

# สารบัญ

มังสวิรัต	1 - 8
อาหารมังสวิรัต	9
กลูเตนจากแป้งสาลี	10 - 11
การเตรียมหมัก	12
ห่อหมก	13 - 14
โปรตีนเกษตรกระเพาะกรอบ	15
แกงเขียวหวานโปรตีนเกษตร	16
ข้าวตั้งหน้าตั้ง	17
ปอเปี๊ยะทอด	18
น้ำยาเห็ด	19
ก๋วยเตี๋ยวลอด	20 - 21
กะเพาะปลามังสวิรัต	21
ขนมปังหน้าโปรตีนเกษตร	22
ไส้โปรตีนเกษตร	23
ปั้นขลิบโปรตีนเกษตร	23
ขนมผักกาดทรงเครื่อง	24
โปรตีนเกษตรเห็ญทอง	25
แซนวิชเต้าหู้	26 - 27
สาकुไส้โปรตีนเกษตร	27



## อาหารมังสวิรัต

ชื่อผู้แต่ง

เพลินใจ ดังคณะกุล

จัดทำโดย

ศูนย์สารนิเทศทางอาหาร

สถาบันค้นคว้าและพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ตู้ ป.ณ. 1043 ปท.เกษตรศาสตร์ จตุจักร

กรุงเทพฯ 10903

โทร. 02-9428629-35 ต่อ 303, 305

E-mail : [libsnl@ku.ac.th](mailto:libsnl@ku.ac.th)

เลขหมู่	๙๗ 652
เลขทะเบียน	15172
วันที่	14/ธ.ค. 2551

96263

BSTI DEPT. OF SCIENCE SERVICE  
สำนักหอสมุดฯ กรมวิทยาศาสตร์บริการ



1110002271

ผลิตและจัดจำหน่ายโดย

ศูนย์สารนิเทศทางอาหาร สถาบันค้นคว้าและพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

50 ถ. พหลโยธิน แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กทม. 10900

โทร 02-5795587

FAX : 02-9427677