



## เมนูกัญชาแนะนำ

### ชามะนาวธรรมดา

วัตถุดิบ ต่อ 6 แก้ว

#### ส่วนประกอบ

ใบกัญชาสด	6 ใบ
น้ำมะนาว	6 ช้อนโต๊ะ
ชาผง	6 ช้อนชา
น้ำตาลทราย	9 ช้อนโต๊ะ
เกลือ	1 ช้อนชา
โซดา	600 มิลลิลิตร
น้ำผึ้ง	6 ช้อนชา

\* THC, CBD = 0 mg/100g

### วิธีทำ

#### ส่วนที่ 1 การเตรียมน้ำกัญชา

ล้างใบกัญชาสด 6 ใบ ปั่นผสมกับน้ำเปล่า 200 มิลลิลิตร กรองแยกกากออกเก็บเฉพาะส่วนที่เป็นน้ำ

#### ส่วนที่ 2 การเตรียมน้ำเชื่อมชาหอม

น้ำเปล่า 200 มิลลิลิตร ใส่ชาผง 6 ช้อนชา ต้มเดือด 5 นาที กรองแยกเฉพาะส่วนที่เป็นน้ำ จากนั้นใส่น้ำตาลในน้ำชาหอม 9 ช้อนโต๊ะ คนจนน้ำตาลละลายขณะร้อน ๆ หรือ ตั้งไฟอ่อนๆเพื่อให้น้ำตาลละลาย

#### วิธีชงสำหรับบริโภค 1 แก้ว 14 ออนซ์

น้ำแข็งใสในแก้ว	14 ออนซ์
น้ำเชื่อมชาหอม	30 มิลลิลิตร
โซดา	100 มิลลิลิตร
น้ำมะนาว	15 มิลลิลิตร
น้ำคั้นกัญชา	30 มิลลิลิตร
น้ำผึ้ง	1 ช้อนชา
เกลือ	1 หยิบมือ

## ไข่เจียวใบกัญชา

ไข่เจียว สูตรใส่ใบกัญชา 1/2 ใบ

### ส่วนประกอบ

ไข่ไก่	1 ฟอง
น้ำมัน	50 กรัม
ซีอิ้วขาว	1.45 กรัม หรือ 1 ช้อนชา
ซอสหอยนางรม	3.25 กรัม หรือ 1 ช้อนชา
ใบกัญชา	0.32 กรัม



วิธีทำ ใช้ น้ำมันถั่วเหลืองกึ่ง ใช้เวลาในการทอดไข่ 1 นาที สะเด็ดน้ำมัน 1 นาที

\* THC = 0.1 mg/100 g CBD = 1.39 mg/100g



## กะเพราสุขใจ

วัตถุดิบ สูตรปกติ 1 ชาม

### ส่วนประกอบ

หมูสับ	50	กรัม		
พริกแห้ง	3.18	กรัม		
กระเทียม	9.61	กรัม		
น้ำมันพืช	10.01	กรัม	หรือ 1	ช้อนโต๊ะ
ซอสหอยนางรม	3.25	กรัม	หรือ 1	ช้อนชา
ซีอิ้วขาว	2.8	กรัม	หรือ 1	ช้อนชา
น้ำตาลทราย	2.87	กรัม	หรือ 1/2	ช้อนชา
น้ำปลา	2.85	กรัม	หรือ 1	ช้อนชา
ใบกัญชา	1.65	กรัม		
ใบกะเพรา	5.92	กรัม		
พริกชี้ฟ้าแดงเขียว	5.34	กรัม		

\* ใส่กัญชา 1/2 ใบสด THC = 0.02 mg/100g CBD = 0.15 mg/100g

### วิธีทำ

ใบกัญชา 1 ใบ หนัก 1.65 กรัม

ใบกัญชา 1/2 ใบ หนัก 0.83 กรัม

ใส่น้ำเปล่าต้อนตำพริก 1 ช้อนโต๊ะ

ใส่น้ำมัน พริก กระเทียม หมูสับผัดให้สุก ปรุงรสด้วยซอสหอยนางรม ซีอิ้วขาว น้ำตาลทราย น้ำปลา

ใส่ใบกะเพรา ใบกัญชา ผัดต่ออีก 2 นาที

ใส่จาน โรยพริกตกแต่ง



## ซี่โครงหมูต้มแช่

วัตถุดิบ สูตรปกติ 1 ชาม

### ส่วนประกอบ

กระดูกซี่โครง	500 กรัม
น้ำสะอาด	2.5 ลิตร
เกลือ	1 ช้อนโต๊ะ
หอมแดง	2 หัว หรือ 18.25 กรัม
ใบมะกรูด	2 ใบ หรือ 1.53 กรัม
ตะไคร้	1 ต้น หรือ 24.41 กรัม
ข่า	1 หัว หรือ 17.68 กรัม
น้ำมะนาว	3 ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา	3 ช้อนโต๊ะ
ผักชีฝรั่ง	2 ต้น หรือ 9.97 กรัม
ใบกัญชา	-
พริกขี้หนูสวนสีเขียว	3 เม็ด หรือ 5.74 กรัม

\* ใส่ใบกัญชาสด ½ ใบ THC = trace , CBD = 0.03 mg/100g

### วิธีทำ

ใบกัญชา 1 ใบหนัก 1.65 กรัม

ใบกัญชา 1/2 ใบหนัก 0.83 กรัม

ตั้งน้ำให้เดือด พอเดือดแล้วใส่หมู ข่า ตะไคร้ ใบมะกรูด หอมแดง เกลือ

เคี่ยวไฟอ่อน 2 ชั่วโมง

ตักกระดูกหมู ข่า ตะไคร้ ใบมะกรูด หอมแดง ตักน้ำต้มกระดูก 12 กระจาย

ใส่น้ำปลา น้ำมะนาว พริก ผักชีฝรั่ง ใบกัญชา ต้มต่อ 5 นาที

