



การเลือกซื้ออาหารแห้ง

อาหารแห้ง คือ อาหารที่ผ่านกระบวนการการประกอบอาหาร เช่น การอบ การตากแห้ง เพื่อให้ส่วนที่เป็นน้ำถูกกำจัดออกไป ซึ่งอาหารเหล่านี้สามารถเก็บไว้ได้นานกว่าอาหารสด เช่น พริกแห้ง ปลาเค็ม กะปิ อาหารกระป๋อง

ตัวอย่าง การเลือกซื้ออาหารกระป๋อง



2. เครื่องปรุงรสที่ใช้ในการประกอบอาหาร

เครื่องปรุงรส หมายถึง สิ่งที่ใช้ปรุงแต่งอาหารให้มีรสชาติหรือมีกลิ่นตามความต้องการ เช่น มะนาว น้ำตาล น้ำปลา เกลือ พริก

