

Gourmet & Cuisine

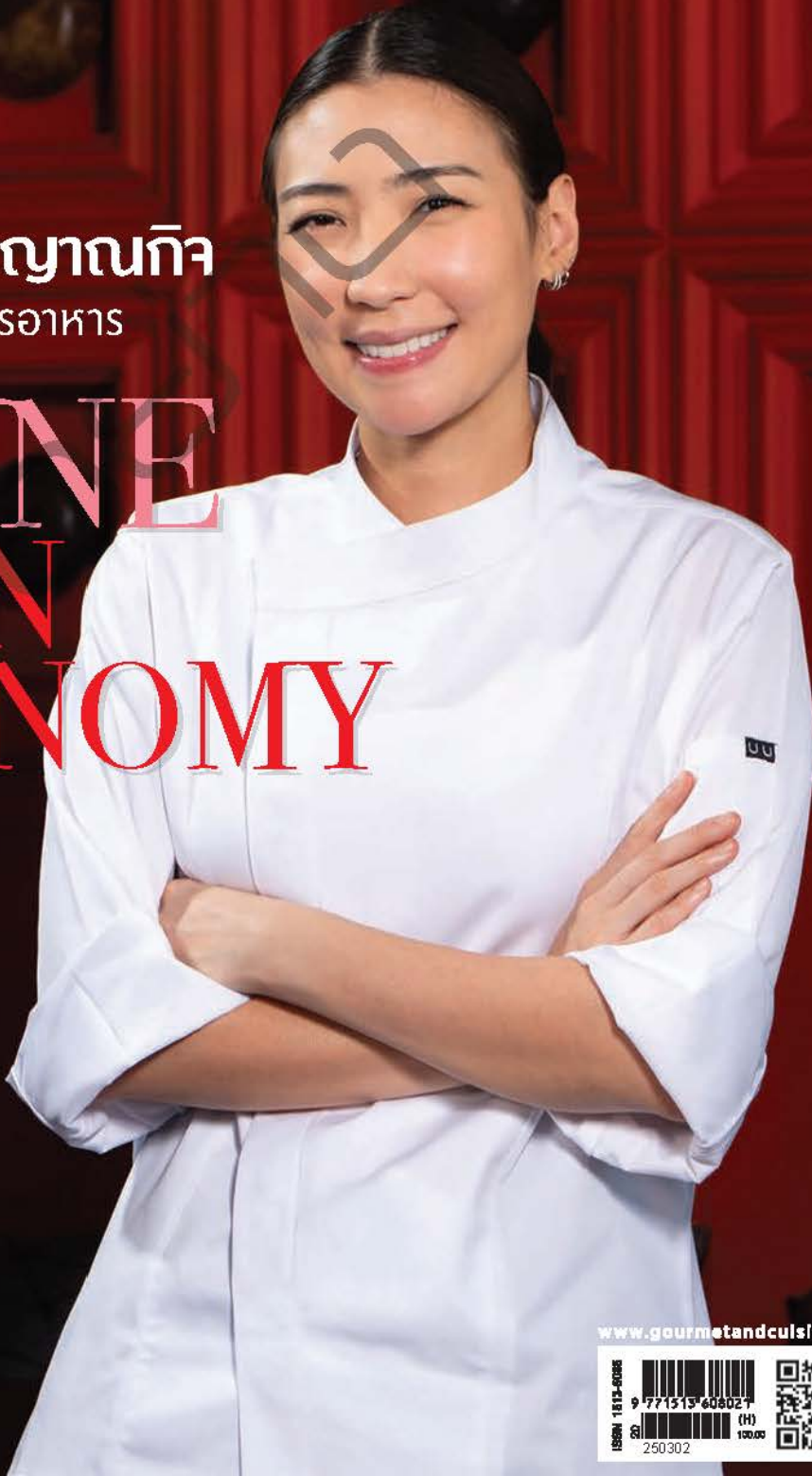
กูร์เมท์ แอนด์ คิวซีน

FOOD, TRAVEL & ENTERTAINING MAGAZINE • ISSUE 296 • MARCH 2025 • 100 Bht.

เฉลิมฉลองวันสตรีสากลกับ
เชฟแพม-พิชญา สุนทรญาณกิจ
และ 10 หญิงแกร่งผู้ขับเคลื่อนวงการอาหาร

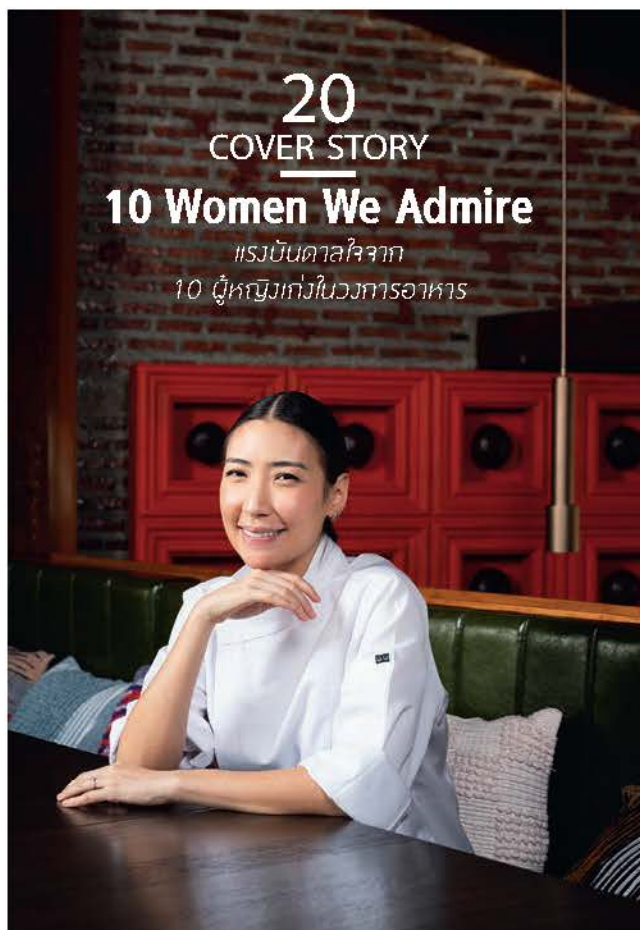
FEMININE GRACE IN GASTRONOMY

Quick Bites & Balance
ของสาวยุคใหม่ **52**
5 ร้านซีสเค็กและทาร์ตไข่
ที่คุณจะหลงรัก **88**



www.gourmetandcuisine.com





Contents

9 Editor Talk

10 Happening March Update

12 G&C Society

20 Cover Story 10 Women We Admire แรบบันดาลใจจาก 10 ผู้หญิงเก่งในวงการอาหาร

30 Recipes The Lady Chef's Signature งานโปรดจากเชฟหญิง

- ◉ Crispy Rice Noodle with Pounded Young Rice หมี่กรอบข้าวเม่างา
- ◉ Miang Kham with Puff Rice เมี่ยงคำข้าวกรอบ
- ◉ Mapo Tofu เต้าหู้ราดหมูขี้หมูปลาสับ
- ◉ Grilled Koji Fish served with Khao Ram Feun ปลากระบอกก่อนใต้หมักข้าวหมากย่าง กินกับยำข้าวแรมฟีนธัญพืชขนานาพรรณ
- ◉ Egg Pudding with Caviar ไข่ตุ๋นพุดดิ้ง โรยปลาเกลือเค็มตากใบ
- ◉ Pla Soi Fermented Fish Chili Dip น้ำพริกปลาธัญพืช

Food & Drink

42 Home Gourmet

Kaiser Rolls

ขนมปังที่ทำขึ้นเพื่อเป็นเกียรติ

แด่จักรพรรดิ Franz Joseph 1

44 Daily Dishes

ไก่อบซอสส้ม

46 Drinks

มิกโซโลจิสต์หญิงผู้หลงใหลในเครื่องดื่ม

คุณแอน-นภัก รัตนบุญชัย

48 Eat Well Live Well

Crispy Eggplant with Tamarind Sauce

มะเขือม่วงกรอบซอสมะขาม

50 Chef's Signature Dish

เฟสตรึเชฟหญิง Michelle Goh

ผู้เปี่ยมไปด้วยพรสวรรค์

52 Delish Delight

Quick Bites & Balance

• Tuna Bowl

ทูน่าโบว์ล

• Mexican Chicken Wraps

แรปไก่ย่างสไตล์เม็กซิกัน

• Thai Pork BBQ Bagel

เบเกิลหมูย่างสไตล์ไทย

56 Simply Sweet

Sata Andagi

ชาตาอันดาที ของดีโอกินาวา

Interview

60 Special Guest

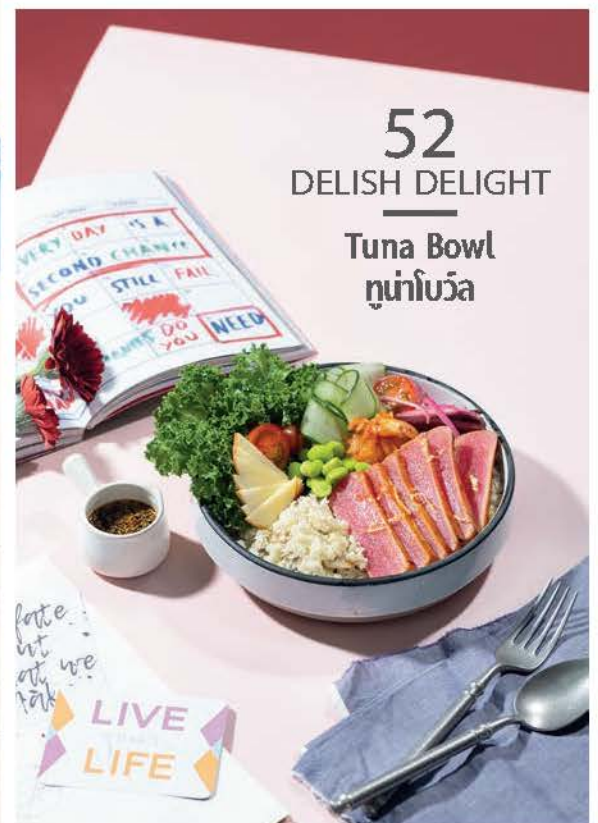
เอแกลร์ยอดชายหมื่นชื่นต๋อวันของ

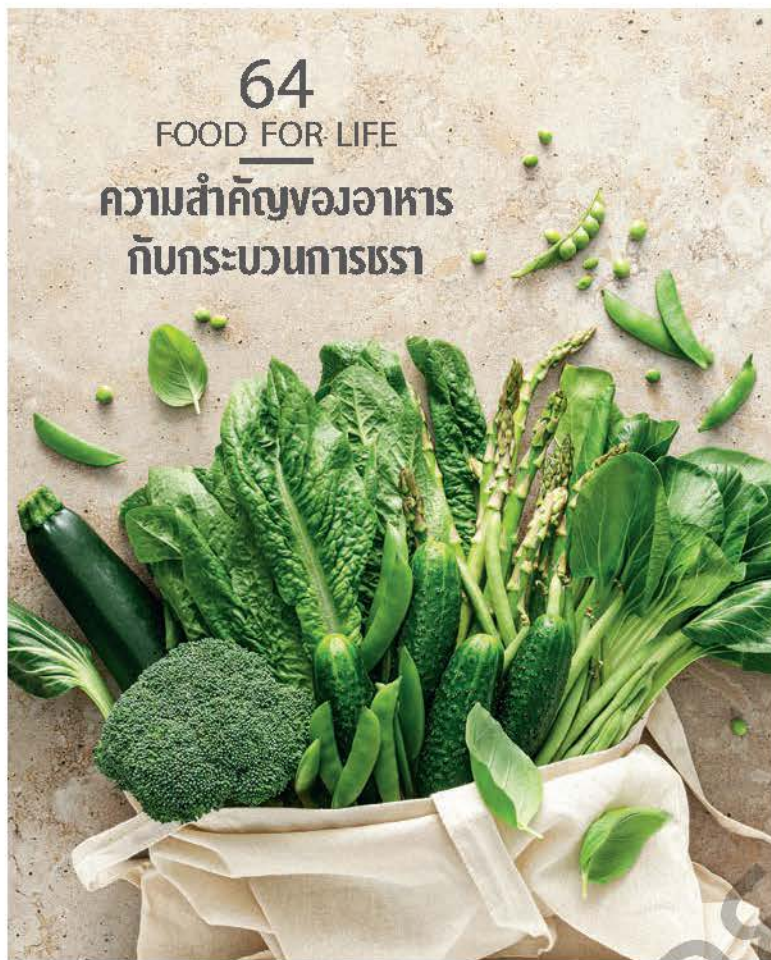
แจว-ชิดชนก ธรรมมารักษ์

62 Food in Biz

ภัตตรเครดิตเคทีซี ผู้นำพริวิลเลจ

ที่ตอบทุกไลฟ์สไตล์กินเที่ยว



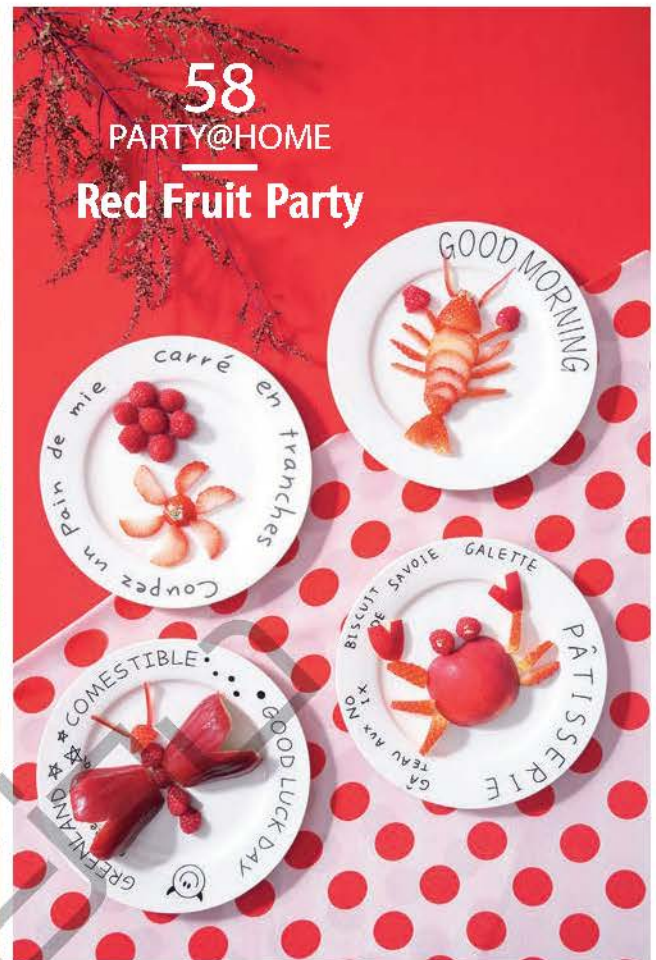


Articles

- 64 Food for Life
ความสำคัญของอาหารกับกระบวนการชรา
.....
68 Menu Digest
Sugar Snap Peas
ถั่วลันเตา
.....

Shopping & Design

- 58 Party@Home
Red Fruit Party
.....



Miscellaneous

- 70 Kewpie Special
.....
114 Last But Not Least
ถ้าต้องการประสบความสำเร็จ
ต้องมี GRIT
.....

News & View

- 104 Events
.....
108 What's On
.....
112 News
.....

Eating Out & Traveling

74 Eating Out

G&C Recommendation

- The Water Library เก็บเกี่ยวประสบการณ์เพื่อสิร์ฟความอร่อยให้ทุกคน
- กินคอมฟอร์ตฟู้ดที่คิดถึงในบ้านคนรักแมว Cat & Fish-Fat Kid Eatery BKK
- Anyamanee Cafe and Roastery คาเฟ่ชุมชนหนังชีย่านบางนา
- I Don't Like Monday ร้านที่ทำให้วันจันทร์ไม่น่าเบื่ออีกต่อไป
- Sabio ร้านอาหารสเปนเชื้อดมจากสิงคโปร์บุกไทยแล้ว
- PrumPlum Stand บาร์ชุมชนของสาวกอุเมะชูและอิซากายะ
- Vikarn Bangkok ร้าน Fine Dining ที่ผสานความบันเทิงเข้ากับอาหารไทยฟิวชัน
- Pavilion ห้องอาหารสวมวัฒนธรรมที่โรงแรมดุสิตธานี กรุงเทพฯ
- ข้าวสารเสก ว่าด้วยวัตถุดิบคัดดีสไตล์แบบเชฟแพน
- Dose Factory คาเฟ่ต้นตำรับอีสานออซซี่

84 Gourmet Spotlight

STAGE ๗ ที่แห่งความอร่อยครั้งใหม่
ของเชฟเอย-สายนิสา แสงสิงแก้ว

86 Legendary

เจ๊หยัง ข้าวมันไก่
ตำนานข้าวมันไก่ชื่อดัง
เวทีมวยสยามอ้อมน้อย

88 Foodie Picks

Cheesecake & Egg Tart
5 ร้านชีสเค้กและทาร์ตไข่ที่เราอยากให้ลอง

92 Places

- Luminara
เปิดเส้นทางล่องเรือในเอเชียเป็นครั้งแรก
- Asili Village
เก็บกระเป๋าไปพักในพูลวิลล่าสไตล์แอฟริกันซาฟารี

96 Wellness

Polar Plunge at W Bangkok
รีเซ็ตร่างกายและจิตใจด้วยความเย็น

98 Travel

นั่งเรือริมคลองไม่เหงาเพราะมีแมวเป็นเพื่อน
ณ ตลาดหัวตะเข้ ลาดกระบัง



เจ้าของ
ประธานกรรมการบริหาร
บรรณาธิการผู้พิมพ์ผู้โฆษณา
ประธานฝ่ายการนิต
กรรมการบริหาร

บริษัท มีเดีย แอสโซซิเอเตด จำกัด
สันติ วิริยะรังสฤษฎ์
สันติ วิริยะรังสฤษฎ์
สมลภกร วิริยะรังสฤษฎ์
ณิต วิริยะรังสฤษฎ์ ปากนีย์ วิริยะรังสฤษฎ์
กรรตา วิริยะรังสฤษฎ์

OWNER
CHAIRMAN
PUBLISHING EDITOR
CHIEF FINANCIAL OFFICER
EXECUTIVE DIRECTORS

MEDIA ASSOCIATED COMPANY LIMITED
SANTI VIRIYARUNGSARIT
SANTI VIRIYARUNGSARIT
SUMOLKREE VIRIYARUNGSARIT
TANIT VIRIYARUNGSARIT, PAKANEE VIRIYARUNGSARIT,
PARITA VIRIYARUNGSARIT

บรรณาธิการบริหาร
บรรณาธิการอาหาร
หัวหน้ากองบรรณาธิการ
รองหัวหน้ากองบรรณาธิการ
นักเขียนอาวุโส
กองบรรณาธิการ

กรรตา วิริยะรังสฤษฎ์
สมลภกร ว่องวงศ์ศรี
รัชวีวรรณ เหล่าณิรัฐวุฒิกุล
เพ็ญภา ยะหัตตะ
ศุภชัยนภา รณะ
ฐิติมา ปัทมขนิษฐาณนท์ เบญจวรรณ สัมปาสีห์
อินจิรา สัมปาสีห์ อินทรา สาลี

EDITOR-IN-CHIEF
FOOD EDITOR
EXECUTIVE EDITOR
DEPUTY EDITOR
SENIOR WRITER
EDITORIAL STAFF

PARITA VIRIYARUNGSARIT
SUMON WONGWONSRI
RATCHANEewan LAONUTWUTTHIKUL
PICHKA YAHATTA
HATHAICHANOK JARANA
THITIMA PANYAWONGSANON, BENJAWAN SUNGPASIT,
INGJIRA SANGYANG, INTIRA SALEE

กองบรรณาธิการฝ่ายอาหาร
สดีลิตส์
หัวหน้าช่างภาพ
ช่างภาพอาวุโส
ช่างภาพ

จินทรพัฒน์ แซ่ฮ้อย ศรีวัชร พงศ์จักรพานิช
กุลกณิช เกศกะวาน ชวินจิรา ทิพย์กุลธวัช
กรีน หอมสมบูรณ์
ณณรัตน์ โดสดี อภิชาติ วรรณะวิสัย
วิวัฒน์ ภักย์วิบุตย์ วุฒิพงษ์ คณิศรสุกุล
ณัชชา สุวรรณพราหมณ์

FOOD SPECIALISTS
STYLISTS
CHIEF PHOTOGRAPHER
SENIOR PHOTOGRAPHERS
PHOTOGRAPHERS

JUNTIP SEA-AEW, SORAWIT PONGJAKPANIT
KUNKANIT KESKANGAM, KWANJIRA TIPPAYAKULRAK
KAWIN THONGSOMBOON
NOPPARAT TOSATI, APICHART WANNAWAL
VIVAT PAVIMUT, WUTTHIPONG KHANUENGINSUPHAPHON,
NATCHA SUWANPRADPERD

คอนเทนต์เอดิเตอร์

นุชนันท์ โอสทานนท์ ดร. รสสุคนธ์ ภรณ์
อ. เกตุประยูร ยมมาศ พรสวรรค์ รุ่งเจริญกิจกุล
ผศ. ดร. จิตตรา หัตถโกศล หอรู้ รุ่งกิจอนันต์
จิตรชัย เป้นโพธิ์กลาง

CONTRIBUTORS

NUTCHANAND OSTHANOND, DR. ROSSUKON MAKARAMANI,
KRIRKPURA YOMNAK, PORNSRUN RUNGCHAROENKITKUL,
ASST. PROF DR. CHATRAPA HUOTHAOSOL, TORROONG JARUNGIDANAN,
CHATCHAI PANPOKANG

ที่ปรึกษา

วันิดา วนะภูติ นีลอร์ สัมปาสีห์
พลอยจาริส ประทีปกุลิน พัทธน์ สัมปาสีห์
ผศ. ดร. นิตยล ตีงสุภณ

CONSULTANTS

WANIDA VANAPUTI, BANG-ORN SANGMUNGKORN,
PLOYCHARAS PRAGATTAKOMOL, PRUEK SUMPANTWORABOOT,
ASST. PROF DR. NATTAPOL TANGSUPHOM

เลขานุการกองบรรณาธิการ
เมธีปกรณ์
ออกแบบรูปเล่ม
ผู้จัดการฝ่ายโฆษณาธุรกิจและการตลาด
ประสานงานฝ่ายโฆษณาธุรกิจและการตลาด
ผู้จัดการส่วนโฆษณา
ผู้ช่วยผู้จัดการส่วนโฆษณา
ฝ่ายโฆษณา

อติพร ย่างสว่าง
ศรีธวัช ธีระพานิช
บริษัท เวอร์โก อาร์ต คิลด์ จำกัด
ภาคี วิริยะรังสฤษฎ์
นิลลิกา แยมสุข
พานิ ออบจ้อย
พอมล ไททองนัย นกทิมเพย์ เหมรัตน์
ธัญลักษณ์ อมวดีทอง

EDITORIAL SECRETARY
PROOFREADERS
DESIGNER
BUSINESS DEVELOPMENT & MARKETING MANAGER

ATIPORN YANGSAWANG
KRUAWAN TEERAPODIANART
VIRGO ART GUILD CO., LTD.
PAKANEE VIRIYARUNGSARIT
MUNLUKA YAMSUK
POTJANEE ONCHALUANY
PHORPHON KOSONWANIT, KANOKTIP HEMRUMPAI
THUNYALUK ANONGTHONG

เลขานุการฝ่ายโฆษณา
ประสานงานฝ่ายโฆษณา
โทรศัพท์สายตรงฝ่ายโฆษณา
โทรสาร
ผู้จัดการฝ่ายผลิต

น้ำผึ้ง วิวัฒน์ชัยสกุล
ศศิวิมล ศรีพิมพ์
0-2691-4133-5, 0-2691-5752
0-2275-7658
บุษยา อรณุต

ADVERTISING SECRETARY
ADVERTISING COORDINATOR
DIRECT LINE
FAX
PRODUCTION MANAGER

NAMPUENG WIWACHAISAKUL
SASIWIMON SRIPIM
0-2691-4133-5, 0-2691-5752
0-2275-7658
BOONYA ORAMOOT

ฝ่ายสมาชิก

อัมพร แสงทอง รัตติกา ห่วงแก้ว

SUBSCRIPTION

AMPHORN SAENGTHONG, RATTIKARN HAUNGKAEW

โทรศัพท์ ฝ่ายสมาชิก 0-2691-4126-30 ต่อ 1310, 1313
แผนที่ บริษัท สยาม เอ็ม แอนด์ บี พับลิชชิง จำกัด เลขที่ 19/19 ซอยโชคชัยร่วมมิตร
ถนนวิภาวดีรังสิต แขวงจอมพล เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900
โทรศัพท์ 0-2690-0919-23 โทรสาร 0-2690-0924

TEL 0-2691-4126-30 EXT. 1310, 1313
PRINTING SIAM M&B PUBLISHING COMPANY LIMITED 19/19 SOI CHOKCHAI-RUAMMIT,
VIBHAVADI-RUNGSIT RD., JOMPHON, CHATUCHAK, BANGKOK 10900
TEL 0-2690-0919-23 FAX. 0-2690-0924

จัดทำโดย บริษัท เพ็ญบุษย์ จำกัด โทร. 0-2278-0709-12
สำนักงาน กองบรรณาธิการ กองโฆษณา กองจัดการ ตีตติ
บริษัท มีเดีย แอสโซซิเอเตด จำกัด เลขที่ 42/38 ซอยโชคชัยร่วมมิตร (วิภาวดีรังสิต 16/9)
ถนนวิภาวดีรังสิต แขวงจอมพล เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900
โทรศัพท์ 0-2691-4126-30 โทรสาร 0-2276-2336
อีเมล : editor@gourmetandcuisine.com
เว็บไซต์ : www.gourmetandcuisine.com
www.facebook.com/gourmetandcuisine
www.instagram.com/gourmetandcuisine

DISTRIBUTION PENBUN DISTRIBUTION CO., LTD. TEL. 0-2278-0709-12
EDITORIAL OFFICE MEDIA ASSOCIATED COMPANY LIMITED
42/38 CHOKCHAI-RUAMMIT, VIBHAVADI-RUNGSIT RD., JOMPHON,
CHATUCHAK, BANGKOK 10900
TEL 0-2691-4126-30 FAX. 0-2276-2336
E-MAIL : editor@gourmetandcuisine.com
WEBSITE : www.gourmetandcuisine.com
www.facebook.com/gourmetandcuisine
www.instagram.com/gourmetandcuisine

Editor Talk

สวัสดีคุณผู้อ่านทุกท่านค่ะ Gourmet & Cuisine ร่วมเฉลิมฉลอง International Women's Day หรือวันสตรีสากล ซึ่งตรงกับวันที่ 8 มีนาคมของทุกปี ในฉบับนี้ได้รับเกียรติจากเชฟหญิงคนเก่ง แถวหน้าของวงการ **เชฟแพม-พิชญา สุนทรญาณกิจ** ขึ้นปกและร่วมพูดคุยกับเราใน **Cover Story** พร้อมด้วยเหล่าสตรีผู้สร้างแรงบันดาลใจสร้างสรรค์และขับเคลื่อนแวดวงอาหารในด้านต่างๆ แม้บทบาทของพวกเธอจะต่างกัน แต่สิ่งที่เหมือนกันคือความมุ่งมั่นในสิ่งที่ทำอย่างเต็มกำลัง ส่งต่อพลังบวกสู่ผู้คนรอบข้างและสังคมอย่างน่าอัศจรรย์

หลากหลายคอลัมน์ในฉบับนี้ เรายังได้รับเกียรติจากสุภาพสตรีมากมายสามารถร่วมแบ่งปันมุมมองจนถึงสูตรอาหารและเครื่องดื่มสุดพิเศษ อาทิ **Drinks** พบกับมิคโซโลจิสต์หญิงผู้หลงใหลในความสนุกและนำค้นหาของค็อกเทล ตามด้วย **Chef's Signature Dish** พูดคุยกับเชฟสตรีเชฟหญิงผู้สร้างเสน่ห์ให้กับร้าน Mia Restaurant ด้วยขนมหวานจานพิเศษ

เหล่าคอลัมนิสต์หญิงของ G&C ผู้ขยันคิดเมนูอร่อยมาฝากคุณผู้อ่านอยู่เสมอก็คงไม่น้อยหน้า นำโดย **ป้าเป๋** แห่งคอลัมน์ **Home Gourmet** กับสูตรขนมปังสไตล์ยุโรปที่มีประวัติศาสตร์น่าสนใจตามด้วย **คุณนายตึง** แห่งคอลัมน์ **Daily Dishes** พลิกแพลงเมนูง่ายๆ ให้ทำตามได้ง่ายแบบมีสไตล์ และ **ป้าเจี๊ยบ** ผู้มีของหวานน่าสนใจมาฝากในคอลัมน์ **Simply Sweet** เสมอ ครั้งนี้เพิ่งกลับจากโอกินาวาพร้อมสูตรเด็ดเช่นเคย

ร้านอร่อยเด็ดที่ถือกำเนิดจากหญิงเก่งก็มีมากมาย มาลิ้มลองไปพร้อมกับเราใน **Special Guest** ชวนชิมเอแคลร์ไส้แน่นเจ้าดังยอดขายหมื่นชิ้นต่อวัน ตามด้วย **Gourmet Spotlight** ชวนดำดิ่งไปในโลกแห่งอาหารอันล้ำค่าของเชฟเจย์-สายนิสา แสงสิงแก้ว และ **Legendary** ชวนชิมร้านข้าวมันไก่ในตำนานให้ไม่ตกเทรนด์

G&C ขอส่งแรงใจให้ผู้หญิงทุกคนได้มุ่งมั่นทำในสิ่งที่รัก และประสบความสำเร็จในเส้นทางที่ฝัน แล้วพบกันใหม่ฉบับหน้าค่ะ

ภริตา วัริยะรังสฤกษ์
บรรณาธิการบริหาร



March UPDATE

Happening

เรื่อง > Pich Y.

เมษาฯ นี้เปิดแน่ Grande Centre Point Lumphini โรงแรมหรู แห่งใหม่ย่านลุมพินี

ต้อนรับต้นซัมเมอร์ด้วยการเก็บกระเป๋าไป Staycation ใจกลางกรุงเทพฯ เพราะเดือนเมษายนนี้ โรงแรมแกรนด์ เซ็นเตอร์ พอยต์ ลุมพินี (Grande Centre Point Lumphini) โรงแรมหรูแห่งใหม่ กลางย่านธุรกิจอย่างลุมพินีจะเปิดตัวอย่างเป็นทางการ ด้วยห้องพักและห้องสวิตสุดหรู 512 ห้อง พร้อมวิว สุดปังของสวนลุมพินี สวนเบญจกิติ และแม่น้ำเจ้าพระยา แถมยังมี Let's Relax Onsen & Spa สปาและออนเซ็นบนพื้นที่กว่า 3,500 ตารางเมตร และห้องอาหารเด่นๆ อย่าง Man Hin by Chef Man, Eric Kayser X Anonymous Cafe และ Level 50 Rooftop Restaurant จองห้องพักได้เลยตอนนี้ผ่านเว็บไซต์ www.grandecentrepointlumphini.com



สดจากแหล่งวัตถุดิบ ERR Bangsaray ร้านใหม่ จากเชฟโบเปิดแล้วที่บางเสร่

ปีนี้ชลบุรีมาแรงจริงๆ หลังจากประสบความสำเร็จไปแล้วกับ ERR ทองหล่อ ล่าสุด เชฟโบ-ดวงพร ทรงวิตะ แห่งโบ.ลาน เพิ่งเปิดร้านใหม่ ERR Bangsaray ในโรงแรม คอสต้า วิลเลจ บางเสร่ ชลบุรี แน่นนอนว่า เชฟโบยังเน้นเรื่องความสดใหม่จากแหล่ง วัตถุดิบเป็นสำคัญ ไม่ว่าจะเป็นอาหารทะเล จากประมงพื้นบ้าน และพืชผักจากเกษตรกร ในชุมชน เมนูไฮไลต์คือหมึกบางเสร่ทอดขมิ้น หมึกสดคลุกเคล้ากับขมิ้นและเครื่องเทศไทย ทอดจนเหลือง กินคู่ซอสศรีราชาโฮมเมด หรือจะลองพาสตาหมึกดำ เส้นพาสตาหมึกดำ ที่เข้ากับซอสทะเลรสเข้มข้น มีกลิ่นหอม ของกระเทียม น้ำมันมะกอก และหมึกดำ จากหมึกสด

แฟนๆ ของเชฟโบรีบจับจองที่นั่งด่วน
Facebook, Instagram : ERR Bangsaray
โทร. 09-6720-9498 ●



The White Lotus Afternoon Tea และ The White Lotus Bar แรบบันดาลใจ จาก HBO® Original Series ที่โรงแรมโฟร์ซีซั่นส์ กรุงเทพฯ

ดู The White Lotus ซีซั่น 3 แล้วอย่าลืมจอง White Lotus Afternoon Tea ชุดน้ำชายามบ่ายของโรงแรมโฟร์ซีซั่นส์ กรุงเทพฯ ที่ได้แรงบันดาลใจ จาก HBO® Original Series ซึ่งถ่ายทำที่โฟร์ซีซั่นส์ รีสอร์ท เกาะสมุย งานนี้ ทีมเชฟเนรมิตขนมทั้งคาวหวานได้น่าประทับใจมาก ไม่ว่าจะเป็น **สือบสเตอร์ ไทยสลัดกับมะกรูดและคาเวียร์** รวมถึง **มาเดอลีนรสชาไทย** ที่จัดวางให้อยู่บน รูปทรงของดอกบัวสวยงามน่ากิน ส่วนใครเป็นสายดริงก์ ที่โรงแรมฯ จัด The White Lotus Bar ที่มาพร้อมค็อกเทลเด่นอย่าง *Coconut Paradise* แก้วนี้ได้ ความหอมหวานจากมะพร้าว และกลิ่นหอมละมุนของใบเตย และ *The White Lotus Gimlet* เครื่องดื่มสุดคลาสสิกที่เพิ่มความพิเศษด้วยมะพร้าวและดอกบัว

วันนี้-20 เมษายนนี้ สำรองที่นั่งโทร. 0-2032-0885 (ที่นั่งมีจำนวนจำกัด) รายละเอียดเพิ่มเติม <https://www.fourseasons.com/bangkok/>





ไปชิมเมนูใหม่ในย่านกรุงเก่าที่ถนนดินสอ THE PRESS SKY BAR

ใครเคยไปแองเฮาต์ที่ The Press Sky Bar บาร์ชั้นดาดฟ้า พร้อมวิวย่านกรุงเก่าของ The Printing House Poshtel Bangkok ตอนนี้นำร้านปรับเมนูใหม่ครบทั้งคาว-หวาน ให้อิ่มท้องก่อนนั่งจิบค็อกเทลแก้วโปรดต่อแบบยาวๆ

สำหรับเมนูเด็ดใหม่มีทั้ง **ข้าวผัดกระเทียมกากหมูเนื้อสันนอกออสเตรเลีย** เชฟใช้น้ำมันจากการเจียวกากหมูมาผัดข้าวจนหอมฟุ้ง เสิร์ฟพร้อมเนื้อสันนอกย่างและน้ำจิ้มแจ่วสูตรเด็ด **Truffle Cream Pasta** เส้นเพดดูชินีผัดกับเห็ดแชมปิญองขาว ไวน์ขาว เฮฟวีครีม และแบล็กทรัฟเฟิลเพสต์กลิ่นหอมยั่วน้ำลาย

ใครเป็นสเด็กเลิฟเวอร์แนะนำทั้ง **Sea Bass Steak** สเด็กปลาทะเลสดชิ้นโต หั่นกรอบเนื้อปลาฉ่ำเข้ากับซอสเลมอนเคปเปอร์ เสิร์ฟพร้อมหน่อไม้ฝรั่งและมะเขือม่วงย่าง และ **Ribeye Steak** เนื้อออสเตรเลียย่างแบบมีเดียมแรร์จับคู่ซอสไวน์แดง เคียงด้วยมันฝรั่งบดและสลัด จบด้วย **Mixed Berries Waffle with Ice Cream** วาฟเฟิลโฮมเมดจับคู่ซอสเบอร์รี่ที่เข้ากับไอศกรีมเย็นๆ เป็นที่สุด

<https://www.facebook.com/pressskybar/>



ควีนหลวงวาเลนไทน์ CHOCOLATE ACADEMY เวนเวิร์กชิโอป

วาเลนไทน์ที่ผ่านมาโรงแรมเซ็นทาราแกรนด์ เซ็นทรัลเวิลด์ชวนเชฟ **Lawrence Bobo** แอมบาสเดอร์จาก Chocolate Academy ประเทศมาเลเซีย ผู้ร่วมก่อตั้ง **C3Lab Malaysia** เจ้าของรางวัล Best Chocolate Showpiece 2015 และอันดับ 4 ใน Coupe du Monde de la Pâtisserie 2015 บินมาจัดเวิร์กช็อปที่โรงแรมฯ ด้วย Cacao Barry แบรินดช็อกโกแลตพรีเมียมจากฝรั่งเศส

นอกจากจะได้เห็นเชฟโชว์ฝีมือทำเมนูพิเศษอย่าง **Pink Fraiser** เค้กสตอร์เบอร์รี่สไตล์ฝรั่งเศส และ **Earl Grey Yuzu** เค้กสีขาวที่ซ่อนเค้กสปันจ์เอิร์ลเกรย์เอาไว้ เรายังได้ชิม **BonBon** แบบ Limited Edition ทั้งหมด 6 รสชาติที่เชฟคิดขึ้นมาเพื่องานนี้ คือ **Raspberry Vanilla, Honey Citrus Caramel, Milk Caramel, Valencia, Wakatake Matcha** และ **Coffee Caramel** ซึ่งจัดเสิร์ฟในชุดน้ำชายามบ่ายที่ห้อง Tea & Tipple ชั้น 23 ของโรงแรมฯ ที่เชฟกระซิบว่าถ้าให้เลือกรสชาติโปรดก็ขอเหมาคาราเมลทั้ง 3 รสไปเลย

ข้อมูลเพิ่มเติม <https://www.facebook.com/centara.cgcw>





BLUE CAFÉ BY ALAIN DUCASSE

ลิ้มรสกาแฟสไตล์ฝรั่งเศส ที่สยามพารากอน

ใครเคยลิ้มลองเฟสตรี้ทำฝรั่งเศสที่ Blue by Alain Ducasse ร้านอาหารฝรั่งเศสร่วมสมัยดีกรีมิชลินสตาร์ที่ไอคอนสยาม ต้องติดใจรสชาติความอร่อยที่รังสรรค์จากวัตถุดิบชั้นเลิศและเทคนิคขั้นสูง มาตอนนี้เราจะได้ลิ้มลองหลากหลายเมนูเฟสตรี้และเบเกอรี่แสนอร่อยได้มากกว่าเดิมที่ **Blue Café by Alain Ducasse** คาเฟ่แห่งแรก โดย Blue by Alain Ducasse เปิดตัวแล้วที่สยามพารากอน ชั้น G

พร้อมเสิร์ฟขนมอบที่ทั้งสวยและอร่อยภายใต้การดูแลของ **เชฟคริสตอฟ กริโล (Christophe Grilo)** Executive Pastry Chef & Artisan Baker แห่งร้าน Blue by Alain Ducasse ผู้เชี่ยวชาญการทำขนมอบกว่า 20 ปี มาพร้อมหลากหลายเมนูที่โดดเด่นทั้งรสชาติ เนื้อสัมผัส และหน้าตา รังสรรค์ด้วยความพิถีพิถันแบบอาร์ทิซาน อาทิ ครั้วของดร์รสชาติต่างๆ แพลน คิช และเดนิช

โดยเฉพาะขนมอบขึ้นชื่อของฝรั่งเศส “มาเดอแลง” (Madeleine) ซึ่งอบแบบ “a la minute” หรืออบใหม่เมื่อได้รับออเดอร์ โดยรอเพียง 8 นาทีก็จะได้ลิ้มรสมาเดอแลงสดใหม่จากเตา เป็นประสบการณ์ความอร่อยสุดพรีเมียม

จับคู่เครื่องดื่มช็อกโกแลต ไม่ว่าจะเป็นช็อกโกแลตทั้งแบบร้อนและเย็น ใช้โกโก้จาก Le Chocolat Alain Ducasse ส่งตรงจากฝรั่งเศส ท็อปด้วยครีมเนื้อเนียน ชาร้อนและเย็นหลากรสชาติ และกาแฟคัดพิเศษจากโรงงานของออลังดูคาส

ในช่วงเปิดตัวนี้ ร่วมสนุกไปกับแคมเปญ “Blue Café’s Dipping Culture” ชวนกินขนมอบแบบคนฝรั่งเศสด้วยการจุ่มในช็อกโกแลตหรือกาแฟพร้อมติดแฮชแท็ก #DipwithBlue #Bluecafe bangkok #bluecafebyalainducasse หรือทำ Google Review รับฟรีมาเดอแลง 1 ชิ้นต่อโพสต์ต่อท่าน ตั้งแต่ 11 กุมภาพันธ์-31 มีนาคมนี้





KAZAMA YAKINIKU เปิดสาขาแรกในประเทศไทย ที่ CENTRALWORLD

คาซามา (Kazama Yakiniku) ร้านเนื้อย่างสไตล์คันไซ (Kansai) ก่อตั้งขึ้นสาขาแรกที่เมืองไคองของไต้หวัน ในปี 2014 และในตอนนี้เปิดให้บริการเป็นสาขาแรกในเมืองไทยแล้วที่ศูนย์การค้าเซ็นทรัลเวิลด์ ชั้น 3 โซน Nippon Avenue ร้านยากินิกูนำเสนอแบบคันไซพัซันที่มีการผสมผสานการปรุงในรูปแบบตะวันตกและตะวันออก ทำให้เกิดเป็นรสชาติและเอกลักษณ์แบบใหม่ได้อย่างน่าสนใจ

ร้านแห่งนี้โดดเด่นตั้งแต่การตกแต่งเนื้อที่เรียกว่า Kazama Cutting Technique เป็นการตกแต่งเนื้อส่วนที่ดีที่สุด เหมาะสำหรับการย่าง ชิ้นพอดีคำทำให้เนื้อชุ่มฉ่ำถูกใจมีเตาเลฟเวอร์ กินคู่กับบัตเตอร์เบียร์อีกหนึ่งซิกเนเจอร์ของทางร้าน ทำให้อร่อยมากยิ่งขึ้น สัมกับคอนเซ็ปต์ “No Meat No Life” ที่ตั้งใจให้ทุกคนได้ลิ้มลองเนื้อที่มีคุณภาพชั้นเลิศ



CELLAR AND CUISINE CELEBRATION: THE ART OF PERFECTION -KAGOSHIMA WAGYU

ถือเป็นโอกาสที่ได้ลิ้มรสคาโกชิมาวากิว นำเข้าโดยวาฟู้ด (Wafood) บนรูปท้อบาร์ของโรงแรมไฮแอท รีเจนซี่ กรุงเทพฯ สุขุมวิท ที่สเปกตรัม เลานจ์ แอนด์ บาร์ (Spectrum Lounge & Bar) ซึ่งเชฟพลวุฒิ เพชรแทน หัวหน้าเชฟของโรงแรมฯ และเชฟชาวญี่ปุ่น ชูซูกิ (Suzuki) ใช้เป็นส่วนผสมหลัก และร่วมกันรังสรรค์ตลอดมื้ออาหาร

เริ่มต้นโดยเชฟชูซูกิเสิร์ฟเมนูปลา *Kagoshima Kanpachi Sashimi* และเมนูเนื้อ *Misuji Nigiri* นุ่มละมุนลิ้น *Uchi Momo* เชฟชูซูกิเลือกเสิร์ฟแบบทาทากิ ส่วนเชฟพลวุฒิทำ *สาปเนื้อ* ต่อด้วย *Tougarashi x Kosankaku Shio Koji Yaki* ของเชฟชูซูกิ ปรุงด้วยเครื่องปรุงรสสไตล์ญี่ปุ่น และ *Tougarashi x Kata-Sankaku Kushi Yaki* ที่เชฟพลวุฒิปรุงรสเปรี้ยวเผ็ดแบบไทย

ก่อนเข้าจานหลักมีการสลับจากเมนูเนื้อมาเป็นเมนูปลา *Goma-Kanpachi Yaki* จากฝีมือเชฟชูซูกิ มันนัวด้วยซอส Goma Sesame ส่วนเชฟพลวุฒิใช้ความหอมของสมุนไพรไทยไปกับเมนูปลา *Kanpachi*

ต่อด้วย *Strip Loin Miso Yaki* เมนูหลักที่เชฟชูซูกิเลือกใช้ เนื้อสตริปลอยน์หมักซอสมิโสะ เคี้ยวนุ่ม ในขณะที่ *Jushi Toppu Raundo Suteki* ของเชฟพลวุฒิให้รสแซ่บคล้ายกินยำเนื้อ และจบด้วยของหวานอร่อยที่ทุกคนถูกใจ *Kazu Mochi Grape* โมจิญี่ปุ่นกลืนหอม เนื้อสัมผัสแทบละลายในปาก

พบกับเมนูอร่อยจากเนื้อคาโกชิมาวากิวที่สเปกตรัม เลานจ์ แอนด์ บาร์ ชั้น 29 ของโรงแรมไฮแอท รีเจนซี่ กรุงเทพฯ สุขุมวิท ได้ทุกวันตั้งแต่เวลา 17.30-01.00 น.

THE LEGENDS OF THE LOTUS -THE BLOOMING DAWN

สารพัดไทยโมเดิร์น นำโดยเชฟชาวเดนมาร์ก

สร้างประสบการณ์ลิ้มชิมรสอาหารไทยในรูปแบบของการประยุกต์ด้วยเทคนิคตะวันตกฝีมือเชฟ **Hendrik Yde-Andersen** ชาวเดนมาร์ก จากร้าน Kiin Kiin เมืองโคเปนเฮเกน และเชฟ **เบ้ม-ชยวีร์ สุจริตจันทร์** หัวหน้าเชฟชาวไทย ช่วยกันคัดสรรวัตถุดิบชั้นดีในไทยนำมาเนรมิตให้กลายเป็นอาหารไทยโมเดิร์น ภายใต้ชื่อ **The Legends of the Lotus -The Blooming Dawn** ซึ่งเชฟเฮนริกตั้งใจถ่ายทอดความประทับใจที่มีต่ออาหารไทยโดยผสมผสานวิธีการทำแบบตะวันตก สร้างสรรค์ออกมาเป็นลิขรายการ

ตั้งแต่ออริเฟออย่าง **เมอแรงก์วาทะปิโยเกิร์ต เวเฟอร์สะเต๊ะ น้ำพริกหนุ่มแคหมู ข้าวพอง หอยทากทะเลปรุงรส โคนัทไส้กะเพราเห็ดชิเมะจิ เมี่ยงคำ ยำรากบัว**

ส่วนเมนูหลักมาใหม่ประจำปี 2568 ประกอบด้วย **ต้มโคล้งปลากอบสลัดหอยแครงกวน น้ำมันกะเพราและผักชี ยำเทอร์รี่หมึกยักษ์ สลอบสเตอร์ค็อกเทลทอปปิงบิสกั และอกเบี๊ตราดซอสเอกซีโอ**

ของหวานแนะนำ **เซตชุดคิงชาไทยทอปปิงมุก** หรือสายถ่ายรูปอาจจะเลือก **พาร์เฟต์ข้าวโพดสเลอบีมะพร้าวเผา** ซึ่งทำเป็นรูปข้าวโพดได้อย่างสวยงาม

เปิดให้บริการทุกวัน 12.00-15.00 น. และ 17.30-24.00 น. ณ **ห้องอาหารสระบัว** บาย กิ๊น กิ๊น โรงแรมสยามเคมปินสกี กรุงเทพฯ สำรองที่นั่งโทร. 0-2162-9000



BANGKOK CHEF CHARITY 2025

มืออาหารพิเศษการกุศลจากสุดยอดเชฟชั้นนำ

Bangkok Chef Charity 2025 มืออาหารพิเศษเพื่อการกุศลจากการรวมตัวของสุดยอดเชฟแห่งวงการอาหาร ซึ่งปีนี้จัดขึ้นเป็นครั้งที่ 12 โดยมีเชฟชั้นนำจากประเทศไทย เชฟชื่อดังจากเกาะฮ่องกง และเชฟรางวัลมิชลินจากร้านดัง จำนวน 29 คน รวมพลังกันเพื่อสร้างสรรค์เมนูสุดพิเศษ 10 คอร์ส ซึ่งกำหนดจัดงานในวันเสาร์ที่ 29 มีนาคม 2568 เวลา 11.00 น. ณ โรงแรมเดอะ เพนินซูลา กรุงเทพฯ โดยสมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี จะเสด็จฯ เป็นองค์ประธาน ทั้งนี้ รายได้จากการจัดงานทั้งหมดจะสมทบเข้ามูลนิธิเทพรัตนเวชชานุกูล ในสมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

นันทิยา อินทริล ปะธานคณะกรรมการจัดงาน และกรรมการผู้จัดการ บริษัท ชีวานันท์ จำกัด กล่าวถึงไฮไลต์พิเศษว่า เนื่องในปีมหามงคลที่สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงเจริญพระชนมายุ 70 พรรษา ทางคณะผู้จัดงานได้ร่วมกับโรงแรม ร้านอาหารชั้นนำ คณะบุคคล และหน่วยงานต่างๆ ขอพระราชทานพระราชวโรกาสทูลเกล้าฯ ถวายเค้ก 71 ชิ้น ณ บริเวณล็อบบี้ โรงแรมเดอะ เพนินซูลา กรุงเทพฯ เพื่อเป็นการถวายพระเกียรติและสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณอย่างหาที่สุดมิได้

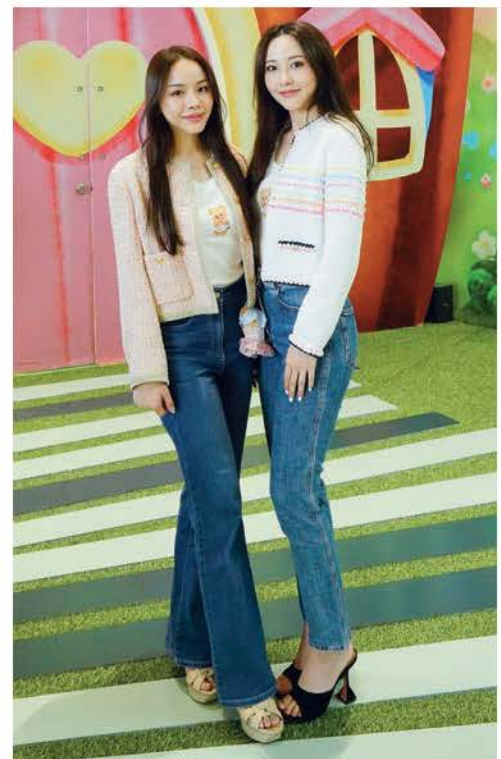
สนใจร่วมเป็นส่วนหนึ่งกับประสบการณ์ทรงคุณค่าในงาน **Bangkok Chef Charity 2025** ได้ในราคา 15,000 บาทสุทธิต่อที่นั่ง สอบถามและสำรองที่นั่ง : Bangkok Chef Charity Desk โรงแรมเดอะ เพนินซูลา กรุงเทพฯ Email : pbk-chefcharity@peninsula.com โทร. 06-4242-1291



10 WOMEN WE ADMIRE

แรงบันดาลใจ
จาก 10 ผู้หญิงเก่ง
ในวงการอาหาร

เดือนแห่งวันสตรีสากลกลับมาอีกครั้ง
G&C ร่วมส่งต่อพลังของผู้หญิง
ผ่านบทสัมภาษณ์ 10 ผู้หญิงเก่ง
ที่โดดเด่นอยู่ในธุรกิจอาหาร
ทั้งสุดยอดเชฟ ผู้บริหารและอินฟลูเอนเซอร์
ที่สร้างแรงกระเพื่อมในวงการได้อย่างน่าทึ่ง
พวกเธอเหล่านี้ต่างหลงรัก
และเชื่อมั่นในสิ่งที่ตัวเองลงมือทำอย่างที่สุด
และส่งพลังและแรงบันดาลใจนั้นมาถึงเราด้วย



แฟม-พิชญา สุนทรญาณกิจ แฟมหญิงแถวหน้าของเอเชีย

เรานัดพบเชฟแฟม-พิชญา สุนทรญาณกิจ ที่ร้านข้าวสารเสก ร้านใหม่บนถนนทรงวาดในวันที่เชฟมีตารางงานแน่น แต่ถึงอย่างนั้นเชฟหญิงที่เป็นแรงบันดาลใจให้กับผู้หญิงมากมายคนนี้ก็ยังคงเติมไปด้วยพลังและความมีชีวิตชีวา รวากับว่าไม่เหน็ดเหนื่อยเลยแม้แต่น้อย

ไม่เพียงพาร้านโพทงประสบความสำเร็จจนคว้าดาวมิชลินมาครอง แต่เชฟแฟมยังเป็นเจ้าของรางวัลมากมาย ไม่ว่าจะเป็นรางวัล Asia's Best Female Chef 2024 เป็นเชฟหญิงไทยคนแรกที่ได้รับรางวัล Three Knives จากเวที World's Best Chef Award รวมถึงบทบาทกรรมการในรายการ Top Chef Thailand และการปรากฏตัวใน CHEFS UNCUT สารคดีของ NETFLIX ที่ถ่ายทอดเบื้องหลังชีวิตสุดยอเยอเชฟในเอเชีย ซึ่งเชฟบอกกับเราว่าปีที่ผ่านมามีทั้งสนุกและยุ่งมาก

“ภูมิใจกับทุกรางวัล ไม่ว่าจะเป็นเวทีเล็กหรือเวทีใหญ่ เพราะแฟมเชื่อว่าทุกรางวัลที่ได้มามีเหตุผล เป็นแรงผลักดันให้ตัวแฟมและทีมได้พัฒนาตัวเองไปเรื่อยๆ แฟมรู้สึกว่าการมีคอนเนกชันให้ แล้วก็อยากคว้าไว้ให้มากที่สุดเท่าที่ทำได้ บวกกับการดูแลลูก และแพลนต่างๆ ที่จะเปิดในปีนี้ก็เรียกว่าวุ่นวายแต่สนุก เป็นอีกหนึ่งเหตุผลที่แฟมหลงใหลในอาชีพนี้ เพราะมีอะไรเกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา”

การเป็นเชฟหญิงแถวหน้าในวงการอาหารที่ถูกพูดถึงอยู่บ่อยครั้ง เชฟแฟมบอกกับเราว่าไม่ได้รู้สึกกดดัน ในมุมกลับกันนี่เป็นการเติมกำลังใจให้ตัวเอง ทีมงาน และผู้หญิงทั่วประเทศด้วย “การเป็นผู้หญิง การมีครอบครัว และการมีลูก ไม่ได้แปลว่าจะต้องทิ้งฝันที่เราอยากทำ การที่คนมองเราเป็นแบบอย่างไม่ได้ทำให้รู้สึกว่ากดดัน เพราะเราทำทุกอย่างตามธรรมชาติ วันไหนที่ไม่ไหวก็พัก”

ตอนนี้โพทงเป็นครอบครัวใหญ่ที่มีทีมงานมากถึง 70 คนแล้ว เชฟเล่าว่าแต่ละคนได้รับการกิจที่ไม่เหมือนกัน แต่มีความสำคัญเท่ากัน “โพทงเป็นอย่างทุกวันนี้ได้เพราะความตั้งใจของทุกคนรวมกัน ถ้าขาดคนใดคนหนึ่งร้านจะไม่มีทางสมบูรณ์ได้ เรามีเป้าหมายเดียวกัน ทำทุกวันให้ดีที่สุด ถ้าพลาดก็แก้ไขให้ดี”

ไม่เพียงทุ่มเทให้กับความหลงใหลด้านอาหาร แต่เชฟแฟมยังสานต่อความฝันให้เด็กผู้หญิงที่อยากเป็นเชฟเช่นเดียวกับเธอ ผ่านโครงการ Women for Women Scholarship & Internship Program (WFW) ที่ร่วมกับ AWC องค์กรไม่แสวงหากำไร มอบโอกาสด้านการศึกษาให้เด็กผู้หญิงที่ขาดทุนทรัพย์ได้เรียนต่อปริญญาตรี และร่วมทำงานกับโพทงตลอด 1 ปี เพื่อเป็นใบเบิกทางในวงการอาหารในอนาคต

“แฟมเชื่อว่าการเรียนสามารถเปลี่ยนชีวิตของเด็กผู้หญิงคนหนึ่งได้ ตอนแรกแฟมนั่งคุยกับพี่ต๋อ (สามี) ว่าจะทำอย่างไรให้สิ่งนี้เกิดขึ้น และเปลี่ยนชีวิตคนจริงๆ สิ่งที่เราทำคือสนับสนุนค่าเรียนจนจบ

ปริญญาตรี ดูแลค่าที่พักในกรุงเทพฯ และให้เขาทำงานกับทีมโพทง อย่างตอนนี้เราดูแลอยู่ 1 คนชื่อน้องมายด์ หลังจากครบ 1 ปีแล้ว เขาจะอยู่กับทีมเราต่อหรือจะไปอยู่ร้านอื่นก็ไม่เป็นไร เพราะเราอยากผลักดันให้เขาอยู่ในวงการอาหารต่อไป จะได้มีผู้หญิงอยู่ในวงการนี้มากขึ้นค่ะ”

ปีนี้เชฟบอกกับเราว่ายังมีเรื่องเซอร์ไพรส์อีกมาก ไม่ว่าจะเป็นเมนูใหม่จากโพทง และร้านใหม่ชื่อ “ระอุ” (Ra-o) ที่กำลังจะเผยโฉมในเร็ววันและน่าจะเปิดตัวได้ร้อนแรงสมชื่อ



เชฟโบ-ดวงพร ทรงวิศวะ และปรัชญาการทำอาหารแบบโบ.ลาน



ปลายปีที่แล้วเราได้เห็นการกลับมาอีกครั้งของโบ.ลาน ร้านอาหารไทยที่ให้ความสำคัญกับเรื่องวัตถุดิบท้องถิ่นควบคู่ไปกับการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม ซึ่งเราต่างรู้ว่าเชฟโบ-ดวงพร ทรงวิศวะไม่ได้แค่เรื่องนี้เพียงผิวเผิน แต่เป็น “ปรัชญาการทำอาหารของโบ.ลาน” ที่ไม่เคยเปลี่ยนไปแม้แต่วันเดียว

การกลับมาครั้งนี้ถูกเล่าผ่านอีเวนต์ Friends of Bo.lan ที่เต็มไปด้วยความหมาย เชฟโบชวนเพื่อนๆ มาทำอาหารมื้อพิเศษ โดยนำรายได้จากงานมอบให้กับ Friends of Thai Daughters บ้านทานตะวัน จังหวัดเชียงราย ที่เชฟร่วมงานด้วยมาสักพักแล้ว “บ้านทานตะวัน

พยายามตัดตอนการค้ามนุษย์โดยเฉพาะเด็กผู้หญิง ความน่ารักของบ้านนี้คือเขาให้การศึกษากับเด็กได้จริง ไม่ใช่แค่ให้ความรู้เท่านั้นนะคะ แต่เป็นเรื่องของจิตใจด้วย เด็กๆ หลายคนเรียนจบแล้วก็กลับมาทำงานที่บ้านต่อเพื่อให้น้องรุ่นต่อไปมีโอกาสที่ดีเหมือนกับตัวเองบ้าง”

ตอนที่ร้านโบ.ลานเต็มไปด้วยความคึกคัก เชฟโบและเชฟดิลสันยังคงทำงานร่วมกับกลุ่มเกษตรกรทั่วประเทศ ซึ่งเชฟบอกกับเราว่าหากเทียบกับเมื่อก่อน ตอนนี้วัตถุดิบดีๆ ของบ้านเราเข้าถึงง่ายกว่าเดิมมาก

“คนทำเกษตรวิถีอินทรีย์หรือวิถีเกษตรพื้นฟูมากขึ้น ทำให้มีผลผลิตใหม่ๆ ออกมาให้ได้เลือกซื้อ เมื่อก่อนแทบจะต้องพลิกแผ่นดินหาแค่หอมแดงอินทรีย์ก็หายากมากแล้วค่ะ พอมีทางเลือกมากขึ้น เราก็ได้ทำงานกับเกษตรกรในหลายพื้นที่ขึ้นด้วย ไม่ว่าจะเป็นบ้านที่ทำน้ำตาลมะพร้าวในสมุทรสงคราม คนหนึ่งอายุ 65 ปี อีกคนอายุ 61 ปีแล้วแต่ยังขึ้นมะพร้าวเองวันละ 2 รอบ ส่วนอาหารทะเลเราก็ร่วมงานกับเครือข่ายรักษ์ปลา-รักษ์ทะเล ซึ่งเป็นการทำประมงพื้นบ้าน”

เชฟโบพูดอย่างถ่อมตัวว่าไม่ได้ทำเรื่องนี้เพราะอยากเป็นไอดอลของใคร แต่ทำเพราะเป็นเรื่องที่อยู่ใกล้ตัวใกล้ใจมากที่สุด “เราตั้งใจที่เชฟรุ่นใหม่ให้ความสำคัญกับเรื่องนี้ร่วมกัน ทำให้เห็นว่าจริงๆ เราเลือกวัตถุดิบได้ เชฟเลือกได้ ผู้บริโภคก็เลือกได้ ในเมื่อตอนนี้เราเป็น Global Citizen ก็ควรจะมีความรับผิดชอบกับการกินของเราด้วย”

ปีที่ผ่านมาเชฟเล่าอย่างอารมณ์ดีว่าเป็นปีแห่งการเรียนรู้และการเดินทาง ก่อนหน้านั้นเชฟไปเปิดร้านอาหารไทยทั้งที่ดูไบและเกียวโต ซึ่งปิดตัวลงทั้ง 2 แห่งด้วยเหตุผลต่างกัน แต่นั่นทำให้ได้รู้ว่าการจะเปิดร้านอาหารไทยในแบบที่อยากทำนั้นมีความเป็นไปได้มากน้อยแค่ไหน รวมถึงเรื่อง Zero Waste ที่ท้าทายเป็นอย่างมาก ส่วนปีนี้เชฟโบอยากทำ Bo.lan Education Program แบบเข้มข้นกว่าที่เคย เพราะลึกๆ แล้วอยากให้คนได้ทำอาหารกินเองที่บ้านโดยมีโภชนาการรู้และเข้าใจว่าควรเลือกกินอะไรจากแหล่งไหน และสิ่งที่เลือกนั้นสร้างผลกระทบต่อใครหรือไม่ โดยจะมีวิทยากรที่เชี่ยวชาญเฉพาะทางมาให้ความรู้แบบไม่หวงวิชา

ส่วนเป้าหมายใหญ่ในชีวิตของเชฟหญิงที่เรานับถือคนนี้มี 2 ข้อด้วยกัน ข้อแรกคือยังเปิดร้านโบ.ลานโดยยึดมั่นในปรัชญาแบบไม่ยอมลดมาตรฐาน อีกข้อคือการลดขยะและจัดการขยะที่เกิดจากการทำธุรกิจอาหารให้ได้มากที่สุด ซึ่งเชฟบอกว่าไม่ใช่เรื่องง่าย

แต่เป็นเรื่องที่จะไม่หยุดทำอย่างแน่นอน