lạnh để ráo.

Xào nấm với 2 muống canh dầu hào và 1 muống cà phê rượu, nêm gia vị và nấu cho tới khi nước xốt cạn đi, rót nước xốt vào, dọn lên.

* Bước 1 và 2 có thể bỏ qua, nếu sử dụng nấm rơm đóng hộp.

Phở Bò Chay

Nguyên Liệu

- 1 củ cải trắng gọt vỏ, cắt khúc
- 1 củ sắn (củ đậu)
- 5 tai hời, vài miếng cinnamon khô
- 1/2 teaspoon hạt ngò khô, 1/2 teaspoon hạt tiêu nguyên hạt
- 1 củ hành tây (omit , nếu kiêng hành)
- 2 or 3 lon soup chay
- 1 hộp gia vị phở bò chay (loại 4 cube nhỏ)
- 1/2 bịch thịt bò chay (loại khô của Đài Loan hay Nhật cũng được)
- Bột nêm chay
- Bánh phở
- giá, ớt, rau húng quế, ngò, hành, tương đen, tương đỏ, tiêu, chanh



Cách nấu:

Cho củ cải, củ sắn vào nồi, đổ nước lọc, hầm chừng 1 tiếng với lửa riu riu, nướng củ hành, cinnamon, tai hời, ngò khô, hạt tiêu, trút tất cả vào nồi nước lèo, đun thêm 1/2 tiếng, lúc này

nước vì đun , nên hơi bị rút đi, thì mở 2 or 3 lon soup chay , đổ vào, cho gia vị phở bò chay vào nấu cho tan , nêm nếm theo khẩu vị bằng muối hay bột. nêm cho vừa miê.ng.

Trong lúc đó thì bỏ 1/2 bịch thịt bò khô vào cái thau ngâm cho mềm (chừng 20 phút) trút thịt bò khô ra rổ cho ráo nước, rắc 1/2 teaspoon bột nêm , trộn đều với thịt bò khô, sau đó cắt nhỏ 1 củ hành hương, cho tí dầu vào chảo, chờ dầu nóng, trút hành vào đảo , trút thịt bò vào đảo chín , chừng 10 phút, bỏ ra đĩa.

Luộc bánh phở, cho ra rổ cho ráo, bỏ vào tô, bày vài miếng thịt bò khô xào lên trên, rắc hành , ngò, vài khoanh hành tây thái mỏng, múc nước lèo chan vào, rắc thêm tí tiêu, dọn ra ăn với giá, rau húng quế, vắt 1 miếng chanh, để bên cạnh 1 đĩa tương đen, tương đỏ để chấm với thịt bò, nếu thích thì thêm hành tây ngâm dấm chua là ngon không thua phở thịt bò thiệt.

Chúc các bạn thành công.



Phở Chay

Nguyên liệu:

Nước Lèo:

- 1 củ cà rốt, 1 củ cải trắng, 1 củ xu, (mỗi thứ chứa lại một khúc nhỏ để riêng tía bông)
- 1/4 Trái bắp cải tươi
- 8 cái nấm đông cô
- 5 trái nấm trắng để nấu nước lèo
- 1 cút gừng nướng sơ
- 1 muỗng ăn gia vị nấu phá lấu (anis, five star)
- 10 miếng đậu hũ chiên sẵn
- 1 bông biển ngâm cho nở ra

Cách Làm:

- cho một tí dầu vào nồi canh xào sơ gia vị phá lấu cho thơm, cho nửa nồi nước sôi vào nấu với củ cà rốt, củ cải trắng, củ xu xu, nấm đông cô, nấm trắng, gừng nướng sơ cho thơm.

- sau khi nấu xong lược lại nước lèo bỏ tất cả bả của các loại rau cải (ngoại trừ nấm đông cô, cắt lát mỏng, cho phân nửa nấm cho vào nồi soup trở lại nấu tiếp, còn phân nửa kia thì đem xay nhuyễn để làm *tương ớt đậu phộng nấm đông cô chay*)

- cho thêm nửa nồi nước sôi vào, cho đậu hũ chiên, bông biển tía nhỏ lại, cho thêm 4 cái nấm trắng tươi cắt lát, nấm đông cô cắt lát và tất cả loại củ đã tía bông cho vào nấu sôi, cho muối và bột ngọt chay, nêm nếm cho vừa ăn.

- luộc bánh phở chín, để ráo, cho vào tô, cho soup phở vào với đủ loại rau cải, để trên mặt 1 ít ham chay cắt sợi, nấm trứng sơ, vài lát đậu hũ tươi, ăn với tương ớt ngọt và **tương ớt đậu phộng nấm đông cô chay ****.

- bày một đĩa chanh tươi, ớt, ngò rai, lá huế tươi.

chúc các bạn ăn ngon miệng.



**** Tương ớt đậu phộng nấm đông cô chay**

Nguyên liệu:

- 5 trái nấm đông cô hồi nẩy đã nấu mềm
- 100 gram đậu phộng rang
- 1 muỗng ớt khô

Cách Làm:

- đông cô, đậu phộng rang, ớt khô cho tất cả vào máy xay nhuyễn.
- cho vào chảo một ly dầu ăn chờ khi nóng cho phần 1 trên vào chiên, quậy thường xuyên cho tới khi trở màu hơi nâu nâu, cho thêm vài muỗng dầu mè, xong tắt lửa để nguội, cho vào keo có thể để lâu được.
- (khi xào bạn có thể cho một ít mè trắng vào xào chung, nước tương coi hấp dẫn hơn)

Ragout Thập Cẩm

Nguyên liệu:

- Khoai tây
- cà rốt
- hành củ (hành hoặc leak)
- nấm rơm
- đậu cô-ve hoặc hoà lan hột
- đậu hũ chiên
- sốt cà chua hoặc cà chua chín băm nhuyễn

Mọi thứ cắt nhỏ bằng đầu ngón tay.

Cách Làm:

- Cho dầu ăn phi thơm với hành củ trong nồi nhỏ, cho cà chua vào xào trước kể đến cà rốt, khoai tây, đảo đều khoảng 5 phút, cho nước lã vào và đậy nắp hầm cho mọi thứ mềm, nêm nếm gia vị vừa ăn (chủ yếu là không mặn nhé), khi thấy nước còn xâm xấp và hơi sánh là được.



Món này ăn cơm ngon lắm nè mà ăn cùng bánh mì cũng tuyệt vời !

Rau Củ Non Trộn Dầu Giấm

Bạn sẽ chọn mua những loại rau củ nhiều màu sắc như cà rốt, bông cải, củ dền, hành tây còn nhỏ để hấp.

Nguyên liệu:

1,5 tô lớn các loại rau (khoai tây củ dài, cà rốt con, củ dền cắt khúc, củ hành con, ớt chuông cắt sợi, bắp non,...)
1 chén dầu mè
1 chén giấm
1 thìa hạt thì là
2 thìa tiêu
1 thìa muối



Thực hiện:

Các loại rau được cắt, rửa sạch, để ráo nước.

Hấp tất cả các loại rau tới khi khoai tây mềm, khoảng 8 phút, trút ra tô. Trộn gia vị còn lại với nhau, khuấy cho muối tan. Tươi lên rau củ, để ngâm trong 15 phút, đảo nhẹ.

Rau Nấu Đông

Nguyên liệu:

- 1 củ cà rốt, thái hạt lựu
- 1 cây bông cải xanh
- 5 tai nấm mỡ, thái lát
- 3 bắp ngô bao tử, (bắp non) bỏ đôi
- 2g rau câu
- 1 muỗng cà phê tỏi băm nhỏ
- 6 muỗng cà phê nước tương (xì dầu)
- 1 muỗng canh dầu mè
- 2 muỗng cà phê giấm thơm
- 2 nhánh hành tươi, thái nhỏ

Cách làm:

1. Bông cải xanh rửa sạch, cắt nhánh nhỏ.

2. Bỏ cà rốt, ngô bao tử vào tô cùng với nước ấm, phủ giấy bảo quản, để vào lò vi sóng, đặt chế độ Micro khoảng 4 phút. Cũng làm tương tự với bông cải xanh và nấm mỡ, nhưng chỉ đặt khoảng 3 phút.



Vót tất cả các loại rau cho vào một cái âu.

3. Ngâm rau câu trong nước lạnh đến khi mềm ra, cho vào lò vi sóng, đặt chế độ Micro trong 2 phút, lấy ra đổ vào âu sao cho ngập rau, đậy nắp cho vào tủ lạnh.

4. Trộn đều nước tương, dầu mè, giấm thơm, tỏi và hành tươi trong một cái chén, để làm nước chấm.

5. Khi rau đã đông, lấy ra, cắt thành những lát dày 1cm, xếp vào đĩa và rưới nước chấm



Rau muống xào chay

Nguyên liệu:

2lbs rau muống
Xì dầu, bột ngọt, tiêu, đường
2 viên chao

Cách làm:

Lặt rau muống, rửa sạch.

Chao tán nhuyễn, trộn với đường, xì dầu.

Cho dầu vào chảo chờ thật nóng rồi cho rau muống vào xào đều tay cho rau giữ màu xanh. Khi thấy rau đã xanh đều, cho chao vào, xào cho chín.

Nêm lại cho vừa ăn.

Làm nước tương chanh, chua, ngọt ăn với rau muống xào, cơm trắng.

Ruột Gà Phá Lầu (Càfé-Moka)

Nguyên liệu:

- Gói tàu hũ ky loại thắt gút ,đông lạnh (coi hình)
- nước lạnh, nước tương
- Hắc xì dầu (ít hơn nước tương, cho đủ có tí màu nâu thôi)
- muối, đường, bột nêm chay
- chút bột xá xíu (cho có màu đỏ)
- 4 cái tai vị
- Miếng quế nhỏ
- 2 lát gừng
- 2 muỗng soup rượu Mai Quế Lộ
- Dầu mè



Cách Làm:

Lấy cái nồi nhỏ, cho nước + nước tương, hắc xì dầu, bột xá xíu, quế, tai vị, gừng vào nồi, canh sao cho vừa bằng với tàu hũ ky, chứ đừng nhiều quá. Nấu sôi lên. Cho muối, đường, bột nêm vô. Ném cho hơi ngọt và đậm đà hơn canh, giống như nước của thịt kho.

Cho tàu hũ ky đông lạnh thẳng vô nồi + với rượu Mai quế lộ. Nấu chút là được. Tàu hũ ky sẽ thấm màu nâu đỏ và thơm gia vị, vớt ra.

Bắc chảo cho chút dầu phi tỏi + gừng, cho tàu hũ ky vô lăn cho rám vàng là xong. Đừng chiên lâu bị nát. Lấy dầu mè bôi lên cho bóng và thơm.

Món này dọn với đồ chua, dưa leo, chấm tương Hoisin + tương ớt rất ngon. Dùng làm món khai vị.

Sò Chiên

Nguyên liệu:

- 1 miếng tàu hũ ki
- 1 sợi dây vải
- 1 tách rau dền đỏ

Nước xốt:

- 1/2 muỗng canh nước xốt đậu
- 2 muỗng cà phê rượu
- 1 muỗng cà phê nước gừng
- 1 nhúm tiêu
- 1/2 muỗng cà phê bột ngọt



Cách Làm:

Rau dền rửa sạch, để ráo nước, cắt nhỏ và ướp 1/3 muỗng cà phê muối khoảng 15 phút, vắt rau lấy 1/2 muỗng canh nước để lấy màu đỏ(không bắt buộc).

Cắt đậu hũ thành 4 miếng, rưới ít nước cho đậu được mềm.

Hòa nước cốt với nước rau dền, đặt đậu hũ vào ngâm 30 phút.

Rắc nhẹ bột năng lên mỗi miếng đậu, đặt một miếng đậu xuống đĩa, phủ 1 ít bột năng lên, để 1 miếng khác lên trên cứ tiếp tục làm như thế cho tới khi những lớp đậu hũ và bột năng dày đến 8cm.

Xếp tất cả lên 1 chiếc đĩa đã tráng mỡ, hấp 10 phút. Sau khi đậu nguội, cắt thành lát dày khoảng 7mm, chiên trong dầu nóng 1 lát, vớt ra để ráo và dọn lên.



Soup măng cua chay

Nguyên liệu:

- 1kg củ sắn
- 2 củ carrot
- 1 hộp măng tây
- 1 miếng tàu hũ ky lớn
- 1 muỗng súp đầy bột năng
- Ngò, tiêu, muối, bột ngọt
- 1 muỗng cà phê nước tương

Cách làm:

1. Củ Sắn: gọt vỏ, rửa sạch thái chỉ , sau đó đem nấu với chút muối để lấy nước dùng (độ 2 lít). Hớt bọt cho nước được dùng trong.

2. Carrot: Gọt vỏ, rửa sạch, bỏ chung vào nồi luộc sắn, luộc cho mềm. Khi carrot mềm, cắt thành hạt lựu nhỏ, dùng làm giả gạch cua.

3. Tàu Hũ Ky: Ngâm nước lạnh độ 15 phút, rửa sạch, để ráo nước, cắt nhỏ thành cọng như mì, dùng làm da gà.

4. Măng Tây: cắt nhỏ

5. Bột Năng: Hòa với 3 muỗng súp nước lạnh.

6. Bắt nồi nước dùng lên bếp, đổ nước trong hộp măng tây vào, đợi sôi, bỏ tàu hũ ky, măng tây, nước bột năng, cho nước dùng sanh sánh, nêm muối, tiêu, bột ngọt, nước tương, nêm vừa ăn là được. Khi tất cả sôi lên , nhắc xuống.

7. Múc soup ra tô, xung quanh tô rắc cà rốt để thay gạch cua, giữa để cọng ngò cho đẹp, rắc thêm tiêu cho thơm. Dùng nóng .

Sườn Chay Đại Hàn

Nguyên liệu:

- ½ kg thịt chay khô miếng vuông lớn, ngâm nước lạnh một đêm cho mềm và vắt ráo
- 4 muỗng canh dầu canola
- 1 bó hành lá, thái khúc ngắn 1 phân

Gia vị:

- ⅔ chén nước tương
- 4 muỗng canh dầu hào chay
- 3 muỗng canh đường cát trắng
- 2 muỗng canh mật ong
- 2 muỗng canh nước gừng
- 4 muỗng canh nước khóm
- 2 muỗng canh dầu mè
- 3 muỗng canh mè rang
- 1 muỗng canh bột năng

Cách Làm:

- Rót dầu canola vào chén hành lá, cho vào lò vi ba nấu khoảng 1 phút (hoặc có thể phi trong nồi nhỏ, khi dầu vừa nóng thì tắt lửa). Để một bên làm dầu hành.
- Trộn tất cả các gia vị với dầu hành cho thật đều.
- Nhúng từng miếng thịt chay vào hỗn hợp gia vị, ướp đều hai mặt khoảng 3 tiếng đồng hồ, sau đó cho vào lò nướng hoặc chiên vàng.

Trình bày:

- Dùng với cơm nóng hoặc bánh mì Pháp. Để có hương vị Âu Lạc, chúng ta cũng có thể chế biến bằng cách ướp thêm ớt khô, sả băm, và tỏi băm.



Sườn Cốt Lếch Chay

Nguyên liệu:

- 200g bánh mì trắng hấp.
- 100g măng đông.
- 10 cái nấm hương.
- Đường, xì dầu, nước sạch, dầu mè, bột năng.

Cách Làm:

Bánh mì cắt thành miếng vuông. Măng đông cắt thành khúc.



Khoét một cái lỗ ở giữa miếng bánh mì, cắm măng đông vào.
Cho bánh mì vào chảo dầu nóng chiên giòn rồi vớt ra.

Nêm vào một ít xì dầu, đường và nước vào chảo, khi nấu sôi lên thì rưới nước bột năng vào khuấy đều thành nước sốt. Cho bánh mì đã chiên vào chảo nước sốt, đảo đều rồi múc ra đĩa.

Sườn Ram Mặn Chay

Nguyên liệu:

1 bịch sườn mua chợ sẵn
(bán trong dây đông lạnh gọi "Sườn Chay")
1 chút xì dầu
Hành lá để phi thơm (hoặc leak hành lá loại lớn)
½ củ Hành tây cắt lát chéo
Chút dầu ăn
Tiêu
Bột nêm chay
Đường

Cách Làm:

Phi hành cho thật thơm, sau đó cho thịt sườn vào xào, đảo nhẹ tay, giảm lửa nhỏ xuống medium. Cho xì dầu + tiêu + đường vào, trộn đều, nêm vừa miệng ăn mặn mặn ngọt ngọt là được. Dạng sườn ram mặn giống nhà hàng. Sau đó kho cho sườn thấm đều gia vị. Khi sườn thấm khoảng 3-4 phút thì vặn lửa cao lên lại, rắc tí đường vào, cho hành tây cắt lát vào, trộn đều. Đem ra ăn nóng với cơm.

NOTE: Lý do cho đường vô lúc cuối là để cho đường cháy ra màu đẹp và miếng sườn được bóng vàng ngon. (hoặc có thể phi đường trước cho ra màu đẹp, để qua một bên, và cho vào sau cùng).



Taco Miền Nam

Nguyên liệu:

- 1 gói thịt chay vụn đông lạnh (loại nào cũng được, có bán ở khu thực phẩm sức khỏe)
- 4 muỗng kem chua (sour cream) có bán sẵn ở tiệm (hoặc xem công thức phía dưới)
- 1 lon pinto beans, khui ra để trong rổ cho ráo nước (hoặc loại đậu xay nhuyễn ở trong lon)
- 2 chén phô-mai làm bằng đậu nành, loại bào sợi
- ½ bắp xà-lách, thái sợi
- 3 quả cà chua lớn, thái nhỏ
- 3 tép hành, thái mỏng
- 2 trái ô-liu thái lát (hoặc mua loại thái sẵn trong hộp)
- 4 tai nấm rơm tươi, thái nhỏ
- 1 gói bột nêm taco
- 2 muỗng canh ớt bột
- 1 chai sốt taco
- 1 gói bánh tortilla chips
- 1 chén nước



Cách Làm:

- Đặt chảo lên bếp, vặn lửa trung bình, cho nước, ớt bột, và bột nêm taco vào. Khuấy đều và nấu cho sôi. Cho thịt chay vụn vào, đảo cho thấm, sau đó vặn lửa nhỏ, nấu khoảng 15-20 phút.
- Rải đều hỗn hợp vào đáy một cái đĩa lớn, thành một lớp.
- Rải một lớp kem chua lên trên.
- Rải một lớp đậu pinto hoặc đậu xay nhuyễn lên trên.
- Rải một lớp rau xà-lách, phủ kín đậu.
- Trang hoàng với cà chua, ô-liu, nấm, và hành.
- Trên cùng rải một lớp phô-mai bào sợi.

Dùng với bánh tortilla chips, cho thêm sốt taco tùy ý thích.

Kem chua (sour cream):

- Bạn có thể mua kem chua loại không sữa ở các tiệm thực phẩm hoặc tiệm bán thực phẩm tự nhiên. Tuy nhiên bạn cũng có thể tự làm kem chua như sau:
- 2 chén đậu hũ
- ¼ chén dầu ăn
- 3 muỗng canh nước chanh vắt
- ½ muỗng cà-phê muối
- 1 muỗng cà-phê đường
- Cho vào máy xay cho đến khi mịn.



Tàu hũ ky cải ngọt hấp với chili (ketchup sauce)

Nguyên liệu:

- nửa miếng đậu hũ tươi
- 1 khúc ham chay 4cm thành miếng nhỏ
- mười lá tàu hũ ky ngâm nở loại mềm
- 10 cây cải ngọt loại mini (loại nhỏ)
- 2 muỗng ăn ketchup
- 1 muỗng ăn chilisauce
- tí muối

Cách làm:

- đậu hũ tươi bóp nhuyễn trộn đều với Ham chay, tí muối, tiêu, bột ngọt rau cải, mè dầu, tí dầu gừng, nêm nếm chả đậu hũ lại cho vừa ăn
- lá tàu hũ ky ngâm nở, để ra cho ráo nước
- đặt chả đậu hũ vào lá tàu hũ ky cuốn thành cuốn nhỏ, xấp vào đĩa có chiều sâu, đem hấp chín khoảng 15 phút
- cho nước sôi vào chảo thêm tí muối, tiêu, vài lát gừng và dầu ăn, cho cải ngọt vào trụng sơ, vớt ra để ráo nước
- sắp cải ngọt và chả chả đậu hũ ky như đĩa trưng bày
- cho vào chảo một tí dầu chiên sơ tí gừng sợi cho thơm, cho 2 muỗng ăn ketchup và 1 muỗng ăn chilisauce, tí muối, xào đều, cho thêm nửa chén nước vào nấu sôi. Xong, lấy một chén nhỏ cho một tí bột gạo hoặc bột năng hoà tan với tí nước, đổ vào chảo nấu tiếp, nước sauce sẽ hơi đặc lại, khi xong, khéo tay chế nước sauce lên mặt đĩa cải ngọt
- dùng với cơm nóng

Tàu Hũ Ky Sauce Chua Ngọt

Nguyên liệu:

- 6 cây tàu hủ ky tươi (loại đông đá)
- 1 trái cà chua lớn cắt miếng
- 2 nhánh cần Mỹ (celery), cắt xéo
- 3 tablespoons sweet chili sauce (loại của Thailand, loại ăn với gà chiên)
- 1 nhánh tỏi tây (thế cho hành lá) cắt khúc
- Bột nêm, tiêu, muối, đường

Cách làm:

Tàu hủ ky để cho ráo đá, thái miếng, lấy giấy napkin thấm thật khô rồi bỏ ra rổ, bắc chảo lên cho dầu ăn vào chiên như chiên tofu, xong bỏ ra tô.



Cà chua cho vào chảo cùng 3 muỗng sweet chili sauce, nêm nếm thêm tí đường, muối cho vừa ăn rồi cho tỏi tây vào, khi cà chua mềm, nước sauce sền sệt, thì trút ra tô

Rửa chảo sạch sẽ, cho 1 teaspoon dầu vào, chờ nóng, trút cần (celery) vào, cho tí bột nêm, đảo chừng 2 phút thì cho tàu hủ ky vào đảo chung, chừng 2 phút thì trút ra đĩa, cho tô sauce vào microwave heat lại chừng 1 phút cho nóng, đoạn trút lên tàu hủ ky và cần, rắc thêm tí tiêu, dọn ra ăn với cơm

Chúc các bạn có một bữa ăn chay ngon miệng.

Thập Cẩm Hấp Lá Gừng

Nguyên liệu:

- 1 củ khoai lang đỏ
- ½ củ cà rốt
- 100g nấm bào ngư
- 8 lá gừng
- 1 miếng đậu hũ trắng
- 1 lá tàu hủ ky
- Nấm mèo, tiêu, đường, nước tương

Cách Làm:

- Nấm mèo ngâm nở, băm nhuyễn. Nấm bào ngư chẻ đôi. Khoai lang đỏ gọt vỏ, cà rốt xắt cọng khoảng 5cm.
- Đậu hũ trắng luộc sơ, tán nhuyễn, trộn chung với tàu hủ ky ngâm nở, xé nhỏ. Sau đó cho nấm mèo vào, nêm tiêu, đường, nước tương cho vừa ăn.
- Bọc nấm bào ngư với hỗn hợp đậu hũ và tàu hủ ky. Cuốn lá gừng lại, cho nấm vào
- Thêm một cọng cà rốt, cọng khoai lang và nấm mèo. Dùng tăm ghim lại cho chặt
- Chảo dầu nóng, cho các cuốn lá gừng vào chiên vàng cho chín phần khoai. Vớt ra để ráo dầu



- Dọn ăn với nước tương, ớt xắt khoanh.

Thịt Bò Chay Xào Cam

Nguyên liệu:

- 3 tép cần tây, rửa sạch và cắt miếng dày khoảng ½ phân
- 4 muỗng cà-phê dầu canola
- 1 ½ muỗng cà-phê bột nêm nấm
- 2 muỗng cà-phê nước tương
- ½ muỗng cà-phê đường cát trắng
- 3 muỗng canh nước cam vắt tươi
- 1 muỗng cà-phê mè rang
- 1 chén thịt bò chay(loại khô mỏng), rửa sạch

Gia vị nấu thịt bò chay:

- 2 chén nước
- 1 nhánh gừng nhỏ (khoảng 5 phân), đập dập
- 1 muỗng cà-phê bột nêm nấm

Cách Làm:

- Cho thịt bò chay khô và gia vị để nấu thịt bò chay vào một nồi nhỏ, nấu cho mềm và sạch mùi bột. Vắt ráo.
- Đặt chảo lên bếp, cho vào 1 muỗng cà-phê dầu canola. Đợi nóng xào cần tây và ½ muỗng cà-phê bột nêm nấm cho nửa sống nửa chín. Để vào đĩa.
- Đặt chảo lên bếp trở lại, cho phần dầu còn lại vào. Khi dầu nóng, cho thịt bò chay vào xào đến khi khô nước.
- Sau đó cho nước tương, đường, và 1 muỗng cà-phê bột nêm nấm vào xào tiếp khoảng 1 - 2 phút.
- Cho nước cam vào, trộn đều. Vặn nhỏ lửa.
- Khi nước cam rút và thấm vào thịt bò chay, cho cần tây và mè rang vào.
- Trộn đều. Tắt lửa.

Trình bày: Dùng với cơm nóng.





Thịt xá xíu chay chiên

Nguyên liệu:

- 100 gram thịt chay loại khô và dầy
- 1 gói bột xá xíu pha sẵn
- muối, dầu mè, nước tương

Cách làm:

- thịt chay cho vào nồi nước sôi luộc nở và mềm, đem ra để ráo và ép khô nước
- thịt chay đem ướp với bột xá xíu, để 1 đêm cho thấm gia vị
- xong đem chiên, ăn với rau cải, bún, nước tương hoisin sauce hoặc nước tương ớt

Bánh hỏi:

Mình thích dùng bánh hỏi hiệu wai wai.

Cách làm: ngâm cho bánh mềm, xong vớt ra rửa cho ráo bớt nước. Cho chút nước cốt dừa (không có cũng được, nước dừa là cho bánh được béo và thơm) hoặc dầu vào trộn đều rồi rắc bột năng vô. Bột áo đều bánh là được. Hấp bánh xong ta nên thoa chút dầu hành cho bánh được thơm, không khô, và đẹp mắt.



Bánh hỏi và thịt xá xíu chiên ngày tết

Tôm Chay

Nguyên liệu:

- 200 gr đậu hũ ky frozen
- lá cuốn sushi (nếu muốn có mùi biển)
- 1 mớ pasta có hình cái nơ (để giả làm đuôi tôm)
- gia vị đi kèm: muối, bột nêm, tiêu

Cách Làm:

- Đậu hũ ky frozen để mềm, lựa chỗ không rách dùng để cuộn tôm (xem hình) - phần còn lại ngâm với nước cho mềm - sau đó rửa sạch.
- Cắt nhỏ xong cho gia vị vào ướp khoảng 1 tiếng cho thấm, nếu thích có mùi biển thì nướng lá cuốn sushi xong bóp nhỏ trộn vào.
- Khi cuộn tôm phải cuộn cho đầu tôm lớn hơn đuôi tôm (xem hình) sau đó dùng dây cột lại mang đi hấp.
- Muốn cho màu thì lấy cọ phết màu đỏ cam lên đuôi tôm, và vẽ vài sọc ngang trên mình tôm.
- Hấp xong mới tháo giấy ra.

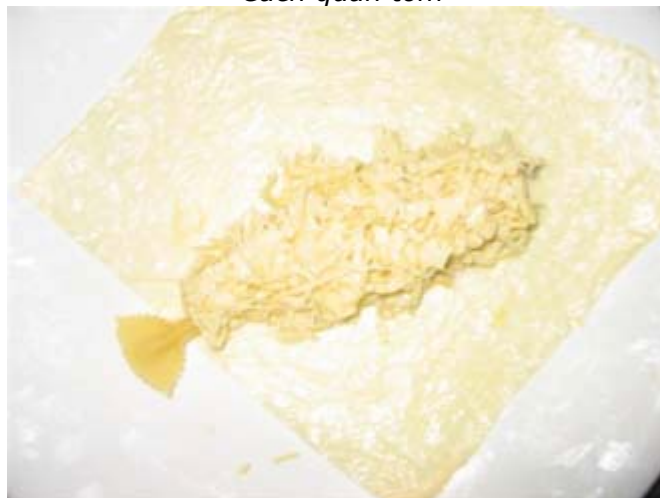


Pasta làm đuôi tôm, nên cắt xén để cuốn hơn



Cuộn xong như vậy

Cách quấn tôm



Hấp xong thành tôm



Món tôm chay này các bạn có thể mang đi rim hay xào nấu cho các món chay.



Tôm chay cuốn mì chiên & nước mắm me

Nguyên liệu:

- một hộp tôm chay đông lạnh
- một tí bột nem rau cải, dầu ăn, muối
- một nắm nhỏ mì spaghetti
- 1 muỗng bột gạo
- 10 cây tre saté
- 1 ít xả băm
- dầu ăn, muối, bột ngọt chay
- bún cho 2 người ăn

Cách làm:

- dầu ăn, xả, muối, bột ngọt chay quậy đều, cho tôm (để tan đá) vào trộn đều cho thấm gia vị
- Spagetti luộc chín, để ráo
- pha 1 muỗng bột gạo với tí nước thành hồ đặc
- dùng cây saté ghim tôm xong cuốn spaghetti ngoài con tôm, dùng hồ trét lên cho mì dính lại
- cho chảo dầu nóng chiên chín tôm
- dọn lên ăn liền mới ngon, cho thêm vài lát chanh, bún, salad và rau huế, hún lủi, và nước mắm me

chú ý: Đừng dùng cây tre dài quá sẽ khó chiên

Nước mắm me chay (Tamarine soyce sauce)

Vật liệu:

- 3 muỗng me (có thể chế biến dùng me bột)
- 8 muỗng nước sôi
- 6 muỗng ăn đường
- nửa chén nước tương chay
- ớt băm, bột ớt, thính, mè rang

Cách làm:

- cho me và nước sôi vào keo nhỏ (jam), dùng nĩa quậy tan me, sau đó vớt sác me bỏ đi
- cho đường vào quậy tan
- cho nửa chén nước tương vào quậy đều
- cho ớt vào

kết quả được một keo nước mắm me vừa ngon, vừa chua của vị me, và nước hơi sền sệt . Để qua một đêm thì càng ngon hơn.

Người Thái thường nêm thêm ớt bột và thính (gạo nếp rang tán nhỏ) vào nước mắm me cũng ngon.

Thính bỏ vào trước khi ăn, khi đun sôi để lửa nhỏ (simmer) độ 5-10 phút, nước mắm sẽ trong và sánh, nhớ hớt bọt khi nước sôi nha. Chúc các bạn ngon miệng.

Tôm Chiên

Nguyên liệu:

- 3 miếng tàu hũ ki lá

Thành phần làm nhân:

- 2 muỗng canh cà rốt xắt nhỏ nấu chín
- 110g măng đóng hộp xắt hạt lựu
- 1/2 ca bắp nấu, 20g nấm hương
- 1 ít dầu mè
- 1 nhúm tiêu
- 1/2 muỗng cà phê đường
- 1/3 muỗng cà phê muối
- 1/3 muỗng cà phê bột ngọt
- 1 muỗng cà phê nước gừng
- 1 muỗng cà phê rượu

Bột nhào:

- 1 ½ tách bột mì (loại có men nở)
- 1/4 muỗng cà phê muối
- 3/4 tách nước
- Trộn đều với hai muỗng canh dầu



Cách Làm:

Cắt tàu hũ ki lá thành từng miếng vuông khoảng 8cm, phủ 1 lớp khăn sạch lên.

Nấm hương ngâm nước, để ráo, cắt nhỏ.

Búp nấm rửa sạch, để ráo, cắt nhỏ.

Xào nhân với 2 muỗng canh dầu, cho gia vị vào, trộn đều, múc ra để nguội.

Rắc nhân vào giữa miếng đậu hũ, gói lại bằng cỡ ngón tay, gắn bì đậu bằng bột nhào, phủ bên ngoài lớp bột nhào, chiên giòn trong dầu nóng, để ráo và dọn ra.

Tôm chiên giòn chay 1



Nguyên liệu:

- 1 gói đậu hũ ky tươi (8 oz.), ngâm nước khoảng 3-5 phút, cắt miếng vuông lớn bằng bàn tay
- 1 chén bột bánh mì vụn (bread crumbs, flakes)

Tôm chay:

- 1 miếng đậu hũ trắng (12 oz.), rửa sạch và bóp nhuyễn
- 1 gói bún tàu (1.8 oz.), ngâm mềm và thái nhỏ
- 5 tai nấm mèo, ngâm mềm và thái nhỏ
- 1 gói sườn chay, rửa sạch và cắt nhỏ
- 2 muỗng cà-phê muối
- 1 muỗng canh đường cát trắng
- 1 muỗng cà-phê bột nêm nấm
- Một ít tiêu
- ½ bó rau ngò hoặc boa-rô, thái nhuyễn

Nước xốt:

- 1 muỗng cà phê bột khoai tây (hay bột năng/bột bắp)
- 1 trái chanh vắt lấy nước
- 1 ½ chén nước
- 1 ½ muỗng cà-phê đường
- ½ muỗng cà-phê muối
- 2 giọt màu thực phẩm vàng

Trình bày:

- 1 bó xà-lách soong, rửa sạch
- 2 quả cà chua, thái khoanh mỏng

Thực hiện:

Bột chiên giòn:

- ½ chén bột mì tự nổi
- ½ muỗng cà-phê muối
- ½ muỗng cà-phê bột nêm nấm
- ½ chén nước

- Hòa tan các vật liệu nước xốt trong một nồi nhỏ. Nấu sôi và để ra chén.
- Hòa tan các vật liệu bột chiên giòn trong một tô nhỏ.
- Trộn đều tất cả các vật liệu làm tôm chay trong một tô lớn.
- Để nhân tôm chay vào miếng đậu hủ ky, gấp hai bên, rồi cuốn từ dưới lên trên, đầu to, đuôi nhỏ.
- Dùng dây ny-lông buộc lại cho cong như hình con tôm. Hấp khoảng 10 phút. Sau đó lấy ra, để nguội, cắt dây bỏ.
- Nhúng tôm chay vào hỗn hợp bột chiên giòn. Lăn trên bột bánh mì vụn. Để vào chảo dầu chiên. Khi vàng thì vớt ra.

Trình bày:

Sắp sà-lách soong và cà chua vòng quanh một đĩa to. Tôm chay lăn bột chiên giòn để giữa. Bên cạnh là chén xốt.

Tôm chiên giòn chay 2



Nguyên liệu:

- Một gói tôm chay có bán sẵn ở chợ VN hay chợ Đại Hàn
- Một gói bột chiên tôm
- Một gói bread crumbs, flakes
- Một bó sa-lách son
- Một trái cà chua

Cách Làm :

- Hòa bột chiên tôm với nước lạnh, cho vừa không loãng không đặc.
- Cầm tôm nhúng vào bột đã hòa rồi nhúng vào bột bread crumbs.
- Để vào chảo dầu chiên , thấy vàng com tôm lấy ra để ráo dầu.

Trình bày :

Theo hình chỉ dẫn, hay tùy ý mỗi người trình bày.

Tôm Rim Chay

Nguyên liệu:

- 1/2 miếng đậu hũ cứng để ráo nước
- 1 củ cà rốt nhỏ băm nhuyễn
- 1 củ khoai môn nhỏ băm nhuyễn
- 1 nắm đậu xanh cà đãi sạch vỏ nấu chín
- vài nắm tươi băm nhuyễn
- bánh tráng
- bột all purpose 1 cup + 1 tsp baking powder = mix well với nước đá lạnh + vài giọt foods colors cho ra màu đỏ cam giống con tôm. xì dầu, chút tiêu, bột ngọt, chút đường, chút muối, dầu ăn, bột năng.



Cách Làm:

Trộn tất cả các vật liệu trên với nhau, nêm gia vị vào hỗn hợp chủ yếu là lợ lợ không mặn, sau đó trộn vào hỗn hợp 1tsp bột năng.

- Bánh tráng cắt làm tư, sau đó cho nhân vào và xếp đều nhọn vào trước và gúi vị khéo tay gấp làm sao cho giống hình con tôm đầu to và cái đuôi nhỏ, xong rồi uốn cho đuôi tôm hơi cong cong cho đẹp bánh tráng, khi thoa nước sẽ dai mềm và dính rất dễ làm, tuy nhiên đừng làm con tôm lớn quá, vì khi nhúng bột chiên con tôm sẽ nở lớn nữa, làm cho hết số nhân với các con tôm lớn nhỏ đủ size tùy thích.
- bột pha với nước đá lạnh không đặc quá và không lỏng lẻo, sau đó cho colors foods màu đỏ + vàng vào quậy đều, làm sao mà ra cái màu chiên lên giống con Tôm thiệt là được .
- chảo nhiều dầu để nóng, sau đó cầm cái đuôi từng con tôm nhúng vào bột và thả vào từ từ , nhỏ lửa, đừng để dầu quá nóng sẽ cháy khét con Tôm nha, xong để con tôm ra paper tower thấm bớt dầu.
- Quậy sẵn một chén 2 tsbp xì dầu + đường cho tan, nêm nếm sao cho mặn mặn ngọt ngọt.
- bắc một chảo cho một muống sup dầu ăn cho nóng cho tôm trở vào chảo cho nóng trở lại, xong cho nước tương pha sẵn vào đảo đều tay cho nước tương hơi kẹo quyện vào con tôm thì tắt lửa.

Dùng với cơm nóng. Chúc các bạn có bữa ăn ngon miệng.

Tôm Sốt Cà Chua

Nguyên liệu:

- 200g khoai tây chín nhuyễn.
- 100g cà rốt chín nhuyễn.
- 50g sợi cà rốt.
- 4 lá tàu hũ ki.
- 1 trái táo.
- 4g muối.
- 25g sốt cà chua.
- 30g đường trắng.
- 15g giấm trắng.
- 1g bột ngọt.
- 50g bột mì trắng mịn.
- 1000g dầu ăn.



Cách Làm:

Cho khoai tây nhuyễn và cà rốt nhuyễn, muối, bột ngọt vào thố trộn đều thành miếng hình chữ nhật dài 5cm, rộng 1.5cm để làm thịt tôm, cắt tàu hũ ki thành miếng dài 18,5cm, rộng 12.5cm.

Trái tàu hũ ki ra đĩa, quét một lớp tôm mịn, cho sợi cà rốt vào sao cho một nửa lộ ra ngoài để làm râu tôm tôm, xếp sợi tảo vào giữa, cho thêm một lớp tôm mịn lên trên sợi tảo rồi cuộn lại thành con tôm đầu to đuôi nhỏ, nặn chặt 3 đầu lại rồi uốn thành hình cong, sau khi đã tạo dáng tôm xong, đem tôm hấp khoảng 5 phút.

- Cho dầu vào chảo đun nóng, cho "tôm" vào chiên đến khi có màu vàng óng thì vớt ra.
- Cho dầu vào chảo, cho sốt cà chua vào xào cho ra dầu, thêm đường, giấm vào, nấu sôi lên thì cho bột năng vào để sệt lại, cho tôm vào rồi bày ra đĩa.

Tôm Viên Chiên

Nguyên liệu:

- 200g khoai tây chín nhuyễn.
- 50g đậu xanh chín.
- 50g cà rốt.
- 50g măng đông.
- 50g nấm hương.
- 30g muối.
- 1.5g bột ngọt.
- 1g gừng.
- 100g bột mì trắng mịn, bột lên men vừa đủ.
- 1000g dầu ăn.



Cách Làm:

Cắt nấm hương, măng, cà rốt thành hạt gạo, cho các hạt vừa cắt cùng với khoai tây nhuyễn, đậu xanh, muối, bột ngọt, gừng, bột mì, bột lên men vào thố trộn đều, rồi viên thành viên như tôm viên.

Cho dầu vào chảo, đợi dầu nóng, cho từng viên "tôm viên" vào chiên đến khi vàng óng thì vớt ra, cho vào đĩa.

Trứng Chay

Nguyên liệu:

(Nấu rau câu cho 10 trứng)

- 2 cups nước
- 3 tsps bột sữa
- 10 gr bột rau câu
- Khuôn rau câu trầu cau

(Lòng đỏ)

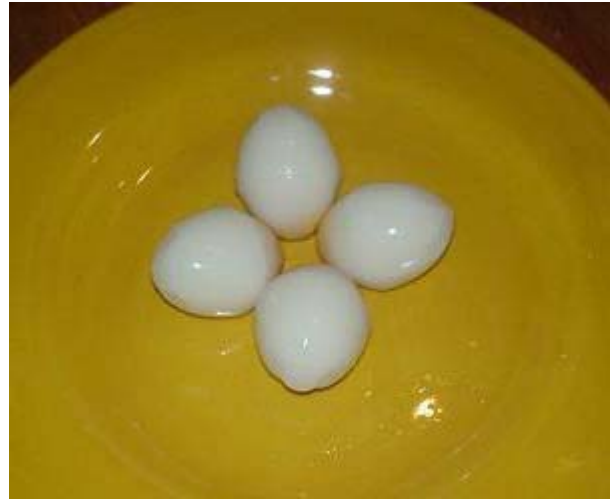
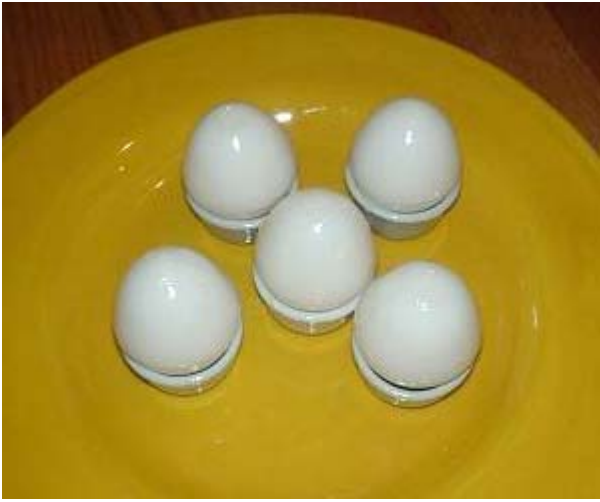
- đậu xanh
- cà rốt
- tí muối



Cách Làm:

- Lòng đỏ thì làm bằng đậu xanh với bột carrot xào với tí dầu và tí xíu muối.
- Bột sữa quậy với khoảng 2 tsps nước sôi cho tan, quậy vào với nước và bột rau câu, nấu sôi 1 tí cho chín rau câu.
- Nhân lòng đỏ vo viên tròn, để cái khuôn trên cái tách nhỏ hoặc vỉ trứng, đổ 1 tí rau câu vào dưới để cho hơi nguội 1 tí, cho nhân vào đây nắp lại đổ rau câu vào cho đầy ngập, để cho đông lại, gỡ khuôn ra là xong.





Trứng Chay 2

Nguyên liệu:

- 19 oz đậu hủ, loại cứng
- ¼ chén dầu ô-liu hoặc bơ làm bằng đậu nành
- 4 oz phô-mai làm bằng đậu nành
- 3 giọt màu thực phẩm vàng
- 3 muỗng cà-phê bột nêm trứng Tofumate Eggless Salad (tùy thích, có bán ở khu thực phẩm sức khoẻ)
- Một chút muối, tiêu

Cách Làm:

- Bóp nhuyễn đậu hủ, để vào rổ cho ráo nước.
- Cho dầu hoặc bơ vào chảo, nấu đậu hủ khoảng 2 phút.
- Đổ đậu hủ ra rổ cho ráo nước, rồi cho đậu hủ vào chảo lại.
- Cho phô-mai, bột nêm trứng, và vài giọt màu vàng vào. Khuấy đều tay cho đến khi phô-mai tan.
- Rắc muối, tiêu cho vừa ăn.

Ghi chú:

- Trứng chay ăn với bánh mì nướng thật là tuyệt vời. Đây là một món ăn điểm tâm chay lành mạnh, thịnh soạn, và nổi tiếng của người Tây phương.



Trứng Chay Chiên Dòn

Nguyên liệu:

- 7 miếng đậu hũ tươi trong hộp (loại vừa), tán nhuyễn
- 2 cây củ cải muối, rửa sạch và thái nhỏ
- 3 muỗng canh dầu canola

Gia vị:

- 2 tép hành lá, thái nhuyễn
- 2 muỗng cà-phê đường cát trắng
- 1 muỗng cà-phê đường vàng
- 2 muỗng cà-phê bột nêm nấm
- 4 muỗng canh bột gạo
- Một chút muối, tiêu (tùy thích)

Cách Làm:

- Trộn chung đậu hũ với củ cải muối và gia vị.
- Dùng tay nắn khoảng 1 muỗng canh đậu hũ, hình dạng tròn tròn, đẹp đẹp. Cho dầu canola vào chảo, chiên vàng. Có thể để trong tủ lạnh ăn dần.



Vi Cá Chay

Nguyên liệu:

- 110g bông kim châm khô
- 6 cái nấm hương
- 6g mộc nhĩ khô
- 3 muỗng canh cà rốt xắt nhỏ
- 3 muỗng canh mì căn viên xắt nhỏ
- 2 cây ngò

Nước xốt:

- 1/2 tách nước dùng
- 1/2 muỗng canh bột củ năng hoặc bột năng
- 1 ít dầu mè
 - 1 nhúm tiêu
 - 1/2 muỗng cà phê muối
 - 1/3 muỗng cà phê đường
 - 1/2 muỗng cà phê xì dầu
 - 1/2 muỗng cà phê bột ngọt



- **Bột nhào:**
 - 1 muống canh bột mì
 - 2 muống canh bột năng
 - Hoà 2 thứ bột này với 4 muống canh nước

Cách Làm:

Nấm và mộc nhĩ ngâm nước, xắt nhỏ. Luộc sơ mộc nhĩ trong vòng 5 phút , rửa lại bằng nước lạnh, để ráo.

Trộn mì căn với 1/2 muống cà phê bột năng, chiên trong dầu nóng 1 lát, vớt ra để ráo dầu.

Kim châm khô ngâm nước 30 phút, cắt bỏ phần cứng ở hoa, trụng nước sôi 5 phút để ráo, dùng nĩa xé nhỏ. Nhúng hoa vào bột nhào, chiên giòn trong dầu nóng, vớt ra để ráo dầu.

Phết dầu lên 1 chiếc đĩa sâu lòng, đặt tất cả nguyên liệu đã chuẩn bị cùng họa kim châm và ngò lên đĩa. Rót vào 2 tách nước dùng và hấp khoảng 30 phút, chắt nước dư ra. Úp 1 chiếc đĩa khác lên, lật ngược và bỏ đĩa củ ra.

Đun sôi 1 muống canh dầu, hoà nước xốt vào, đun sôi, rót lên đĩa thức ăn.

Vịt Quay Chay

Nguyên liệu:

- 200 gr đậu hủ ky frozen
- 1 ít kim châm ngâm xong bỏ nhụy
- 1 tai nấm mèo cắt sợi
- leeks phi thơm

Cách làm:

Đậu hủ frozen để tan đá, ngâm với nước muối, rửa sạch nhiều lần xong để ráo.

Ướp các gia vị làm vịt quay như mật ong, muối, chút chao đỏ, ngũ vị hương, rượu mai quế lộ, leeks phi thơm, ít nước tương cho thấm.

Xếp đậu hủ ky chồng lên nhau cùng với kim châm, nấm mèo, dè chặt lại xong mang đi hấp. Hấp xong, phết chút màu lên chiên vàng.



Vịt Quay Da Giòn

Nguyên liệu:

- 100g tàu hũ ki.
- 20g xì dầu.
- 10g đường trắng.
- 1g gừng băm nhuyễn.
- 2.5g bột ngọt.
- 1.5g muối.
- 1.5g rượu.
- 100g bột mì trắng nhuyễn, bột lên men vừa đủ.
- 200g nước.
- 15g dầu mè.
- 1000g dầu ăn.
- Bột ngũ vị hương.



Cách Làm:

- Cho nước, xì dầu, đường, gừng băm nhuyễn, bột ngọt vào nồi, nấu sôi lên thì cho dầu mè, bột ngũ vị hương vào nấu thành nước sốt.
- Trãi tàu hũ ki ra đĩa, rưới nước sốt lên cho đến khi nước sốt thấm đều tàu hũ ki thì rưới dầu mè vào, cuộn thành hình chữ nhật dài 30cm, rộng 5cm. Cho cuộn tàu hũ ki vào xửng hấp khoảng 5 phút thì lấy ra. Cho bột mì, muối, bột ngọt, nước, bột lên men vào một cái chén rồi đánh đều cho sền sệt thành hồ, cho "vịt quay" vào hồ quét.
- Đổ dầu vào chảo, đợi dầu nóng, cho vịt quay đã quét "hồ" vào, chiên cho đến khi có màu vàng óng thì vớt ra, cắt và bày ra đĩa.

Xôi Đậu Phộng

Nguyên liệu:

- 1 kg nếp ngỗng
- 500 g đậu phộng
- 1 muống súp mè trắng
- Muối
- Đường



Cách Làm:

Chuẩn bị:

- Nếp: Vo sạch chế nước vào ngập gạo ngâm độ 2 giờ (nếu lộn gạo phải ngâm lâu hơn độ 4 giờ).
- Đậu phộng: Rửa sạch chế nước ngâm độ 30 phút thay nước khác. Cho đậu vào song nấu thấy hạt đậu mềm là được đổ ra rổ xả lại nước lạnh để ráo.
- Mè: Gạn sạn rang vàng giã sơ + chút muối rang sẵn.

Hấp xôi:

- Nếp ngâm xong đổ ra rổ xả nước lạnh cho trong, trộn chút muối để ráo nước cho đậu phộng vào trộn chung.
- Bắc xúng nước để sôi cho nếp vào. Hấp lửa to độ 1 giờ thấy hạt nếp mềm và trong là chín.

Cách dùng:

- Xôi để ra đĩa rắc thêm muối mè + đường.

Xôi Gà Chay

(Cho 6-7 phần ăn / Thời gian thực hiện: 1 tiếng)

Vật liệu nấu xôi:

- 4 cân Anh (khoảng 2 kg) nếp hạt dài, ngâm trong nước ấm khoảng 2-3 giờ, để ráo
- 3 miếng gà chay đông lạnh (**Hình 1**), để tan đá và cắt làm 4
- ½ chén dầu canola để chiên gà chay

Dầu hành:

- 3 củ hành hương nhỏ, thái mỏng
- 2 muỗng canh dầu canola

Gia vị trộn nếp:

- ½ muỗng cà-phê bột nêm nấm (**Hình 2**)
- 1 lon nước cốt dừa (khoảng 12-16 oz.)
- 1 muỗng cà-phê muối
- ½ muỗng cà-phê tiêu

Gia vị ướp gà chay:

- 2 muỗng canh nước tương (có thể dùng hiệu Healthy Boy) (**Hình 3**)
- Một chút bột ngũ vị hương
- 1 muỗng canh đường cát trắng
- Một chút tiêu
- 1 củ hành hương nhỏ, thái mỏng



Gà chay đông lạnh

Bột nêm nấp, Nước cốt dừa, Củ hành hương

Nước tương, Ngũ vị hương

Thực hiện:

Xôi:

- Hòa tan các vật liệu cho gia vị ướp nếp trong 1 chén nhỏ. Ướp hỗn hợp gia vị này vào nếp khoảng 5-10 phút cho thấm. Sau đó để nếp cho ráo.
- Cho nước vào 1 xúng, đầy khoảng $\frac{1}{3}$ xúng. Đun sôi. Lót 1 miếng vải mùng sạch (cheese cloth) hoặc giấy bạc đã đâm nhiều lỗ nhỏ. Cho nếp vào xúng hấp khoảng 20 - 30 phút là chín. Trước khi hấp, đặt miếng giấy lau tay sạch để lên mặt xôi để tránh bị nhão.

Nhân gà chay:

- Gà chay chiên sơ với dầu canola cho vàng.
- Hòa tan các vật liệu của gia vị ướp gà chay trong 1 chén nhỏ. Ướp hỗn hợp gia vị này vào gà chay đã chiên sơ.
- Hâm gà chay đã ướp gia vị cho thơm.

Dầu hành:

Hành hương phi vàng, dùng để rắc lên trên mặt xôi cho đẹp.

Trình bày:

Cắt gà chay thành miếng mỏng, bày lên mặt xôi chung với hành hương phi vàng. Có thể rắc thêm chút tiêu và ngò lên cho thơm ngon.

Xôi Lá Dứa

Nguyên liệu:

- 1 kg nếp ngon không lộn gạo
- 15 cọng lá dứa
- 1/4 muỗng cà phê muối bột
- Lá chuối lót xúng
- 300 g dừa khô

Cách Làm:

Chuẩn bị:

- Dừa: Vắt lấy từ 6- 8 muỗng súp nước cốt.
- Lá dứa: 10 cọng xắt nhuyễn đem xay với nước lạnh, bỏ xác vắt thành 3 chén nước lá dứa .
- Nếp : Vo sạch, cho vào nước lá dứa ngâm 2 giờ, nước ngập mặt nếp, vớt ra để ráo trên rổ.

Chế biến:

- Xúng nước sôi, lót lá chuối dưới xúng đem hấp + chút muối khoảng 10 phút rồi tiếp tục rưới nước cốt dừa vào xôi, làm như vậy đến khi nếp chín mềm.
- Xôi này khi dùng ăn với đường, muối mè, dừa nạo sợi.



Xôi Nếp Than

Nguyên liệu:

- 1kg nếp than
- 200g đậu xanh cà
- 100g dừa bào sợi
- 200g dừa nạo
- 200g đường trắng
- Hành lá - bột gạo - muối



Cách Làm:

Chuẩn bị:

- Nếp: Vo sạch ngâm nước độ 4 giờ xả sạch để ráo trộn iút muối.
- Đậu xanh : Ngâm nước mềm đãi sạch vỏ hấp chín tán nhuyễn.
- Dừa nạo: Vắt lấy 200g nước cốt.
- Bột gạo: Độ 1 muống súp hòa tan quậy tan.
- Hành lá: Xắt nhỏ xào mỡ cho vào nước cốt dừa.

Nấu xôi:

- Bắc xúng nước để sôi cho nếp vào hấp, độ nửa giờ xả hơi xới đều, hấp đến khi nếp chín.
- Thẳng nước dừa: nước cốt dừa nấu sôi, chế bột ngọt vào từ từ nước cốt hơi sánh là được.

Cách dùng:

- Xới xôi ra đĩa, cho đậu xanh, chế nước cốt dừa + đường rắc trên mặt, rắc dừa bào sợi lên trên.

* Ghi chú:

- Nếp có thể nấu cơm nếp màu xanh xôi sẽ đậm hơn.
- Khi ngâm nếp để nước ít để nếp ít lạt màu.

Xôi Xoài

Nguyên liệu:

- 4 trái xoài chín (hay 6 trái xoài Thanh Ca)
- 1 lon nước cốt dừa (14 oz.)
- 1 chén đường
- 1 muống cà-phê muối
- 2 chén nếp (hay 5 chén xôi nếp chín)

CHUẨN BỊ:



{Ngâm nếp trong nước lạnh khoảng 3 tiếng, vớt ra, để ráo.

{Cho nếp vào xừng, hấp khoảng 30-40 phút cho chín.

{Cho nước cốt dừa, đường, muối vào một nồi nhỏ, nấu lửa nhỏ khoảng 10 phút cho tan đường.

THỰC HIỆN:

{Trộn nước dừa đã nấu vào xôi cho thật đều, để cho thấm khoảng 30 phút đến 1 tiếng trước khi ăn.

{Ngay trước khi ăn mới gọt xoài, thái từng miếng nhỏ vừa miệng ăn.

TRÌNH BÀY:

{Lấy một đĩa trung bình, xếp xôi chung quanh đĩa, xếp xoài vào giữa, cho một cọng rau thơm có màu xanh trên mặt xôi cho đẹp.

Xúc Xích Chay

Nguyên liệu:

- 10 miếng tàu hũ ki
- 8 băng vải cotton
- 1/4 tách xì dầu
- 1 muỗng canh nước tương thường
- 2 muỗng canh dầu hào
- 1 muỗng canh dầu mè
- 2 ½ muỗng canh đường
- 1 muỗng cà phê bột ngọt
- 1 tách nước



Cách Làm:

Cắt 2 miếng tàu hũ ki thành 8 miếng dạng hình tam giác.

Xắt 8 miếng đậu hũ còn lại thật nhỏ, rắc lên 3 muỗng canh nước.

Đun sôi gia vị, tắt lửa, trộn với đậu làm bằng nhân, chia nhân ra làm 8 phần, đặt mỗi phần nhân lên 1 miếng đậu hình tam giác, nặn thành hình ống tròn, dùng dây băng vải cột chặt khoảng giữa các phần, hấp đậu trong chỏ tre, Phết dầu khoảng 30 phút.

Gỡ bỏ dây sau khi nguội, rắc dầu mè lên.

Khi dùng xắt lát, ăn nóng hoặc nguội.

Cách Làm Mì Căn

Recipe của QUÊ HƯƠNG

Vật liệu và cách làm:

Lúc nào QH cũng hay nhắm chừng vì đã làm quen tay rồi nhưng cũng không khó đâu. Pha nước muối lờ lợ, khoảng 1 tsp 1/4 cho 700 ml nước ấm cho khoảng 7 - 8 cups bột mì.

Cho bột mì vào 1 cái chậu xong cho nước muối vào nhồi từ từ cho đến khi bột dẻo và mịn. Nếu hơi nhão thì cho thêm bột, nếu khô thì 1 chút nước.



Hình bột sau khi nhồi với nước muối đây:



Cho cục bột này vào trong 1 túi vải sau đó nhúng túi vải vào thau nước hơi ấm và bắt đầu nhồi. Khi nước có màu đục thì thay nước khác.



tiếp tục thay nước và nhồi cho đến khi thấy nước còn 1 chút xíu màu hơi đục thôi, lấy miếng bột ra khỏi bao vải và bắt đầu gói lại.

Đây là dạng mì căn nhão nếu không thích gói có thể rút ra từng miếng nhỏ mang đi luộc chín xong cho vào món kho chay.



Gói hơi chặt tay sau đó dùng dây buộc lại cho thật chặt.



Cho vào nồi nước sôi luộc khoảng 10 phút tính từ lúc nước sôi. Sau đó cho mì căn chín vào thau nước lạnh để khỏi bị đen.



Lấy mì căn ra khỏi miếng vải và có thể xé mì căn để làm ra nhiều món ăn chay.



Cách Pha Nước Mắm Chay 1

Nguyên liệu:

2 lon coco rico
Muối
Chút bột ngọt (optional - tùy ý)
Chút xì dầu hoặc nước trà pha đậm
Chanh
Đường
Kiệu chua băm nhỏ
ớt băm nhỏ

Cách Làm:

Nấu cho sôi muối + coco rico + chút đường + chút bột ngọt, nêm giống như dạng mặn mặn hao hao giống nước mắm.

Khi nước mắm đó sôi lên cho chút xì dầu vào cho nước ngã màu giống màu của nước mắm là okie, giảm lửa để riu riu cỡ 5 mins. Sau đó nhắc ra để nguội.

Băm kiệu chua nát như dạng tỏi băm + ớt. Sau đó cho nước mắm nấu kia vào, thêm cỡ ½ lon coco rico + đường + chanh, gia giảm nêm sao cho giống nước mắm, chua chua, ngọt ngọt là được.

Nếu pha nước mắm cho gói thì thêm chanh và thêm đường cho mặn mà chút hơn là nước mắm ăn bún và chấm chả Giò.



Cách Pha Nước Mắm Chay 2

Nguyên liệu:

1 chén nước ấm
2 muỗng canh nước chanh vắt
3 muỗng cà-phê muối
1 muỗng canh đường cát trắng
1 lon nước dừa Coco Rico
1 muỗng cà-phê nước tương
(có thể dùng hiệu Healthy Boy)
Một chút bột nêm nấm
1 muỗng cà-phê tương ớt tỏi xay
1 củ cà-rốt, thái sợi nhuyễn
1 trái ớt tươi, thái lát mỏng

Thực hiện

Cho tất cả vật liệu (trừ cà-rốt và ớt tươi) vào tô. Khuấy đều. Sau đó, cho cà-rốt và ớt tươi vào.

Nước mắm chay có thể dùng với các món như bún bì chay, cơm tấm bì chay, bánh bèo chay, bánh cuốn chay, thịt chay nướng vỉ, v.v...



Cách Pha Mắm Nêm

Nguyên liệu:

- 1 hộp khóm băm nhuyễn
- 1 chai tương cự đà
- 1 hũ chao
- 1 chai nhỏ tương ăn phở (hoisin sauce)
- 3 muỗng canh sả băm nhuyễn
- 1 muỗng canh dầu canola
- 1 muỗng cà-phê bột nêm nấm
- Vài nén đường thẻ
- 2 chén nước lọc (ít nhiều tùy thích)

Cách Làm:

Chao tán nhuyễn hoặc dùng máy xay nhuyễn.

Bắt chảo dầu lên bếp lửa. Khi chảo dầu bắt đầu nóng, cho sả băm nhuyễn vào phi vàng.

Sau đó cho khóm, tương cự đà, tương ngọt, chao, bột nêm nấm, đường thẻ, và nước lọc. Nêm nếm lại cho vừa ăn.

Nếu thích ăn cay có thể thêm ớt vào. Khi sôi nhắc khỏi bếp lửa.

Mắm nêm có thể cất vào tủ lạnh để dành ăn nhiều ngày.

Bảng Đơn Vị Đo Lường

Nhiệt Độ		Dung Tích	Trọng Lượng
Độ Fahrenheit (F)	Độ Celsius (C)		
100°	38°	¼ cup = 63 ml = 2 oz.	1 lb. = 454 grams = 16 oz.
150°	66°	½ cup = 125 ml = 4 oz	1 kg = 1000 grams = 2.2 lbs
200°	95°	1 cup = 250 ml = 8 oz.	1 oz. = 28 grams
250°	120°	1 lít = 33.8 oz = 1.1 qt = 4¼ cup	
300°	150°	1 gal = 3.8 lít	
350°	180°	1 MC = 1 tbsp. = 15 ml. = 1 muỗng canh	
400°	200°	1 mc = 1 tsp. = 5 ml. = 1 muỗng cà phê	
450°	230°	1 muỗng sành VN = 2 MC	
500°	260°		

Abbreviations

Abbreviation Imperial Metric Notes

oz = Ounce = 27gm

lb = Pound = 430gm 1 Pound = 16 Ounces

tsp = Teaspoon = 5ml

dssp = Desertspoon = 10ml = 2 Teaspoons

tbsp = Tablespoon = 14ml = Aprox 3 Teaspoons

pt = Pint = 570ml

fl = oz Fluid Ounce = 28ml = 2 Tablespoons

cup Tea Cup (not a mug) = 225ml = 8 fl oz

Glass Wine = 100ml

Glass Sherry or Port = 70ml

in Inch = 2.5cm

ft Foot = 30cm 1 Foot = 12 Inches

Note: The measures above are for level spoons, a heaped spoon is about 50% more.

Công Dụng Của Bột Baking Soda

- Giúp củ hành tây khi xào được mềm, dẻo
- Khử và tẩy mùi, vết bẩn tủ lạnh
- Giữ~ màu rau được xanh khi xào hay luộc
- Món chiên có bột sẽ giúp bột giòn và xốp
- Làm mất vị đắng của mật cá khi lỡ làm bể mật cá, thoa bột vào bị dính mật và rửa lại nước
- Làm mềm các loại đậu
- Pha loãng với nước , cho rau cải vào ngâm 5 phút rửa lại vài lần với nước, thuốc trừ sâu sẽ biến mất
- Khử vị đắng của củ cải
- Khi nấu rong biển, cho ít bột vào giúp rong biển không những bị mềm mà còn ngon hơn
- Làm cho sứa giòn với tỷ lệ 10gr soda/500gr sứa, ngâm 20' và rửa lại sạch với nước
- Xóa vết dầu ở thảm, làm ướt nơi dính dầu, rắc bột lên chỗ dơ, để qua đêm rồi hút bụi
- Cho nhẵn vàng sáng đẹp, dùng vải mềm chấm bột soda chà xát vào nhẵn
- Làm sáng đồ dùng tráng men, vật dụng men sứ bị ố, dùng vải chấm bột soda chà mạnh vào chỗ bị ố
- Rửa dụng cụ bị dính dầu mỡ, ngâm vào dung dịch nước soda 30', sau đó rửa lại
- Khử mùi khó chịu ở lọ nhựa

bakingsodabook.com

M Ụ C L Ụ C

Bánh Chưng Chay
Bánh Cuốn Nhân Thịt Chay
Bánh Giò Chay
Bánh Khọt Chay
Bánh Khúc Chay
Bánh Paté Chaud Chay
Bánh Tét Thái Nhân Mít Dừa Non
Bánh Xèo Chay
Bào Ngư Xốt Cà Ri
Bì Chay 1
Bì Chay 2
Bò Nấu Tiêu Chay
Bông Cải Chiên
Bò Ngũ Vị Hương
Bún Bò Huế Chay
Bún Măng Chay
Bún Mọc Chay
Bún Tầm Bì
Cá Chay Hấp Gừng
Cá Chiên Chay
Cá Chiên Dưa Chua
Cá Chiên Xù
Cá Hoa Cà Chua Ngọt
Cá Kèo Chay
Cá Kèo Kho Sauce Me
Cá Kho Tộ Chay
Cá Muối Chiên
Cá Thu Chiên Xà Ớt
Cà Tím Cuốn Chả Đậu Hũ Chiên
Cà Tím, Khổ Qua, Ớt, Nấm Dòn Thịt Chay
Cà Tím Kho Tộ
Cà Tím Tầm Hành
Cà Tím Tứ Xuyên
Cải Chua Trộn Chả Đậu Hũ Khìa
Cải Non Đông Cô
Canh Chua Chay
Canh Chua Thái Chay
Canh Chua Tôm Chay
Canh Chua Tôm & Tofu Chay
Canh Khổ Qua Chay
Canh Khổ Qua Dòn Đậu Hũ
Canh Mướp Nấu Nấm Rơm
Chả Cá Chay Chiên Mè
Chả Chay Khoai Môn
Chả Chưng Chay
Chả Giò Chay
Chả Lá Lốt
Chả Lụa Chay 1
Chả Lụa Chay 2
Chả Lụa Đậu Hũ Bún Tàu
Chả Nhật Nguyệt

Chả Tôm Chiên
Chân Giò Xào
Cháo Đậu Xanh
Chay La Hán Chao Đò
Chicken Orange Chay
Cơm Cháy Hàm Hạt Dẻ
Cơm Cháy Thập Cẩm
Cơm Hoa Hồi Trái Cây
Cơm Niêu Nấm Hương
Đậu Hũ Áp Chảo
Đậu Hũ Bắc Kinh
Đậu Hũ Cà Ri
Đậu Hũ Chiên Dòn Chay
Đậu Hũ Chiên Hành
Đậu Hũ Chiên Muối
Đậu Hũ Chiên với Nấm Xào Rau
Đậu Hũ Chưng Tương
Đậu Hũ Cuốn Chiên Dòn
Đậu Hũ Hấp Chao
Đậu Hũ Hấp Nấm Hương và Cà Rốt
Đậu Hũ Khai Ngộ
Đậu Hũ Kì Cuốn Nấm Hương
Đậu Hũ Nấm và Cải Xanh
Đậu Hũ Nhồi Củ Quả
Đậu Hũ Nhồi Ngô Sen
Đậu Hũ Và Ham Chay Chưng Nước Tương Gừng
Đậu Hũ Xào Chua Ngọt
Đậu Hũ Xào Hạnh Nhân
Đậu Hũ Xào Tứ Xuyên
Đậu Hũ Xốt Tương Đậu
Đậu Que Xào Chay
Gà Cam
Gà Chiên
Gà Chiên Giòn
Gà Con Cuộn Ống
Gà Xào Xả Và Cà Ri (Vegetarian)
Gà Sốt Cam
Giò Long Phụng
Gỏi Ba Món
Gỏi Bao Tử Chay
Gỏi Càn Tây
Gỏi Cuốn Chay
Gỏi Mít Chay
Gỏi Thanh Tịnh
Hải Sâm
Hào Chay
Heo Nướng Chay
Heo Xào Chua Ngọt
Hoành Thánh Chay
Hủ Tiếu Nam Vang
Khô Chiên Phồng
Khổ Qua Sốt Cà Chua
Khoai Tây Xào Nấm
Kiềm Chay
Lẩu Chua Cay Chay
Lẩu Mắm Chay
Mắm Chưng Chay
Mắm Thái Chay 1
Mắm Thái Chay 2

Măng Kho 1
Măng Kho 2
Măng Nấu Nấm Hương
Mì Căn Hấp Lá Bắp Cải
Mì Căn Kho Ngũ Vị Hương
Mì Căn Nấu Súp
Mì Căn Non Hàm Đậu Phộng
Mì Căn Non Xốt Cà Chua
Mì Căn Xào Chua Ngọt 1
Mì Căn Xào Chua Ngọt 2
Mì Căn Xào Lá Quế
Mì Căn Xào Nấm và Măng
Mì Căn Xào Sả Ớt
Mì Căn Xào Xả Ớt Curry
Mì Chay
Mì Spaghetti Chay
Nấm Đông Cô Xào Lăn
Nấm Đuôi Phượng Chiên Giòn
Nấm Kho Tiêu Chay
Nấm Rơm, Bắp Non Hàm Đậu Hòa Lan
Nấm Rơm Xào Dầu Hào
Phở Bò Chay
Phở Chay
Ragout Thập Cẩm
Rau Củ Non Hấp Trộn Dầu Giấm
Rau Nấu Đông
Rau Muống Xào Chay
Ruột Gà Phá Lấu
Sò Chiên
Soup Măng Cua Chay
Sườn Chay Đại Hàn
Sườn Cốt Léch Chay
Sườn Non Chiên
Sườn Ram Mặn Chay
Taco Miền Nam
Tàu Hũ Kỳ Cải Ngọt Hấp Với Chili
Tàu Hũ Kỳ Sauce Chua Ngọt
Thập Cẩm Hấp lá Gừng
Thịt Bò Chay Xào Cam
Thịt Xá Xíu Chay Chiên
Tôm Chay
Tôm Chay Cuốn Mì Chiên & Nước Mắm Me
Tôm Chiên
Tôm Chiên Dòn Chay
Tôm Rim Chay
Tôm Sốt Cà Chua
Tôm Viên Chiên
Trứng Chay 1
Trứng Chay 2
Trứng Chay Chiên Dòn
Vi Cá Chay
Vịt Quay Chay
Vịt Quay Da Giòn
Xôi Đậu Phộng
Xôi Gà Chay
Xôi Lá Dứa
Xôi Nếp Than
Xôi Xoài
Xúc Xích Chay

- **Cách Làm Mì Cắn** **NEW!**
- **Cách Pha Nước Mắm Chay** **NEW!**
- **Cách Pha Mắm Nêm** **NEW!**



Bản Đơn Vị Đo Lường: Trọng Lượng & Dung Tích Tích



Mẹo Vật Khi Nấu Ăn

**Những Bí Quyết Nhỏ Khi Làm Bếp Nên Biết
Công Dụng Của Bột Baking Soda**