

វិធីសាស្ត្រកែច្នៃត្រសក់ចាវ

គ្រឿងផ្សំ	សំភារៈប្រើប្រាស់
- ត្រសក់ស្រូវ ១០ គីឡូក្រាម	- ក្រឡ
- ទឹកសុទ្ធ ១២ លីត្រ	- កាំបិត
- អំបិល ១ គីឡូ	- ជ្រូញ
	- វែង
	- ចានដែក

ដំណើរការកែច្នៃ

គំនូសបំព្រួញនៃដំណើរការកែច្នៃ

រៀបចំ និងលាងសម្អាត



យកត្រសក់មកលាង បន្ទាប់មកកាត់សំអាតទងទាំងសងខាងចេញ និងឆ្លុត៣ជុំវិញត្រសក់នឹងត្រសក់ថ្លឹងក្រោយ លាងសំអាតរួចរៀបត្រសក់ចូលកែវ ចាប់ផ្តើមលាយអំបិល ទឹកចូលគ្នា ហើយចាក់យកកែវ ត្រូវយកឈើមកខ្ចោស មាត់ត្រសក់ដើម្បីកុំឲ្យអណ្តែក ទុកវារយៈពេល៣-៤ថ្ងៃ យើងស្រង់ត្រសក់ហាលថ្ងៃ។



ស្រង់ត្រសក់ចេញហាល តាំងពីព្រឹករហូតដល់ល្ងាច ហើយសារមកថ្លឹងម្តងទៀត បន្ទាប់មកថ្លឹងស្ករស រួចយក ត្រសក់ប្រលាក់នឹងដាក់ចូលកែវ (ត្រសក់១គីឡូ ស្ករស១ក្រាម) ទុក១យប់ស្អែកយកហាលថ្ងៃម្តងទៀត។



ថ្ងៃទី២ស្រង់ត្រសក់ហាលថ្ងៃម្តងទៀតល្ងាចឡើងសារ ហើយប្រឡាក់ស្ករសម្តងទៀត(ស្ករ៥០ភាគរយនៃថ្ងៃទី១)
ត្រសក់ចាររួចជាការស្រាវ រក្សាទុកបាន ៦ខែ។

វិធីចានត្រសក់ព្យាបាល

- ប្លឹងត្រសក់ ៥០០ ក្រាម
- ខ្ទឹមស ១០ ក្រាម
- ទឹកខ្មៅ ១០ ក្រាម
- ម្ទេស ៧ ក្រាម (ដាក់តាមការចូលចិត្ត)
- ស្ករស ១០ ក្រាម

ការរៀបចំ



ប្លឹងត្រសក់ រួចហោត្រសក់នឹងប្លឹងម្តងទៀត ប្លឹងស្ករស ម្ទេស ខ្ទឹមស និងទឹកខ្មៅចាក់ចូលត្រសក់ រួចច្របល់ឲ្យសព្វទុកសិនដើម្បីឲ្យចូលគ្រឿងបានល្អ អាចបរិភោគបាន។

វិធីកែច្នៃជ្រូកម្រេច

គ្រឿងផ្សំ	សំភារៈប្រើប្រាស់
- ម្រេចខ្ចី ១ គីឡូក្រាម	- ក្រឡ
- ទឹកខ្មៅ ១០០០មីលីលីត្រ	- កាំបិត
- ស្ករស ១០០ ស្លាព្រា	- ជ្រៀញ
- អំបិល ៣០០ ក្រាម	- វែង
	- បានដៃក

ដំណើរការកែច្នៃ

គំនូសបំព្រួញនៃដំណើរការកែច្នៃ

រៀបចំ និងលាងសម្អាត



យកម្រេចលាងទឹកឲ្យស្អាត បន្ទាប់មកទុកឲ្យសោះទឹកនឹងប្រឡុះម្រេចចេញពីទងយកតែគ្រាប់ម្រេចដាក់ម្រេចក្នុងកែវ ហើយចាប់ផ្តើមលាយទឹកត្រាំម្រេចម្តង មុនដំបូងចាក់អំបិល ស្ករស និងទឹកខ្មៅ លាយចូលគ្នានឹងកូរឲ្យហ្មតដល់លាយ ហើយ ជ្ជួសចាក់ចូលក្រឡម្រេច ទុករយៈពេល១៤ថ្ងៃ អាចបរិភោគបាន។

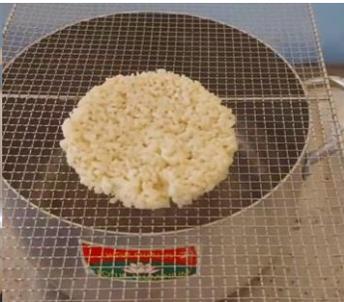
របាយការណ៍បំពងស្រូវយសជាតិសាច់ដាត់

<p>គ្រឿងផ្សំ</p> <ul style="list-style-type: none"> - អង្ករ ១ គីឡូក្រាម - ទឹក មីលីលីត្រ 	<p>សំភារៈប្រើប្រាស់</p> <ul style="list-style-type: none"> - ក្រឡ - កាំបិត - ជ្រើញ - វែង - បានដៃក
---	--

គំនូសបំពងស្រូវនៃដំណើរការកែច្នៃ
រៀបចំ និងលាងសម្អាត



ដំបូងបង្កើនអង្ករនឹងដាក់ដាំបាយរួចចាក់ពុម្ព ហើយដាក់ក្នុងម៉ាស៊ីនសំងួត(ដោយកំណត់ កំដៅ ៤០អង្សា ៨ម៉ោង) បើសិនជាហាលដោយប្រើកំដៅព្រះអាទិត្យត្រូវប្រើរយៈពេល ២ថ្ងៃ អាស្រ័យលើអាកាសធាតុ។



ដាក់ខ្លះនឹងចាក់ខ្លាញ់ចូលទុកឲ្យក្តៅទើបដាក់ដុំបាយដែលសំងួតចូល រួចត្រឡប់ចុះឡើង បន្ទាប់មកឡើងដុំបាយ ដែលនោះចេញ ហើយនឹងដាក់សាច់ជ្រូកផាត់រោយពីលើដុំបាយក្តាំងដែលបំពងហើយរួចជាការស្រេច។

វិធីសាស្ត្រកែច្នៃស្បែកជ្រូកបំពង

<p>គ្រឿងផ្សំ</p> <ul style="list-style-type: none"> - ស្បែកជ្រូក - ទឹក - ខ្លាញ់ 	<p>សំភារៈសំរាប់ប្រើប្រាស់</p> <ul style="list-style-type: none"> - ឆ្នាំង - ខ្លះ - ដង្ហៀប - កាំបិត ជ្រុញ កញ្ចែង។
--	--

ដំណើរការកែច្នៃ

គំនូសបំព្រួញនៃដំណើរការកែច្នៃ

រៀបចំ និងលាងសម្អាត



ដំបូងលាងស្បែកជ្រូក ចៀរខ្លាញ់ជាប់ស្បែកចេញឲ្យអស់ កោសរោម ដាក់ស្បែកជ្រូកស្ងោររយៈពេល ៣០ នាទី រួចស្រង់នឹងហានស្បែកជ្រូកតូចៗល្មមតាមតម្រូវការដែលយើងចង់បាន



យកស្បែកជ្រូកទៅហាន ១ទៅ២ថ្ងៃ អាចយកមកបំពងបាន ដាក់ខ្លាញ់ក្នុងខ្លះបន្តិចបានហើយ បន្ទាប់មកដាក់ស្បែកជ្រូកបំពង ទុករហូតដល់វារីកអស់ទើបស្រង់ចេញអាចបរិភោគបាន។

វិធីធ្វើពងទាប្រៃស្លឹកតើយ

គ្រឿងផ្សំ	សំភារៈសំរាប់ប្រើប្រាស់
- ពងទា ១៥ គ្រាប់	- ក្រឡ
- អំបិល ៣០០ ក្រាម	- ឆ្នាំង
- ទឹកខ្មេះ ១ លីត្រ	- វែក
- ស្លឹកតើយ ៧០ ក្រាម	- កាជុន
- ទឹក ២៥០ មីលីត	- ជ្រូញ
	- កាំបិត
	- បាន

ដំណើរការកែច្នៃ

គំនូសបំព្រួញនៃដំណើរការកែច្នៃ
ការរៀបចំ និងគ្រឿងផ្សំ



ដាក់ពងទាត្រាំទឹក លាងសំអាតសំបកខាងក្រៅដែលប្រឡាក់ឲ្យស្អាត រួចហើយតំរៀបពងទា ក្នុងប្រអប់នឹងចាក់
ទឹកខ្មេះចូលទុករហូតរយៈពេល១០នាទី រួចស្រង់ពងទាចេញពីទឹកខ្មេះ លាងសំអាតជាមួយទឹកឲ្យស្អាតម្តងទៀត
កិនស្លឹកតើយជាមួយទឹកឲ្យម៉ត់ ហើយប្រោះយកកាកចេញ ទុកតែទឹកបានហើយ យកពងទាមកតំរៀបក្នុងកែវ
ទុកមួយអន្លើយ



ដាក់ឆ្នាំងដាំទឹកហើយចាក់អំបិលចូលកូរឲ្យរលាយនឹងចាក់ទឹកស្អឹកតើយចូល រួចដាក់ចុះពីចង្រ្កាន ទុករហូតដល់ ត្រជាក់ទើបចាក់ចូលពងទា ទុករយៈពេល ៧ថ្ងៃ អាចយកមកបរិភោគបាន។