



## รายงานการวิจัย

เรื่อง

การศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับตำรับอาหารไทย

**The Study of French Vocabulary for Thai Recipe**

ผู้วิจัย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อารี ลาภวงศ์ราษฎร์

โครงการวิจัยทุนสนับสนุนงานวิจัยของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ

งบประมาณเงินรายได้ ปี พ.ศ. 2555

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ

## กิตติกรรมประกาศ

รายงานการวิจัยเรื่อง “การศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับตำรับอาหารไทย” ฉบับนี้ได้รับ  
ทุนอุดหนุนการวิจัยจากงบประมาณเงินรายได้ของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ประจำปี  
งบประมาณ 2555 จึงขอขอบพระคุณอธิการบดี รองอธิการบดี และผู้อำนวยการสถาบันวิจัยและ  
พัฒนา

ขอขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. จันทิมา ชูวานนท์ ที่กรุณาให้คำแนะนำและเป็นกำลัง  
สำคัญยิ่งต่อการทำวิจัยฉบับนี้ให้สำเร็จลุล่วงด้วยดี และขอขอบคุณอาจารย์แอนนี่ บุสซิเยร์ ที่กรุณา  
อ่านตรวจทานแก้ไขและให้ข้อคิดเห็นที่เป็นประโยชน์

คุณประโยชน์ของรายงานการวิจัยฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบแด่บุคลากร บุรพคณาจารย์ และ  
ผู้มีพระคุณทุกท่าน

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อารี ลาภวงศ์ราษฎร์



## บทคัดย่อ

**ชื่อโครงการวิจัย** : การศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทย

**ชื่อผู้วิจัย** : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อารี ลาภวงศ์ราษฎร์

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยที่มีความถี่ในการใช้สูง 2) เพื่อจัดหมวดหมู่ของคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทย ผู้วิจัยได้สืบค้นและรวบรวมเอกสารภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับการปรุงอาหารไทยที่ปรากฏบนเครือข่ายอินเทอร์เน็ต แล้วนำเอกสารมาวิเคราะห์คำศัพท์ด้วยโปรแกรมวิเคราะห์คำศัพท์ที่เว็บไซต์ <http://textanalyser.net> จำนวน 213,929 คำ จากนั้นจึงจัดลำดับความถี่ด้วยโปรแกรมเอ็กเซล ค้นหารูปคำศัพท์ที่มีความถี่สูงสุด และจัดหมวดหมู่ของคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทย สถิติที่ใช้ในการวิจัยคือฐานนิยมและค่าร้อยละ

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. จากการศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยที่ปรากฏบนอินเทอร์เน็ตจำนวน 100,126 คำ มีรูปคำศัพท์เกี่ยวกับคำรับอาหารไทยที่จำนวนทั้งสิ้น 2,794 รูปศัพท์ และเมื่อผู้วิจัยศึกษาเพิ่มเติมให้ได้คำศัพท์จำนวน 213,929 คำ พบว่ามีรูปคำศัพท์เกี่ยวกับคำรับอาหารไทยที่จำนวนทั้งสิ้น 2,975 รูปศัพท์ ซึ่งมีจำนวนไม่แตกต่างกันมาก คำศัพท์ที่มีความถี่สูงสุดคือ de ปรากฏ 18,518 ครั้ง มีความถี่คิดเป็นร้อยละ 8.65 ในบรรดารูปศัพท์จำนวน 2,975 คำ มีความถี่รวมกันทั้งสิ้น 213,929 ครั้ง คำศัพท์จำนวน 2,000 คำแรก นับจากคำศัพท์ที่มีความถี่สูงสุดลำดับที่หนึ่งคือ 18,518 ครั้ง จนถึงคำศัพท์ที่มีความถี่ 2 ครั้ง คำศัพท์ลำดับที่ 1- 2,119 รวมเป็นคำศัพท์ 2,119 คำ มีปรากฏความถี่ของคำศัพท์ทั้งสิ้น 213,341 ครั้ง คำศัพท์จำนวน 2,000 คำแรกจึงคำนวณเป็นความถี่ร้อยละ 94.13 จากความถี่ของคำศัพท์ในเอกสารทั้งหมด

2. ผู้วิจัยได้จัดหมวดหมู่ของคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทย เพื่อสะดวกแก่ผู้สนใจศึกษาและนำไปใช้ 9 หมวดดังนี้ 1) อาหารและการครัว (Le repas et la cuisine) 2) อุปกรณ์การครัว (Les ustensiles de cuisine) 3) ผัก ผลไม้ และธัญพืช (Les légumes, les fruits et la céréale) 4) ผลิตภัณฑ์จากสัตว์ (Les produits animaux) 5) ส่วนประกอบอาหาร (Les ingrédients) 6) วิธีการประกอบอาหาร (La préparation) 7) การชั่งตวงวัด เวลาในการประกอบอาหาร และอุณหภูมิ (Les mesures, le temps de cuisson et la température) 8) รสชาติ และการปรุงรส (Les saveurs et l'assaisonnement) 9) คำคุณศัพท์บอกลักษณะและกริยาวิเศษณ์ (Les adjectifs et les adverbess)

จากการวิจัยนี้พบว่าคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสด้านการอาหารมีจำนวนจำกัด ดังนั้นการเรียนรู้ภาษาฝรั่งเศสให้สื่อสารได้ในบริบทของการอาหารจึงสามารถจัดการเรียนการสอนได้ในระยะเวลาดสั้น ใน การเรียนการสอนภาษาควรให้ความสำคัญกับคำศัพท์กลุ่ม Function words หรือคำศัพท์ที่มีความหมาย ตามโครงสร้างภาษา หรือศัพท์ทางไวยากรณ์ เพราะมีความถี่สูงและจะทำให้การใช้ภาษาถูกต้องตาม ไวยากรณ์ คำศัพท์บางคำมีความหมายเฉพาะสำหรับการครัว ดังนั้นจำเป็นต้องให้ความสำคัญกับบริบท ของคำศัพท์ด้วย นอกจากนี้ความรู้เกี่ยวกับวัฒนธรรมสภาพแวดล้อมของชนชาติเจ้าของภาษามี ความสำคัญต่อการเรียนรู้และสื่อสารภาษาต่างประเทศนั้นๆ ในการปรุงอาหารไทยอาจจำเป็นต้อง ปรับเปลี่ยนตามสภาพแวดล้อมในวัฒนธรรมนั้น มาตราซั่ง-ตวง-วัด ระบบเมตริกมีกำหนดอยู่ใน วัฒนธรรมฝรั่งเศส ดังนั้นการสื่อสารที่จะทำให้คนในวัฒนธรรมฝรั่งเศสเข้าใจง่ายจึงจำเป็นต้องเป็น มาตราซั่ง-ตวง-วัดในระบบเมตริก ควรมีการวิจัยต่อเนื่องเกี่ยวกับการสร้างบทเรียนภาษาฝรั่งเศสเพื่อ การปรุงอาหารไทยโดยนำคำศัพท์ที่มีความถี่สูงซึ่งเป็นผลการวิจัยครั้งนี้มาสร้างเป็นบทเรียน หรือสร้าง บทเรียนสำเร็จรูปภาษาฝรั่งเศสเพื่อการอาหาร ไทย บนเครือข่ายอินเทอร์เน็ต



## ABSTRACT

Research Title : The Study of French Vocabulary in Thai Recipes

Researcher : Assistant Professor Dr. Aree Lapwongraj

The purposes of this research were 1) to investigate the most frequently used words in Thai recipes and 2) to classify the French vocabulary. French language websites for Thai recipes were selected. The documents with 213,929 words were processed using a computerized program from the web at <http://textanalyser.net>. The results were compiled into a list using Excel to find the most frequently used words and classify them. Statistical methods used in this research were modes and percent.

The findings of this research were:

1. There were 2,749 different words drawn from 100,126 French words used in Thai recipes on the internet. And 2,975 different words were found among 213,929 French words from the authentic materials. The number of words in the 2 groups were not much different. The most frequently used word was “de” appearing 18,518 times of appearances or a frequency of 8.65%. The top 2,000 most frequent words used in Thai recipes in French authentic materials were ranked from the first word appearing 18,518 times to the 2,119<sup>th</sup> word appearing twice. The top 2,119 words appeared 213,341 times. So the top 2,000 words comprised 94.13% of the texts.

2. French vocabulary in Thai recipes was categorized to facilitate learning into nine categories: 1) food and kitchen (le repas et la cuisine) 2) kitchen equipment (les ustensiles de cuisine) 3) vegetables, fruits and cereals (les légumes, les fruits et la céréale) 4) animal products (les produits animaux) 5) food ingredients (les ingrédients) 6) methods of cooking (la préparation) 7) weights and measures, cooking time and temperature (les mesures, le temps de cuisson et la température) 8) flavor and seasoning (les saveurs et l'assaisonnement) and 9) descriptive adjectives and adverbs (les adjectifs et les adverbes).

The result of this research showed that the French vocabulary used in the context of Thai cooking was limited. Therefore, the French language for this specific purpose can be learned in a short time. Functional words should be focused on because of their high frequency of appearance

and they make sentences grammatically correct. Some words have a specific meaning in cooking. So it is necessary to learn words in context. It should be noted that knowledge of the cultural environment of native speakers is important for learners to communicate effectively. When cooking Thai cuisine abroad, ingredients may need to be modified according to the situation. In France, ingredients are weighed and measured using the metric system. Therefore Thai learner should understand the metric system. Furthermore there should be ongoing research to develop French lessons for Thai cooking from this word list and also develop French self-access lessons for Thai cooking on the Internet.



## สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	I
บทคัดย่อภาษาไทย	II
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	III
สารบัญ	IV
สารบัญตาราง	V
สารบัญแผนภูมิ	VI
บทที่ 1 บทนำ	1
ความสำคัญและที่มาของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	3
ขอบเขตการวิจัย	3
วิธีดำเนินการวิจัย	4
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	4
บทที่ 2 การทบทวนวรรณกรรม	5
การเรียนรู้คำศัพท์ภาษาต่างประเทศเพื่อการสื่อสาร	5
บทบาทของเอกสารจริงในการเรียนการสอนภาษาต่างประเทศ	8
อาหารไทย	10
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	11
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	16
เครื่องมือที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	16
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	16
ขั้นตอนดำเนินการวิจัย	16
การเก็บรวบรวมข้อมูลและการวิเคราะห์	17

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิจัยและข้อวิจารณ์	19
การศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยที่มีความถี่ในการใช้สูง	19
หมวดหมู่คำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทย	33
ข้อวิจารณ์	33
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	37
สรุปผลการวิจัย	37
ข้อเสนอแนะ	43
บรรณานุกรม	45
ภาคผนวก	49
หมวดหมู่คำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทย	
1. อาหารและการครัว (Le repas et la cuisine)	51
2. อุปกรณ์การครัว (Les ustensiles de cuisine)	58
3. ผัก ผลไม้ และธัญพืช (Les légumes, les fruits et la céréale)	69
4. ผลิตภัณฑ์จากสัตว์ (Les produits animaux)	105
5. ส่วนประกอบอาหาร (Les ingrédients)	122
6. วิธีการประกอบอาหาร (La préparation)	138
7. การชั่งตวงวัด เวลาในการประกอบอาหาร และอุณหภูมิ	182
(Les mesures, le temps de cuisson et la température)	
8. รสชาติ และการปรุงรส (Les saveurs et l'assaisonnement)	200
9. คำคุณศัพท์บอกลักษณะและกริยาวิเศษณ์ (Les adjectifs et les adverbess)	208



## สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 1 การแสดงสัดส่วนของคำศัพท์ 2,119 คำแรก	19
ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบจำนวนความถี่ของคำศัพท์และรูปศัพท์	20
ตารางที่ 3 คำศัพท์ที่มีความถี่สูงสุด 10 คำแรก	21
ตารางที่ 4 คำศัพท์ที่มีความหมายตามโครงสร้างและคำศัพท์ที่มีความหมายในตัวเอง ที่มีความถี่สูงสุด	24
ตารางที่ 5 สัดส่วนของรูปศัพท์และความถี่คำศัพท์ 2119 คำ ต่อคำศัพท์ทั้งหมด	43



## สารบัญแผนภูมิ

	หน้า
แผนภูมิที่ 1 แผนภูมิแสดงสัดส่วนของคำศัพท์กลุ่มที่มีความหมายตามโครงสร้างและคำศัพท์ กลุ่มที่มีความหมายในตัวเอง	25
แผนภูมิที่ 2 แผนภูมิแสดงคำศัพท์ที่มีความถี่สูงสุด 10 คำแรก	38
แผนภูมิที่ 3 แผนภูมิแสดงคำศัพท์กลุ่มที่มีความหมายตามโครงสร้างและกลุ่มที่มีความหมาย ในตัวเองที่มีความถี่สูงสุด	39
แผนภูมิที่ 4 แผนภูมิแสดงสัดส่วนของคำศัพท์กลุ่มที่มีความหมายตามโครงสร้างและกลุ่มที่ มีความหมายในตัวเอง	39



## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความสำคัญและที่มาของปัญหา

ประเทศไทยเป็นแหล่งผลิตอาหารที่สมบูรณ์และเป็นถิ่นนิยมของต่างชาติ ซึ่งนอกจากความโดดเด่นด้านรสชาติแล้ว อาหารไทยยังแสดงถึงความประณีตบรรจง รวมทั้งมีประโยชน์ต่อสุขภาพ รัฐบาลจึงมีนโยบายส่งเสริมให้ประเทศไทยเป็นครัวของโลก (Kitchen of the World) ดังที่มีการผลักดันยุทธศาสตร์ “ครัวไทยสู่ครัวโลก” ตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2554-2559) เพื่อมุ่งดำเนินการอย่างเป็นระบบให้มีการขยายตัวของร้านอาหารไทยจำนวนมาก ซึ่งจะส่งผลดีต่อการสร้างภาพลักษณ์ที่ดีของประเทศ รวมทั้งการส่งเสริมการท่องเที่ยวไทย การส่งออกสินค้าอาหารและสินค้าอื่นๆ

ผลการสำรวจของกรุงเทพโพลล์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพ (เอ็กซ์ไซท์ ไทยโพลล์ : 2552) พบว่านักท่องเที่ยวชาวต่างชาติเลือกกรุงเทพมหานคร เป็นเมืองที่น่าท่องเที่ยวที่สุดใน 10 เมืองใหญ่แห่งเอเชีย ที่ประกอบด้วย เดลี ฮานอย จาการ์ตา กัวลาลัมเปอร์ มะนิลา โซล โตเกียว ไทเป และสิงคโปร์ สำหรับสิ่งที่ดึงดูดนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติให้เดินทางมาท่องเที่ยวกรุงเทพฯ คือ อันดับ 1 อาหารไทย อันดับ 2 โบราณสถานและโบราณวัตถุ อันดับ 3 อธิปไตยไม่ตรีของคนไทย อันดับ 4 วัฒนธรรม ประเพณีและศิลปะพื้นบ้าน และอันดับ 5 แหล่งช้อปปิ้ง

จากการจัดอันดับสุดยอดอาหารรสเลิศของโลก (HotelClub Travel Blog : 2008) พบว่าอาหารไทยอยู่ในอันดับที่ 5 โดยมีอาหารฝรั่งเศสอันดับที่ 1 อาหารอิตาลีอันดับที่ 2 อาหารจีนอันดับที่ 3 และอาหารอินเดียอันดับที่ 4 ทั้งนี้ นักท่องเที่ยวจำนวนมากกล่าวถึงอาหารไทยว่ามีรสชาติที่ผสมเข้ากันได้อย่างกลมกล่อมของทั้งรสเผ็ด รสเปรี้ยว รสขม และรสหวาน สำหรับพวกเขาเพียงเท่านี้ก็เป็นเหตุผลที่ดีพอแล้วที่จะเดินทางมาเที่ยวประเทศไทย

ผลจากการสำรวจและการจัดอันดับข้างต้น สรุปได้ว่า อาหารไทยเป็นที่นิยมในระดับสากล และเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้นักท่องเที่ยวตัดสินใจเดินทางมาเพื่อมีโอกาสได้ชิมอาหารไทยที่มีส่วนผสมของวัตถุดิบที่สดและอุดมด้วยสมุนไพรที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย ซึ่งทางผู้ประกอบการร้านอาหารไทยได้ตระหนักถึงบทบาทของอาหารไทยต่อการส่งเสริมการท่องเที่ยวเช่นกัน จากผลการวิจัย เรื่อง การพัฒนาศักยภาพของอาหารไทยเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยว (ทัศนีย์ ลิ้มสุวรรณ :

2548) พบว่า การบริการอาหารไทยของร้านอาหารเป็นกิจกรรมหลักสำหรับนักท่องเที่ยวในแต่ละจังหวัด นักท่องเที่ยวต่างชาติจำนวนร้อยละ 53.8 เป็นชาวยุโรป รองลงมาเป็นชาวเอเชียจำนวนร้อยละ 25.4 และชาวอเมริกันจำนวนร้อยละ 13.6 นักท่องเที่ยวต่างชาติจำนวนร้อยละ 74.9 สนใจที่จะรับประทานอาหารไทยอีกหลังจากเดินทางกลับไปแล้ว และสิ่งที่ทำให้ชาวต่างชาติลังเลไม่กล้ารับประทานอาหารไทยเนื่องจากไม่ทราบส่วนประกอบของอาหารไทยมีจำนวนร้อยละ 38.0 นอกจากนี้ ผู้ประกอบการยังให้ความเห็นสอดคล้องกันว่าภาครัฐ เอกชน และประชาชนควรมีส่วนร่วมในการพัฒนาศักยภาพอาหารไทยเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยว ควรมีการให้ข้อมูลอาหารเด่นในท้องถิ่นแก่นักท่องเที่ยว รวมทั้งเจ้าหน้าที่และประชาชนในท้องถิ่นเพื่อให้สามารถเผยแพร่แก่นักท่องเที่ยวได้

ดังนั้น ภาษาต่างประเทศจึงเป็นเครื่องมือสำคัญที่จะช่วยส่งเสริมการพัฒนาศักยภาพด้านอาหารไทย การรู้ภาษาแม่เพียงภาษาเดียวไม่เพียงพอที่จะเข้าถึงข้อมูลความรู้ และวิทยาการต่างๆ ที่มีอยู่แพร่หลายในยุคของเทคโนโลยีสารสนเทศที่ไร้พรมแดนจนถึงขั้นนำมาใช้ประโยชน์ได้สูงสุด นอกจากนี้กำลังแรงงานไทยควรได้รับการพัฒนาทักษะทางภาษาต่างประเทศเพื่อเพิ่มทุนทางปัญญาให้แก่ตนเองและยังจะช่วยเพิ่มขีดความสามารถในการแข่งขันกับนานาชาติประเทศอีกด้วย สมาคมครูภาษาฝรั่งเศสแห่งสหรัฐอเมริกา (American Association of Teachers of French : 2007) กล่าวถึงเหตุผลสำคัญของการเรียนรู้ภาษาฝรั่งเศสไว้หลายประการ เช่น ภาษาฝรั่งเศสเป็นหนึ่งในภาษาราชการที่ใช้ในองค์การสหประชาชาติ (UN) และองค์การสากลอื่นๆ อีกหลายองค์การ นอกจากนี้ภาษาฝรั่งเศสยังเป็นภาษาที่ใช้มากเป็นอันดับที่ 3 บนอินเทอร์เน็ต ดังนั้นภาษาฝรั่งเศสจึงมีบทบาทสำคัญไม่น้อยไปกว่าภาษาต่างประเทศอื่นๆ

เวเบอร์ จอร์จ (Weber, George: 1997, World's Most Widely Spoken Languages : 2008) ได้จัดอันดับภาษาที่ทรงอิทธิพลในโลกจำนวน 10 อันดับ โดยมีเกณฑ์พิจารณา 6 ประเด็น คือ 1) จำนวนประชากรที่ใช้ภาษานี้เป็นภาษาแม่ 2) จำนวนประชากรที่ใช้ภาษานี้เป็นภาษาที่สอง 3) จำนวนประชากรและจำนวนประเทศที่ใช้ภาษานี้ 4) ศาสตร์สำคัญสาขาต่างๆ ที่ใช้ภาษานี้ในระดับสากล 5) อำนาจทางเศรษฐกิจของประเทศที่ใช้ภาษานี้ 6) เกียรติภูมิทางวรรณกรรมทางสังคม ผลการจัดอันดับพบว่า ภาษาฝรั่งเศสได้รับการจัดอันดับให้เป็นภาษาที่ทรงอิทธิพลในโลกเป็นอันดับที่ 2 รองจากภาษาอังกฤษ ทั้งนี้หากเปรียบเทียบจำนวนประชากรที่ใช้ภาษาต่างๆ พบว่า ภาษาฝรั่งเศสมีผู้คนใช้มากอยู่ในอันดับที่ 5 ของโลก โดยมีประชากรที่ใช้ภาษาฝรั่งเศสเป็นภาษาแม่ จำนวน 75,000,000 คน และมีประชากรที่ใช้ภาษาฝรั่งเศสเป็นภาษาที่สอง จำนวน 190,000,000 คน รวมประชากรที่ใช้ภาษาฝรั่งเศสทั่วโลกทั้งสิ้น จำนวน 265,000,000 คน (Lewis, M. Paul : 2009)

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ เป็นสถาบันอุดมศึกษาที่มุ่งเน้นในการผลิตบัณฑิต นักปฏิบัติ ที่ให้ความสำคัญกับการเรียนรู้ภาษาต่างประเทศโดยมีแผนยุทธศาสตร์การบริหาร มหาวิทยาลัยประเด็นยุทธศาสตร์ด้านคุณภาพและมาตรฐานการจัดการศึกษาที่จะมุ่งมั่นในการพัฒนา นักศึกษาให้คิดเป็นทำได้และเก่งสองภาษา ภาษาฝรั่งเศสเป็นหนึ่งในภาษาต่างประเทศที่เปิดสอนใน คณะศิลปศาสตร์ มีหลักสูตรที่เปิดกว้างให้นักศึกษาทุกคนสามารถเลือกเรียนได้ตามความสนใจ ประกอบกับการจัดการเรียนการสอนภาษาต่างประเทศในปัจจุบัน มุ่งให้ผู้เรียนสามารถนำภาษาไปใช้ งานได้อย่างรวดเร็ว เป็นการเรียนการสอนเพื่อจุดประสงค์เฉพาะด้าน ซึ่งให้ความสำคัญต่อคำศัพท์ที่ จำเป็นในการสื่อสารในหัวข้อที่เฉพาะเจาะจงต่อการใช้งานด้านต่างๆ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะ ศึกษาวิจัย เรื่อง “การศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทย” ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อการ เรียนรู้คำศัพท์และการพัฒนาการเรียนการสอนภาษาฝรั่งเศสเฉพาะด้านต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทย” มีวัตถุประสงค์ของ การวิจัยดังนี้

1. เพื่อศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยที่มีความถี่ในการใช้สูง
2. เพื่อจัดหมวดหมู่ของคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทย

### ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทย” มีขอบเขตของการ วิจัยดังนี้

1. การวิจัยครั้งนี้ ศึกษาเฉพาะคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยทั้งประเภทอาหาร คาวและอาหารหวาน จากเอกสารจริงภาษาฝรั่งเศสที่ปรากฏในเว็บไซต์บนเครือข่ายอินเทอร์เน็ต เท่านั้น
2. คำศัพท์ที่ผู้วิจัยเจอนับเป็นคำเดี่ยว ทั้งประเภทคำที่มีความหมายในตัวเอง (Content words) และประเภทคำที่มีความหมายตามโครงสร้าง (Function words)
3. ผู้วิจัยศึกษาความถี่ของคำศัพท์ที่มีความถี่สูงสุด จำนวน 2000 คำแรก จากคำศัพท์จำนวน 200,000 คำ เท่านั้น

## วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยสืบค้นและรวบรวมเอกสารภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับการทำอาหารไทยทั้งประเภทอาหารคาวและอาหารหวานที่ปรากฏบนเครือข่ายอินเทอร์เน็ต ด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง นำเอกสารที่สืบค้นได้มาเจแนบคำศัพท์ด้วยโปรแกรมวิเคราะห์คำศัพท์บนอินเทอร์เน็ตที่เว็บไซต์ <http://textanalyser.net> แล้วนำมาประมวลผลด้วยโปรแกรมเอ็กเซล เพื่อวิเคราะห์และศึกษาความถี่ของรูปคำศัพท์จำนวน 2,000 คำแรก และจัดหมวดหมู่ของคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับตำรับอาหารไทย

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ฐานนิยมและค่าร้อยละ

## ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัยเรื่อง “การศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับตำรับอาหารไทย” มีดังนี้

1. ได้รู้คำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับตำรับอาหารไทยที่มีความถี่ในการใช้สูง
2. ได้รายการคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับตำรับอาหารไทย
3. สามารถนำคำศัพท์ที่ได้มาใช้สร้างบทเรียนภาษาฝรั่งเศสด้านการอาหารเพื่อสนองตอบความต้องการของนักศึกษาและผู้สนใจทั่วไป

## บทที่ 2

### การทบทวนวรรณกรรม

การวิจัยเรื่อง“การศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับตำรับอาหารไทย” มีวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องแบ่งเป็น 4 ประเด็น คือ

1. การเรียนรู้คำศัพท์ภาษาต่างประเทศเพื่อการสื่อสาร
2. บทบาทของเอกสารจริงในการเรียนการสอนภาษา ต่างประเทศ
3. อาหารไทย
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### 1. การเรียนรู้คำศัพท์ภาษาต่างประเทศเพื่อการสื่อสาร

การเรียนการสอนภาษาต่างประเทศมีพัฒนาการขึ้นเป็นลำดับ การเรียนการสอนเพียงเฉพาะคำศัพท์ กฎไวยากรณ์ โครงสร้างภาษา ไม่สามารถทำให้ผู้เรียนสื่อสารได้อย่างคล่องแคล่ว จึงเกิดแนวความคิดในการสอนภาษาเพื่อการสื่อสารขึ้น โรเบิร์ต ลาโด (Robert Lado, 1964 : 54) กล่าวว่าไว้ว่า ...การสอนภาษาควรสอนภาษาอย่างที่เป็นอยู่ ไม่ใช่สอนภาษาอย่างที่เราควรจะเป็น... นอกจากนั้นวิดโดว์สัน (Widdowson, 1983 : 30) ยังกล่าวถึงลักษณะของการสอนภาษาเพื่อการสื่อสารไว้ว่า ...ภาษาจะนำมาสอนเพื่อการติดต่อสื่อสาร และนำเสนอในรูปแบบของการติดต่อสื่อสาร ดังนั้นกิจกรรมการสอนภาษาในชั้นเรียนจะต้องมีความสมจริง... ปัจจุบันมีการสอนภาษาต่างประเทศเพื่อจุดประสงค์เฉพาะด้านหรือเฉพาะกิจตามความต้องการในการใช้งาน เป็นการค้นคว้าวิธีการเรียนการสอนภาษาแบบลัดให้ผู้เรียนสามารถนำภาษาไปใช้งานได้อย่างรวดเร็ว การสอนภาษาลักษณะนี้จะเริ่มจากการพิจารณาวัตถุประสงค์ของผู้เรียนว่าจะใช้ภาษาเพื่ออะไร พิจารณาสถานการณ์และหน้าที่การสื่อสาร คัดเลือกคำศัพท์ที่มีความถี่สูง โครงสร้างประโยค ระดับภาษา และบริบททางวัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องเพื่อนำมาจัดทำบทเรียนสำหรับใช้ในการจัดการเรียนการสอน

ริชาร์ด ซี แจ็ค (Richard, C. Jack : 2001) กล่าวว่าไว้ว่า การวิเคราะห์ความต้องการของผู้เรียนสามารถใช้ประโยชน์ในจุดประสงค์ที่แตกต่างกัน เช่น

1. เพื่อค้นหาทักษะภาษาที่ผู้เรียนต้องการและจำเป็นในการใช้งาน เช่น ภาษาสำหรับผู้จัดการฝ่ายขาย นักอุตสาหกรรมท่องเที่ยว หรือนักศึกษาที่ประสงค์จะเรียนต่อ
2. เพื่อนำมาประกอบการพิจารณาหลักสูตรภาษาที่ใช้อยู่ว่าสามารถตอบสนองความต้องการของผู้เรียนหรือไม่

3. เพื่อนำมาประกอบการพิจารณาว่านักศึกษากลุ่มใดต้องการเรียนรู้เรื่องใด ทักษะใดเป็นพิเศษ

4. เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการพิจารณาการเปลี่ยนแปลงทิศทางการทำงานตามความต้องการของกลุ่มสังคมที่เกี่ยวข้อง

5. เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลปัญหาของผู้เรียนที่ผู้เรียนประสบอยู่

ศิธร แสงธนู และกิด พงศทัต (2521 : 35) จัดแบ่งประเภทของคำศัพท์ (Classifications) ออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. คำที่มีความหมายในตัวเอง (Content words) คือ คำประเภทที่บอกความหมายได้โดยไม่ต้องขึ้นอยู่กับโครงสร้าง เป็นคำที่มีความหมายตามพจนานุกรม คำที่มีความหมายในตัวเอง (Content words) ได้แก่ คำประเภทต่อไปนี้ คำนาม (Nouns) คำกริยา(Verb) ยกเว้นคำที่เป็น Auxiliary verbs คำคุณศัพท์ (Adjectives) และคำกริยาวิเศษณ์ (Adverbs)

2. คำการยะ (Function words) คือ คำที่มีความหมายตามโครงสร้าง คำประเภทย่อยที่มีที่ใช้น้อยกว่าคำประเภท Content words Function words มีไม่มากแต่ช่วยให้เข้าใจความได้ดี คำการยะ ได้แก่ Articles, Prepositions, Personal Pronouns, Possessive Adjectives, Demonstratives, Relative Pronouns, Conjunction และ Auxiliary Verb เป็นต้น

ฟราน เลร์ (Lehr Fran :N.D.) ให้ความเห็นว่า Function Words เป็นต้นว่า that, to, of, or, the, so ฯลฯ ทำให้ภาษาพูดสามารถสื่อความหมายได้รู้เรื่อง และทำให้ภาษาเขียนมีเนื้อหาที่สัมพันธ์สอดคล้องกันและผู้อ่านสามารถเข้าใจได้ และที่สำคัญคือผู้เรียนต้องรู้หน้าที่ของคำศัพท์เพื่อใช้ในการทำความเข้าใจเรื่องที่อ่าน นับเป็นความโชคดีที่คำศัพท์กลุ่ม Function Words ซึ่งปรากฏใช้บ่อยนี้มีอยู่จำนวนจำกัด ในขณะที่คำศัพท์กลุ่ม Content Words มีจำนวนมากมายไม่จำกัด ครูสอนภาษาจึงควรต้องคำนึงถึงประโยชน์ของคำศัพท์แต่ละคำหรือความถี่ในการใช้คำศัพท์นั้นๆ เป็นเกณฑ์ในการพิจารณาคัดเลือกคำศัพท์เพื่อเป็นเนื้อหาสำหรับผู้เรียน

ในการเรียนรู้คำศัพท์เพื่อการสื่อสารตามจุดประสงค์เฉพาะด้าน ผู้เรียนไม่จำเป็นต้องจดจำคำศัพท์ทุกคำ เพราะคำแต่ละคำมีความสำคัญไม่เท่ากัน แต่อย่างน้อยควรจำคำศัพท์ที่มีความถี่ในการใช้สูงที่พบเห็นบ่อยก่อน ทั้งนี้ คำศัพท์ต่างๆ สามารถแบ่งได้เป็น 2 ประเภท คือ 1) คำที่มีความหมายในตัวเอง (Content words) เป็นคำศัพท์ประเภทคำนาม กริยา คุณศัพท์ วิเศษณ์ เป็นรายการเปิด ก็มีจำนวนมากมาย และมีเพิ่มขึ้นได้เรื่อย 2) คำที่มีความหมายตามโครงสร้าง (Function words)



เป็นคำศัพท์รายการปิด เป็นคำศัพท์ที่มีไม่มาก มีหน้าที่ทางไวยากรณ์ทำให้ประโยคสมบูรณ์ เช่น กลุ่มบุพบท และสันธาน

ปัจจัยที่ทำให้ผู้เรียนเข้าใจและสามารถสื่อสารได้ดีจะขึ้นอยู่กับปริมาณคำศัพท์ที่มีอยู่ ฟรานซิส และ คูเซรา (Francis and Kucera : 1982) ได้ศึกษาเอกสารต่างๆ ซึ่งมีคำรวมกันหนึ่งล้านคำ และค้นหาคำที่มีความถี่สูงสุด คำเหล่านี้จะเป็นคำส่วนใหญ่ที่ปรากฏบนเอกสารต่างๆ การรู้คำศัพท์ที่มีความถี่สูง 2,000 คำ จะทำให้รู้คำศัพท์ในเอกสารได้ประมาณร้อยละ 80 ของคำศัพท์ทั้งหมดในเอกสาร ปริมาณคำศัพท์ที่มีความถี่สูงสามารถครอบคลุมปริมาณคำศัพท์ในเอกสารได้ในสัดส่วนต่อไปนี้

Vocabulary Size	Written Text Coverage
1000	72.0
2000	79.7
3000	84.0
4000	86.8
5000	88.7
6000	89.9
15,851	97.8

วาลคอร์ต และ เวลส์ (Valcourt, G และ Wells, L : 2004) กล่าวว่าไว้ว่า นักศึกษานานาชาติในอเมริกาที่มีทักษะความรู้ภาษาอังกฤษในระดับสูง จะต้องมีความรู้คำศัพท์สำหรับการใช้ภาษาอังกฤษ (Productive English vocabulary) 2,000 คำ และจะต้องมีความรู้คำศัพท์เพื่อการรับรู้ (Receptive vocabulary) อีกประมาณ 20,000 คำ ที่จะใช้ในการอ่านเอกสารตำราวิชาการต่างๆ เนชั่น (Nation : 1990) ได้ศึกษาการใช้คำศัพท์ภาษาอังกฤษ ในมหาวิทยาลัยอเมริกัน พบว่า คำศัพท์ที่ใช้อยู่มีอยู่ 2,000 คำ และคำศัพท์ที่มีปรากฏใช้ แต่ไม่ได้ใช้บ่อย มีถึง 123,000 คำ ในบรรดาคำศัพท์ที่มีการใช้น้อย จะมีรากศัพท์มาจากภาษาละติน ภาษาฝรั่งเศส และภาษากรีก ซึ่งเป็นจำนวนครึ่งหนึ่งของคำศัพท์ที่ใช้ในสถานการณ์ทั่วไป และเป็นจำนวน 2 ใน 3 ของคำศัพท์ทางวิชาการ

สเตรเวน (Stevens 1978:190) ได้กล่าวถึงการกำหนดเนื้อหาในโปรแกรมภาษาอังกฤษเพื่อจุดประสงค์เฉพาะด้าน ควรพิจารณาประเด็นต่างๆ ประกอบด้วย 1) ความจำกัด (restriction) ผู้สอนควรเน้นสอนเฉพาะทักษะเบื้องต้น (การฟัง พูด อ่าน เขียน) ที่จำเป็นตามความต้องการของผู้เรียนเท่านั้น 2) การเลือก (selection) ควรเลือกเฉพาะคำศัพท์ โครงสร้างทางไวยากรณ์และวัตถุประสงค์ใน

การใช้ภาษาที่ผู้เรียนต้องการ 3) หมวดเรื่องและหัวข้อเรื่อง (themes and topics) ควรเลือกเฉพาะหมวดเรื่อง หัวข้อเรื่อง สถานการณ์ และข้อความทั่วไปที่ผู้เรียนต้องการและจำเป็นต้องใช้ในงานหน้าที่ 4) ความต้องการในการสื่อความหมาย (communicative needs) ได้แก่ วิธีการติดต่อกับผู้อื่น อาจเป็นรายบุคคลหรือรายกลุ่ม

ดังนั้น ผู้ที่ทำงานด้านอาหารไทยและต้องการเรียนรู้ภาษาต่างประเทศเพื่อนำไปใช้ในงานอาชีพก็ควรได้เรียนรู้ภาษาที่มีคำศัพท์อยู่ในแวดวงอาหารไทยเพื่อให้สามารถนำภาษาไปใช้งานได้อย่างรวดเร็ว

## 2. บทบาทของเอกสารจริงในการเรียนการสอนภาษาต่างประเทศ

เอกสารจริง หมายถึง เอกสารที่พบเห็นได้ในชีวิตจริงในสังคม สร้างขึ้นเพื่อการสื่อสารข้อมูลตามความประสงค์ของผู้จัดทำ แต่ไม่ได้จัดทำขึ้นเพื่อการเรียนการสอนภาษา เช่น ประกาศ โฆษณา แผ่นพับ แผนที่ หนังสือพิมพ์ รายการวิทยุ โทรทัศน์ เป็นต้น ชาร์ลส์ ฮาร์เปอร์ (Charles Harper : 1998 อ้างถึงในอภิชาติ คานนนิม : 2549) ให้ความเห็นไว้ว่า การใช้เอกสารจริงในการเรียนการสอนภาษาจะช่วยให้ผู้เรียนใช้ความพยายามในการเรียนรู้จากสภาพจริงมากขึ้น เพราะเป็นภาษาที่ใช้จริงในสังคม

### ประเภทของเอกสารจริง

Gebhard (1996 อ้างถึงใน Gail K. Oura : 2005) แบ่งประเภทเอกสารจริงไว้ 4 ประเภท ดังนี้

1. เอกสารที่ใช้การฟังและการดู (Authentic listening/viewing materials) ได้แก่ เอกสารประเภทรายการทางวิทยุ โทรทัศน์ โฆษณา เกมโชว์ การ์ตูน ข่าวสั้น รายการตลก ภาพยนตร์ ละคร เพลง สารคดี เป็นต้น
2. เอกสารที่ใช้การดูโดยไม่มีตัวอักษร (Authentic visual materials) ได้แก่ เอกสารประเภทรูปถ่าย ภาพวาด เครื่องหมายจราจร ภาพโปสเตอร์ ตราไปรษณียากร เป็นต้น
3. เอกสารที่เป็นสิ่งพิมพ์ (Authentic printing materials) ได้แก่ เอกสารประเภทบทความ ข่าวในหนังสือพิมพ์ เอกสารโฆษณา แผ่นพับ เนื้อเพลง รายการอาหาร ก่อให้เกิดผลิตภัณฑ์ เป็นต้น
4. วัตถุของจริง (Realia หรือ Real world objects) ได้แก่ ของจริงทุกประเภท เช่น เหรียญธนบัตร นาฬิกา โทรศัพท์ เป็นต้น

### ประโยชน์ของเอกสารจริง

อาเลฆันโดร จี มาร์ติเนซ (Alejandro G. Martinez : 2002) มีความเห็นว่า เอกสารจริงให้ประโยชน์ทั้งกับผู้เรียนและผู้สอน ดังนี้

1. เอกสารจริงทำให้ผู้เรียนได้พบกับภาษาที่ใช้กับสถานการณ์ต่างๆ ตามความเป็นจริง
2. เอกสารจริงช่วยให้ผู้เรียนได้รับรู้และตระหนักถึงเรื่องต่างๆ ที่เกิดขึ้นในสังคม ซึ่งเป็นคุณค่าที่แท้จริงของการจัดการศึกษา
3. เอกสารจริงช่วยให้ผู้เรียนรู้สึกว่าการประสบความสำเร็จในการเรียน เช่น การคิดวางแผนการไปเที่ยวจากแผนพับท่องเที่ยว
4. เอกสารจริงแต่ละแผ่นสามารถนำมาใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้หลายรูปแบบ ถ้ามีการจัดกิจกรรมภาษาที่ดี
5. เอกสารจริงจะทำให้ผู้สอนและผู้เรียนได้ตระหนักถึงรูปแบบและลักษณะของภาษาที่มีการเปลี่ยนแปลงไปตามเวลาและปัจจัยต่างๆ ของสังคมจากการได้สัมผัสจากเอกสารจริง
6. ข้อความจากเอกสารจริงถือเป็นบทเรียนที่ดีเพราะสามารถนำไปใช้ฝึกกลวิธีการอ่านได้หลายแบบ เช่น การฝึกความสามารถในการจับคำสำคัญ
7. เอกสารจริงมีลักษณะของการใช้ภาษาที่หลากหลายซึ่งพบได้น้อยมากในตำราเรียนที่เป็นแบบแผนทั่วไป
8. เอกสารจริงสามารถสร้างความพึงพอใจในการเรียนของผู้เรียนได้เพราะมีหัวข้อต่างๆ มากมายที่อยู่ในความสนใจ
9. เอกสารจริงช่วยสะท้อนวัฒนธรรม ความคิดและบรรทัดฐานของสังคมที่ใช้เอกสารจริงเหล่านั้นในชีวิตประจำวัน

เอกสารจริงเป็นรูปแบบของการใช้ภาษาในชีวิตจริง การนำเอกสารจริงมาใช้ในการเรียนการสอนภาษาต่างประเทศทำให้ผู้เรียนได้เห็นความสัมพันธ์ของภาษาที่เรียนในชั้นเรียนกับโลกแห่งความเป็นจริงนอกชั้นเรียน ดังนั้น การที่ผู้สอนนำเอกสารจริงมาใช้ในการจัดการเรียนการสอนภาษาต่างประเทศเพื่อจุดประสงค์เฉพาะด้าน นอกจากจะทำให้ผู้เรียนได้เห็นลักษณะการใช้ภาษาในสถานการณ์จริงแล้ว ยังช่วยให้การเรียนการสอนน่าสนใจ และช่วยส่งเสริมการใช้ภาษาในการสื่อสารของผู้เรียนได้ด้วย

### 3. อาหารไทย

ประเทศไทยส่งสินค้าออกประเภทอาหารเป็นอันดับที่ 14 ของโลกและเป็นอันดับที่ 2 ในเอเชียรองจากประเทศจีน ยิ่งไปกว่านั้นอาหารไทยยังเป็นที่รู้จักในสายตาชาวโลก และเป็นที่ยอมรับในระดับสากลติดอันดับที่ 5 ในบรรดาสุดยอดอาหารรสเลิศของโลก (HotelClub Travel Blog : 2008) ทั้งนี้ จุดเริ่มต้นของควมมีชื่อเสียงของอาหารไทยเริ่มจากยุคสงครามเวียดนาม การที่ประเทศไทยเป็นฐานที่พักของทหารอเมริกันจำนวนมาก ทหารอเมริกันมีความชื่นชอบในรสชาติอาหารไทย และหลังสงครามเวียดนามก็เป็นยุคที่การท่องเที่ยวขยายตัวทั่วโลก ประเทศไทยเป็นจุดหมายปลายทางการท่องเที่ยวเนื่องด้วยธรรมชาติ ผู้คนที่สงบเป็นมิตรและค่าครองชีพต่ำ การหลั่งไหลของจำนวนนักท่องเที่ยวที่เข้ามาเที่ยวประเทศไทย จึงทำให้ความนิยมในอาหารไทยแพร่หลายไปพร้อมๆ กัน

จากการสำรวจของวิทยาลัยการจัดการเคลล็อก (Kellogg School of Management) สหรัฐอเมริกา (อ้างถึงใน Murray, 2007) ได้จัดอันดับอาหารไทยให้เป็นอาหารที่แพร่หลายเป็นที่รู้จักเป็นอันดับ 4 ของโลกรองจากอาหารอิตาลี อาหารฝรั่งเศส และอาหารจีน และเมื่อถามถึงอาหารโปรด อาหารไทยก็ยังเป็นอาหารที่ชื่นชอบเป็นอันดับ 6 ของโลกรองจากอาหารอิตาลี อาหารฝรั่งเศส อาหารญี่ปุ่น อาหารจีน และอาหารอินเดีย เนื่องจากอาหารไทยมีคุณค่าทางโภชนาการสูง มีสมุนไพรหลากหลายที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ อาหารไทยเกือบทั้งหมดปรุงจากเครื่องปรุงสด มีรสชาติและความเผ็ดร้อน ในทัศนะของชาวตะวันตกอาหารไทยเป็นอาหารที่ดีสำหรับสุขภาพและไม่ทำให้อ้วน (Healthful and slimming) ในปี ค.ศ. 2007 มีร้านอาหารไทยในต่างประเทศจำนวน 12,155 ร้าน ซึ่งเจ้าของร้านมีทั้งคนไทยและคนต่างชาติ อย่างไรก็ตามร้านเหล่านี้ส่วนใหญ่จ้างพนักงานไทยและพ่อครัวจากประเทศไทยเพื่อสร้างบรรยากาศความเป็นไทยที่แท้จริง นอกจากนี้รัฐบาลไทยยังได้ให้ความสำคัญของมาตรฐานและคุณภาพของอาหารในร้านอาหารไทยในต่างแดนโดยให้เครื่องหมายคุณภาพ “Thai Select” เพื่อรับรองร้านอาหารที่ได้มาตรฐานคุณภาพดังกล่าว

#### 4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษางานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศ ที่เกี่ยวเนื่องกับการศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทย มีดังนี้

##### งานวิจัยภายในประเทศ

สถาบันจิตวิทยาความมั่นคง (2545) ได้ศึกษาเฉพาะกรณีเรื่อง อาหารจากไทยก้าวไกลสู่ครัวโลก ผลิตภัณฑ์อาหารของประเทศไทยก้าวไกลสู่ครัวโลก เป็นการศึกษาอุตสาหกรรมอาหารตามโครงสร้างการผลิตไม่รวมอาหารสัตว์ โดยเน้นศึกษาแนวทางในการผลักดันให้อาหารไทยเป็นอาหารที่คนทั่วโลกรู้จัก รวมทั้งเพื่อศึกษาถึงการส่งเสริมให้ประเทศไทยมีส่วนแบ่งทางการตลาดและมีช่องทางการตลาดเพิ่มขึ้น โดยศึกษาแบบพรรณนาและใช้ข้อมูลทุติยภูมิจากหนังสือ ตำรา บทความ และเอกสารทางวิชาการที่เกี่ยวข้องกับอุตสาหกรรมอาหารของประเทศไทย แล้วนำมาประมวลสรุปเพื่อเสนอแนะแนวทางในการพัฒนาอุตสาหกรรมอาหารไทยให้ไปสู่ตลาดโลก

สำราญ โพธิ์จาด (2546) ได้ศึกษาเรื่องการเรียนการสอนวิธีทำอาหารไทยสำหรับนักท่องเที่ยวต่างชาติ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ความต้องการของนักท่องเที่ยวต่างชาติต่อการเรียนการสอนวิธีทำอาหารไทยในจังหวัดเชียงใหม่ เพื่อเป็นแนวทางการจัดการเรียนการสอนวิธีทำอาหารไทยให้สอดคล้องกับความต้องการของนักท่องเที่ยวต่างชาติ โดยเก็บข้อมูลจากนักท่องเที่ยวต่างชาติ 200 คน ในเชียงใหม่พบว่า นักท่องเที่ยวต่างชาติที่เรียนวิธีการทำอาหารไทยส่วนมากเป็นหญิงอายุ ระหว่าง 20 – 39 ปี อาชีพพนักงานบริษัทเอกชน ระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี มีวัตถุประสงค์การเดินทางเพื่อท่องเที่ยว โดยเดินทางมากับเพื่อน ส่วนมากเคยรู้จักอาหารไทย แต่ไม่เคยเรียนรู้การทำอาหารไทย ได้รับข่าวสารเกี่ยวกับสถานที่สอนอาหารไทยจากหนังสือแนะนำการท่องเที่ยว และต้องการเรียนทำอาหารไทยเพื่อนำความรู้ไปประกอบอาหารเพื่อรับประทานเอง

ทัศนีย์ ลิ้มสุวรรณ (2548) ได้ศึกษาเรื่องการพัฒนาศักยภาพของอาหารไทย เพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวโดยศึกษาความคิดเห็นของนักท่องเที่ยวไทยและต่างชาติต่อการบริการอาหารไทยในจังหวัดท่องเที่ยว ปัญหาและอุปสรรคในการบริการอาหารไทย แนวทางการพัฒนาศักยภาพอาหารไทยสำหรับนักท่องเที่ยวและแนวทางการมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาศักยภาพของอาหารไทยเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยว โดยสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงจังหวัดจากภูมิภาคต่างๆ ได้แก่กาญจนบุรี ชลบุรี เชียงใหม่ นครราชสีมา ภูเก็ต สุราษฎร์ธานีและกรุงเทพมหานคร รวม 7 จังหวัด

เพลินใจ ดังคณะกุล และคณะฯ (มปป) ได้พัฒนาผลิตภัณฑ์อาหารไทย 6 ชนิด 7 ผลิตภัณฑ์ คือ แกงกะหรี่ไก่ หมูสะเต๊ะ น้ำจิ้มหมูสะเต๊ะ น้ำยำ น้ำพริกอ่อน ใส่อั่วและข้าวเหนียวเปียกเผือก ผลิตภัณฑ์ 5 ชนิด คือแกงกะหรี่ไก่ น้ำจิ้ม หมูสะเต๊ะ น้ำพริกอ่อน ข้าวเหนียวดำเปียกเผือก และน้ำยำ บรรจุในบรรจุภัณฑ์อ่อนตัว ชนิดอูมิเนียมแบบดั่ง สภาวะฆ่าเชื้อที่เหมาะสม ภาชนะที่บรรจุ คุณค่าทางโภชนาการของผลิตภัณฑ์อาหารไทย คุณค่าอาหารเชิงพันธุภาพของผลิตภัณฑ์อาหาร ที่ผ่านกระบวนการฆ่าเชื้อด้วยความร้อน ผลประเมินคุณภาพทางประสาทสัมผัสจากผู้ชิมในกรุงเทพมหานคร ประเทศออสเตรเลีย กรุงเบิร์นและเมืองซูริค ประเทศสมาพันธรัฐสวิส ปรากฏว่าผู้ชิมในเวียนนา ชอบแกงกะหรี่ไก่ ข้าวเหนียวดำเปียกเผือก และน้ำพริกอ่อน ไม่ค่อยชอบหมูสะเต๊ะ ผู้ชิมในกรุงเบิร์น ชอบแกงกะหรี่ไก่ น้ำพริกอ่อน และข้าวเหนียวดำเปียกเผือก ตามลำดับ ส่วนผู้ชิมในซูริคชอบหมูสะเต๊ะ แกงกะหรี่ไก่ และน้ำพริกอ่อน จากการวิเคราะห์ผลทดสอบการยอมรับ สรุปได้ว่าอาหารควาไม่ควรมียารสหวานนำ กลิ่นเครื่องเทศควรใส่ในปริมาณน้อย ผู้ชิมยอมรับอาหารรสเผ็ดได้ดีพอสมควร

จันทิมา ชวนนนท์ (2551) ได้ศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสในเอกสารจริงการท่องเที่ยวเพื่อการเรียนรู้และการสอน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความถี่ของคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสที่ปรากฏใช้ในเอกสารจริงในบริบทของการท่องเที่ยวไทย และเพื่อค้นหาคำศัพท์จำนวน 2000 คำแรกที่ใช้ในเอกสารจริง ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลจากเว็บไซต์ต่าง ๆ ซึ่งนำเสนอด้วยภาษาฝรั่งเศส เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวไทยซึ่งตรงตามองค์ประกอบอุตสาหกรรมท่องเที่ยว นำมาเจนนับด้วยโปรแกรมวิเคราะห์คำศัพท์บนอินเทอร์เน็ตที่เว็บไซต์ <http://textanalyser.net> จำนวน 111,852 คำ มีคำศัพท์ที่แตกต่างกันจำนวนทั้งสิ้น 6,864 คำ คำศัพท์ 2,000 คำแรก ซึ่งนับจากคำศัพท์ที่มีความถี่สูงสุดลำดับที่หนึ่งคือ 7,678 ครั้ง จนถึงคำศัพท์ที่มีความถี่ 6 ครั้ง รวมเป็นคำศัพท์ 2,047 คำ ซึ่งมีความถี่ของคำศัพท์ทั้งสิ้น 99,637 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 89.07 ของจำนวนความถี่คำศัพท์ทั้งหมด 111,852 ครั้ง

### งานวิจัยในต่างประเทศ

โคเวน (Cowan, 1974 อ้างถึงใน Nelson Michael : 2000) ได้ทำงานวิจัยร่วมระหว่างมหาวิทยาลัยอิลลินอยส์ ประเทศสหรัฐอเมริกา กับมหาวิทยาลัยเดहरาน ประเทศอิหร่าน โดยทดลองกับนักศึกษาวิทยาศาสตร์ด้วยการอ่านภาษาอังกฤษระดับสูง (Advanced) โคเวนได้จัดกลุ่มคำศัพท์จากเอกสารการอ่านออกเป็น 4 ประเภท คือ คำศัพท์เทคนิคระดับสูง (Highly technical words) เช่น aorta, duodenum คำศัพท์เทคนิคระดับรอง (Sub-technical vocabulary) ในสาขาวิชาต่างๆ ก็จะมีคำศัพท์ประเภทนี้ปรากฏบ่อย คำศัพท์กึ่งเทคนิค (Semi-technical) และคำศัพท์ที่ไม่ใช่ศัพท์เทคนิค



(Non-technical) เป็นกลุ่มคำศัพท์ที่พบเห็นได้ทั่วไป เช่น hospital, medicine, patient, disease ซึ่ง โควเอนจัดคำศัพท์ 2 กลุ่มนี้ไว้ด้วยกัน

อินแมน (Inman, 1978 อ้างถึงใน Nelson Michael : 2000) ได้ศึกษาคำศัพท์จากหนังสือตำรา วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี จำนวน 110,000 คำ แล้วแยกประเภทคำศัพท์เป็น 3 กลุ่ม คือ ศัพท์เทคนิค (Technical terms) ศัพท์ทางไวยากรณ์ (Function words) และ ศัพท์เทคนิคระดับรอง (Sub-technical words) ปรากฏว่า เป็นศัพท์เทคนิคร้อยละ 21 ศัพท์ทางไวยากรณ์ร้อยละ 9 และ ศัพท์เทคนิคระดับรองอีกร้อยละ 70

ลินน์ (Lyne, 1985 อ้างถึงใน Nelson Michael : 2000) ได้ศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสจาก จดหมายธุรกิจจำนวน 670 ฉบับ จำนวนคำศัพท์ 80,000 คำ แล้วนำมาจัดลำดับคำศัพท์ที่พบบ่อยที่สุด จำนวน 100 คำ

ซีโน ไอเวนส์ มิลลาร์ดและคูฟวูรี (Zeno, Ivens, Millard and Duvvuri :1995 อ้างถึงใน Lehr, Fran : N.D.) ได้ศึกษาคำศัพท์ในหนังสือเรียนของนักเรียนอเมริกันและพบว่าคำศัพท์กลุ่ม Function Words ปรากฏอยู่ร้อยละ 50 และในความถี่นี้มีรูปศัพท์เพียง 107 คำ แสดงว่าคำศัพท์กลุ่ม Function Words นี้มีไม่มากแต่มีความถี่ในการใช้สูงมาก ดังนั้นเกณฑ์ในการคัดเลือกคำศัพท์เพื่อใช้ในการเรียน การสอน ผู้สอนควรพิจารณาถึงประโยชน์ใช้สอยของคำศัพท์นั้นๆ ซึ่งหมายถึงความถี่ของคำศัพท์นั้นๆ ที่ปรากฏให้เห็นในเอกสารต่างๆ

ไมเคิล เนลสัน (Nelson Michael : 2000) ได้ศึกษาฐานข้อมูลคำศัพท์(corpus based) ของ คำศัพท์ทางธุรกิจและคำศัพท์ในหนังสือเรียนภาษาอังกฤษธุรกิจจำนวน 33 เล่ม พบว่า คำศัพท์ทาง ธุรกิจจะมีขอบเขตที่เจาะจงขึ้นอยู่กับบุคคล องค์กร กิจกรรม เหตุการณ์และลักษณะเฉพาะ คำศัพท์ เหล่านี้จะอยู่ในกลุ่มคำศัพท์ที่มีความหมายสัมพันธ์กัน ในบริบททางธุรกิจความหมายของคำศัพท์จะ ถูกจำกัดด้วยรูปแบบและโครงสร้างไวยากรณ์มากกว่าคำศัพท์ภาษาอังกฤษทั่วไป ความหมายของ คำศัพท์ในหนังสือเรียนภาษาอังกฤษจะยิ่งจำกัดมากขึ้นกว่าภาษาอังกฤษในโลกธุรกิจ ซึ่งในชีวิตจริง ความหมายของคำศัพท์ยังขึ้นอยู่กับบุคคล ความสัมพันธ์ของผู้สื่อสาร และขึ้นอยู่กับลักษณะกิจกรรม ทางธุรกิจ เช่น การเดินทางท่องเที่ยว การประชุม และการนำเสนอ เป็นต้น

เลสลีย์ รัสเซล และโคเวน (Leslie, D; Russel, H.; Govan, P : 2004) ได้ร่วมกันวิจัยเกี่ยวกับ ทักษะภาษาต่างประเทศ และความจำเป็นของหน่วยงานท่องเที่ยวของประเทศอังกฤษ พบว่า ใน ภาพรวม หน่วยงานท่องเที่ยวมีความต้องการสูงในเรื่องทักษะภาษาต่างประเทศ แต่ปรากฏเด่นชัดว่า มี

ช่องว่างในตลาดงาน บริษัทต่าง ๆ ไม่ได้สนับสนุนส่งเสริมหรือให้ความสนใจกับการพัฒนาทักษะทางภาษาต่างประเทศให้แก่พนักงาน นักวิจัยได้สรุปเป็นคำถามว่า บริษัทท่องเที่ยวต่างๆ ของอังกฤษจะเป็นผู้รักษาดูแลการท่องเที่ยวไว้ และอังกฤษจะปล่อยให้บริษัทเหล่านี้ต้องพัฒนาตนเองสู่ตลาดการท่องเที่ยวของโลกที่มีการแข่งขันอย่างมากโดยลำพังหรือไม่

โซปีอาทิส อานาสตาซิโอส และคอนสแตนติ ปานิกกอส (Zopiatis, Anastasios and Constanti Panikkos : 2007) ได้สำรวจความสัมพันธ์ระหว่างการศึกษาต่อดูแลอุตสาหกรรมการบินในไซปรัส โดยเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามและสัมภาษณ์ผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง 3 ฝ่าย คือ นักศึกษาฝึกงาน นักการศึกษา และผู้มีอาชีพในธุรกิจบริการ ผลปรากฏว่า ความรู้และประสบการณ์ที่มหาวิทยาลัยให้นักศึกษาด้านอุตสาหกรรมการบินยังไม่สอดคล้องกับการปฏิบัติงานในโลกแห่งความเป็นจริง

เอโก หวัง (Aiguo Wang : 2007) ได้วิจัย เรื่อง การสอนภาษาอังกฤษเพื่อการบินในบริบทของจีน เป็นการศึกษาเพื่อหาวิธีการสอนที่เหมาะสมสำหรับการสอนภาษาอังกฤษสำหรับบุคลากรการบินในประเทศจีน ซึ่งไม่ได้ใช้ภาษาอังกฤษเป็นภาษาแม่

สรุป งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย งานวิจัยเกี่ยวกับบทบาทของอาหารไทย มีจำนวน 4 เรื่อง ได้แก่ 1) สถาบันจิตวิทยาความมั่นคง (2545) ได้ศึกษาเฉพาะกรณีเรื่องอาหารจากไทยก้าวไกลสู่ครัวโลก 2) สาราญ โพธิ์จาด (2546) ได้ศึกษาเรื่องการเรียนการสอนวิธีทำอาหารไทยสำหรับนักท่องเที่ยวต่างชาติ 3) ทศนีย์ ลิ้มสุวรรณ (2548) ได้ศึกษาเรื่องการพัฒนาศักยภาพของอาหารไทย เพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยว 4) เพลินใจ ดังคณะกุล และคณะฯ (มปป) ได้นำผลิตภัณฑ์อาหารไทยที่พัฒนาขึ้นไปทดสอบการยอมรับกับชาวต่างชาติ จากงานวิจัยทั้ง 4 เรื่องนี้แสดงให้เห็นว่าการผลักดันให้อาหารไทยไปสู่ระดับสากลมีแนวทางเป็นไปได้ชัดเจน เนื่องจากอาหารไทยมีรสชาติเป็นที่ยอมรับในระดับนานาชาติ และมีชาวต่างชาติต้องการเรียนรู้วิธีการ สำหรับงานวิจัยเกี่ยวกับการศึกษาคำศัพท์ซึ่งเป็นการศึกษาเกี่ยวกับความถี่ของคำศัพท์ที่จำเป็นต่อการใช้งานและการจัดประเภทของคำศัพท์ มีจำนวน 6 เรื่อง ได้แก่ 1) จันทิมา ชูวานนท์ (2551) ได้ศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสในเอกสารจริงการท่องเที่ยวเพื่อการเรียนรู้และการสอน 2) โคเวน (Cowan, 1974 อ้างถึงใน Nelson Michael : 2000) ได้ศึกษาการจัดกลุ่มคำศัพท์จากการอ่านภาษาอังกฤษระดับสูง 3) อินแมน (Inman, 1978 อ้างถึงใน Nelson Michael : 2000) ได้ศึกษาคำศัพท์จากหนังสือตำราวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี 4) ลินน์ (Lyne, 1985 อ้างถึงใน Nelson Michael : 2000) ได้ศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสจากจดหมายธุรกิจ 5) ซิโน ไอเวนส์ มิลลาร์ดและดิวูรี (Zeno, Ivens, Millard and Duvvuri :1995 อ้างถึงใน Lehr, Fran : N.D.) ได้ศึกษาคำศัพท์ในหนังสือเรียนของนักเรียนอเมริกัน 6) ไมเคิล เนลสัน



(Nelson Michael : 2000) ได้ศึกษาคำศัพท์ทางธุรกิจและคำศัพท์ในหนังสือเรียนภาษาอังกฤษธุรกิจ นอกจากนี้งานวิจัยด้านการจัดการศึกษาและการเรียนการสอนภาษาต่างประเทศ ยังแสดงให้เห็นความจำเป็นของการพัฒนาศักยภาพด้านภาษาต่างประเทศให้แก่บุคลากรที่ทำงานด้านอุตสาหกรรมบริการ ให้สามารถใช้ภาษาเฉพาะด้านในการปฏิบัติงานจริง มีจำนวน 3 เรื่อง ได้แก่ 1) เลซลี รัสเซล และโคแวน (Leslie, D; Russel, H.; Govan, P : 2004) ได้ศึกษาทักษะภาษาต่างประเทศ และความจำเป็นของหน่วยงานท่องเที่ยวของประเทศไทย 2) โซฟีอาทิส อานาสตาซิโอส และคอนสแตนติ ปานิกกอส (Zopiatis, Anastasios and Constanti Panikkos : 2007) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการศึกษากับอุตสาหกรรมบริการในไต้หวัน 3) เอโก หวัง (Aiguo Wang : 2007) ได้ศึกษาการสอนภาษาอังกฤษเพื่อการบินในบริบทของจีน ดังนั้นงานวิจัยทั้งหมดข้างต้นจึงเป็นข้อมูลที่มีประโยชน์และสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการดำเนินการวิจัย เรื่อง “การศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับตำรับอาหารไทย” ในครั้งนี้



### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับตำรับอาหารไทย” เป็นการศึกษาที่ใช้การสังเคราะห์คำศัพท์จากตำราอาหารไทยที่ปรากฏบนเครือข่ายอินเทอร์เน็ตและนำเสนอเป็นภาษาฝรั่งเศส

#### เครื่องมือที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิเคราะห์ความถี่ของคำศัพท์ คือ โปรแกรมวิเคราะห์คำศัพท์บนอินเทอร์เน็ตที่เว็บไซต์ <http://textanalyser.net>

#### สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์สังเคราะห์ข้อมูล คือ ฐานนิยมและค่าร้อยละ

#### ขั้นตอนดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยมีขั้นตอนดำเนินการวิจัยดังนี้

1. ศึกษาเอกสารตำราเกี่ยวกับการเรียนรู้คำศัพท์ภาษาต่างประเทศเพื่อการสื่อสาร บทบาทของเอกสารจริงในการเรียนการสอนภาษาต่างประเทศ อาหารไทย และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
2. สืบค้นและรวบรวมเอกสารภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับการทำอาหารไทย ทั้งประเภทอาหารคาวและอาหารหวานที่ปรากฏบนเครือข่ายอินเทอร์เน็ต
3. นำเอกสารที่สืบค้นได้มาวิเคราะห์ความถี่ของคำศัพท์ ด้วยโปรแกรมวิเคราะห์คำศัพท์บนอินเทอร์เน็ตที่เว็บไซต์ <http://textanalyser.net> และรวบรวมคำศัพท์ให้ได้จำนวน 200,000 คำ
4. นำคำศัพท์จำนวน 200,000 คำที่ได้ มาสังเคราะห์โดยเรียงลำดับคำศัพท์ที่มีความถี่ในการใช้จากสูงสุดไปถึงต่ำสุด และคัดเลือกคำศัพท์จำนวน 2,000 คำแรก
5. ศึกษาความถี่ในการใช้จากคำศัพท์ จำนวน 2000 คำแรก
6. จัดหมวดหมู่ของคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับตำรับอาหารไทย โดยศึกษาแนวทางการจัดหมวดหมู่คำศัพท์ที่ใช้ในการทำอาหารจากแหล่งต่างๆ เช่น สวนดุสิตกุยซีน (Suan Dusit Cuisine) แบ่งคำศัพท์เป็น 7 กลุ่ม ประกอบด้วย 1) คำศัพท์ ข้าว แป้ง และผลิตภัณฑ์ 2) คำศัพท์ เครื่องปรุงรส 3) คำศัพท์ เนื้อสัตว์ 4) คำศัพท์ พืชผัก และสมุนไพร 5) คำศัพท์ ผลไม้ 6) คำศัพท์ วิธีการเตรียม และการประกอบอาหาร 7) คำศัพท์ ภาชนะ อุปกรณ์ในการประกอบอาหาร และศึกษาแนวทางการจัดหมวดหมู่คำศัพท์ของ Marie-Noëlle Lamy (2000) แบ่งคำศัพท์เป็น 6 กลุ่ม คือ 1) ผลไม้และผัก (Fruit

and vegetable) 2) ขนมปัง บิสกิตและเค้ก (Bread, biscuits and cakes) 3) อาหารที่มาจากสัตว์ (Food from animals) 4) รสชาติและการปรุงรส (Flavours and seasonings) 5) การปรุงอาหารและการรับประทานอาหาร (Cooking and eating) 6) เครื่องดื่มและการดื่ม (Drinks and drinking) ดังนั้นผู้วิจัยจึงจัดหมวดหมู่ของคำศัพท์เป็น 9 กลุ่ม เพื่อความสะดวกในการค้นหาคำศัพท์ ดังนี้

1. อาหารและการครัว (Le repas et la cuisine)
2. อุปกรณ์การครัว (Les ustensiles de cuisine)
3. ผัก ผลไม้ และธัญพืช (Les légumes, les fruits et la céréale)
4. ผลิตภัณฑ์จากสัตว์ (Les produits animaux)
5. ส่วนประกอบอาหาร (Les ingrédients)
6. วิธีการประกอบอาหาร (La préparation)
7. การชั่งตวงวัด เวลาในการประกอบอาหาร และอุณหภูมิ  
(Les mesures, le temps de cuisson et la température)
8. รสชาติ และการปรุงรส (Les saveurs et l'assaisonnement)
9. คำคุณศัพท์บอกลักษณะและกริยาวิเศษณ์ (Les adjectifs et les adverbess)

#### การเก็บรวบรวมข้อมูลและการวิเคราะห์

ผู้วิจัยมีการเก็บรวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์สังเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

1 รวบรวมเอกสารภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับการทำอาหารไทย ทั้งประเภทอาหารคาวและอาหารหวานที่ปรากฏบนเครือข่ายอินเทอร์เน็ตจากเว็บไซต์ต่าง ๆ ที่ได้โดยการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงเว็บไซต์ต่างๆ ที่นำมาศึกษามีดังนี้

[http://www.750g.com/recettes\\_thailande.htm](http://www.750g.com/recettes_thailande.htm)

<http://allrecipes.fr/recettes/resultats.aspx?mot=recette%20thaie>

[http://leboutdumonde.canalblog.com/archives/recettes\\_thaies\\_\\_desserts/index.html](http://leboutdumonde.canalblog.com/archives/recettes_thaies__desserts/index.html)

<http://www.aufeminin.com/idees-recette-de-cuisine-thailandaise.html>

<http://www.cuisineaz.com/cuisine-du-monde/thailande-148.aspx>

<http://www.delices-du-monde.fr/recettes-thailandaise.html>

<http://www.goosto.fr/recette-de-cuisine/theme/cuisine-thailandaise-10002330.htm>

<http://cuisine.journaldesfemmes.com/recette-thailande>

<http://www.restaurant-thailandais.com/>

[http://users.skynet.be/saveurs\\_thailandaises/](http://users.skynet.be/saveurs_thailandaises/)

[http://www.soscuisine.com/fr/recettes/recherche/simple/cuisine-du-monde/thai?sos\\_1=fr](http://www.soscuisine.com/fr/recettes/recherche/simple/cuisine-du-monde/thai?sos_1=fr)

<http://www.temptingplaces.com/magazine-voyage-fr/recettes-de-cuisine/pays/t/thailande/>

<http://www.thailande-guide.com/dossiers/cuisine-thaie.html>

[http://www.toprecettes.com/categorie.php?cat=recettes\\_de\\_cuisine\\_thailandaise](http://www.toprecettes.com/categorie.php?cat=recettes_de_cuisine_thailandaise)

<http://www.traditionsdasic.com/recette/thailandaise/>

2. นำเอกสารที่ได้มาเจนนับด้วยโปรแกรมวิเคราะห์คำศัพท์บนอินเทอร์เน็ตที่เว็บไซต์ <http://textalyser.net> ครั้งละไม่เกิน 1000 คำ รวมทั้งหมด 200,000 คำ แล้วนำผลการวิเคราะห์มาประมวลด้วยโปรแกรมเอ็กเซล เพื่อหาความถี่ของคำศัพท์ และจัดทำบัญชีรายการคำศัพท์ 2,000 คำแรก

3. จำแนกคำศัพท์เป็นกลุ่ม 2 กลุ่ม โดยใช้คำร้อยละ คำศัพท์ 2 กลุ่ม คือ คำที่มีความหมายในตัวเอง (Content words) และคำที่มีความหมายตามโครงสร้าง (Function words) คำที่มีความหมายในตัวเอง (Content words) เป็นคำที่บอกความหมายได้โดยไม่ต้องขึ้นอยู่กับโครงสร้าง ประกอบด้วย คำนาม (Noms) คำกริยา (Verbe) คำคุณศัพท์ (Adjectifs) คำกริยาวิเศษณ์ (Adverbes) ส่วนคำที่มีความหมายตามโครงสร้าง (Function words) ได้แก่ articles, prépositions, pronoms personnels, adjectifs/pronoms possessifs, adjectifs/pronoms démonstratifs, pronoms relatifs, conjunction เป็นต้น

4. จัดทำรายการคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยโดยแบ่งหมวดหมู่ของคำศัพท์เป็น 9 กลุ่ม ดังนี้

1. อาหารและการครัว (Le repas et la cuisine)
2. อุปกรณ์การครัว (Les ustensiles de cuisine)
3. ผัก ผลไม้ และธัญพืช (Les légumes, les fruits et la céréale)
4. ผลิตภัณฑ์จากสัตว์ (Les produits animaux)
5. ส่วนประกอบอาหาร (Les ingrédients)
6. วิธีการประกอบอาหาร (La préparation)
7. การชั่งตวงวัด เวลาในการประกอบอาหาร และอุณหภูมิ  
(Les mesures, le temps de cuisson et la température)
8. รสชาติ และการปรุงรส (Les saveurs et l'assaisonnement)
9. คำคุณศัพท์บอกลักษณะและกริยาวิเศษณ์ (Les adjectifs et les adverbes)

## บทที่ 4

### ผลการวิจัยและข้อวิจารณ์

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์คำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยที่ปรากฏบนอินเทอร์เน็ตโดยใช้โปรแกรมวิเคราะห์คำศัพท์ และจัดเรียงคำศัพท์ทั้งหมดตามความถี่ด้วยโปรแกรมเอ็กเซล มีผลการวิจัยดังนี้

#### การศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยที่มีความถี่ในการใช้สูง

เมื่อศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยที่ปรากฏบนอินเทอร์เน็ต จำนวน 213,929 คำ พบว่ามีคำศัพท์เกี่ยวกับคำรับอาหารไทยจำนวนทั้งสิ้นเพียง 2,975 คำศัพท์ คำศัพท์จำนวน 2,000 คำแรก นับจากคำศัพท์ที่มีความถี่สูงสุดลำดับที่หนึ่งคือ 18,518 ครั้ง จนถึงคำศัพท์ที่มีความถี่ 2 ครั้ง จึงได้คำศัพท์ลำดับที่ 1 ถึงลำดับที่ 2,119 รวมเป็นคำศัพท์ 2,119 คำ มีปรากฏความถี่ของคำศัพท์ทั้งสิ้น 213,341 ครั้ง มีรายละเอียดดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 1 การแสดงสัดส่วนของคำศัพท์ 2,119 คำแรก

	จำนวนรูปศัพท์ ภาษาฝรั่งเศส	ความถี่คำศัพท์ ภาษาฝรั่งเศส
คำศัพท์ ภาษาฝรั่งเศสทั้งหมด	2,975 รูปศัพท์	213,929 ครั้ง
คำศัพท์ ภาษาฝรั่งเศส 2119 คำแรก	2,119 รูปศัพท์	213,341 ครั้ง
สัดส่วนของรูปและความถี่คำศัพท์ 2119 คำ ต่อคำศัพท์ทั้งหมด	71.23%	99.73%

การศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยพบความถี่คำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสทั้งหมด 213,929 ครั้ง มี 2,975 รูปศัพท์ คำศัพท์ภาษาฝรั่งเศส 2119 คำแรก คิดเป็นร้อยละ 71.23 ของคำศัพท์ทั้งหมดจำนวน 2,975 คำ และคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศส 2119 รูปศัพท์ มีความถี่ 213,341 ครั้ง คิดเป็นความถี่ร้อยละ 99.73 ของจำนวนความถี่คำศัพท์ทั้งหมด 213,929 ครั้ง ดังนั้นคำศัพท์ 2,000 คำแรกจะมีความถี่ร้อยละ 94.13 ของจำนวนความถี่คำศัพท์ทั้งหมด

ผลจากการศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยที่มีความถี่ในการใช้สูง จำแนกประเด็นการวิเคราะห์ได้ดังนี้

### 1. จำนวนความถี่ของคำศัพท์และรูปศัพท์

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์คำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยที่ปรากฏบนอินเทอร์เน็ต จำนวน 102,218 คำ เมื่อตัดคำศัพท์ที่ไม่ใช่ภาษาฝรั่งเศส ได้แก่ คำทับศัพท์ภาษาไทย เช่น homok, horapa, laap, makrut คำศัพท์ภาษาอังกฤษ เช่น babycorn, dipping, oyster และศัพท์ภาษาต่างประเทศอื่นๆ เช่น nuoc-mâm, Phú Quôc, sukiyaki รวมทั้งชื่อผลิตภัณฑ์สินค้าออกแล้ว เหลือคำศัพท์ 100,126 คำ พบว่ามีรูปคำศัพท์เกี่ยวกับคำรับอาหารไทยที่จำนวนทั้งสิ้นเพียง 2,794 รูปศัพท์ จากนั้นผู้วิจัยจึงสืบค้นเอกสารจริงภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยเพิ่มเติม รวมเป็นคำศัพท์ที่นำมาวิเคราะห์ จำนวนทั้งสิ้น 216,644 คำ เมื่อตัดคำทับศัพท์ภาษาไทย คำศัพท์ภาษาอังกฤษ และศัพท์ภาษาต่างประเทศอื่นๆ รวมทั้งชื่อผลิตภัณฑ์สินค้าออกแล้ว เหลือคำศัพท์ 213,929 คำ พบว่ามีรูปคำศัพท์เกี่ยวกับคำรับอาหารไทยจำนวนทั้งสิ้นเพียง 2,975 รูปศัพท์ จะเห็นได้ว่าแม้ศึกษาคำศัพท์เพิ่มอีกหนึ่งแสนคำ จำนวนรูปศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยก็ไม่แตกต่างกันมาก ดังมีรายละเอียดตามตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบจำนวนความถี่ของคำศัพท์และรูปศัพท์

ครั้งที่ศึกษา	จำนวนความถี่ของคำศัพท์	จำนวนความถี่หลังตัดคำศัพท์ที่ไม่ใช่ภาษาฝรั่งเศส	จำนวนรูปศัพท์ภาษาฝรั่งเศส
1	102,218 ครั้ง	100,126 ครั้ง	2,794 รูปศัพท์
2	216,644 ครั้ง	213,929 ครั้ง	2,975 รูปศัพท์

### 2. รูปคำศัพท์

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์คำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยที่ปรากฏบนอินเทอร์เน็ต จำนวน 216,644 คำ พบว่ามีคำศัพท์เกี่ยวกับคำรับอาหารไทยจำนวนทั้งสิ้นเพียง 2,975 คำศัพท์ ในจำนวนนี้มีคำศัพท์ประเภทคำกริยาในกาลต่างๆ ซึ่งมีการกระจายหลายรูป แต่ส่วนใหญ่จะอยู่ในรูปประโยคคำสั่งที่มีประธาน vous และอยู่ในรูปของกริยาต้นแบบหรือ infinitif ในการนี้ผู้วิจัยจึงนับรวมไว้ในรูปของ infinitif เพื่อให้คำกริยานั้นๆ ที่กระจายอยู่ในรูปต่างๆ มีความถี่ตามระดับที่เป็นจริง นอกจากนี้ผู้วิจัยได้แยกรูปของ participe présent กับ participe passée ไว้ต่างหาก เช่น

contenir ปรากฏ 13 ครั้ง contenant ปรากฏ 7 ครั้ง และ contenu ปรากฏ 16 ครั้ง

émincer ปรากฏ 200 ครั้ง émincé ปรากฏ 1,454 ครั้ง

mélanger ปรากฏ 1,242 ครั้ง mélangeant ปรากฏ 62 ครั้ง และ mélange ปรากฏ 304 ครั้ง

สำหรับคำนามซึ่งมีทั้งรูปเอกพจน์และพหูพจน์ จะนำเสนอไว้ในรูปเอกพจน์ สำหรับคำคุณศัพท์ซึ่งมีทั้งรูปเอกพจน์และพหูพจน์ คุณคำศัพท์เพศชายและเพศหญิงผู้วิจัยได้นำรวมไว้ในรูปของเพศชายเอกพจน์ หรือรูปที่ปรากฏบ่อย

### 3. คำศัพท์ที่มีความถี่สูงสุด

การปรากฏของคำศัพท์ที่มีความถี่สูงสุดคือ de ปรากฏ 18,518 ครั้ง ในจำนวนคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับตำรับอาหารไทยทั้งหมด 213,929 ครั้ง เฉพาะ de คำเดียวนี้มีการปรากฏคิดเป็นร้อยละ 8.65 ส่วนคำศัพท์ที่มีความถี่สูงสุดจำนวน 10 คำแรกมีการปรากฏเกิน 3,000 ครั้ง ดังมีรายละเอียดตามตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 3 คำศัพท์ที่มีความถี่สูงสุด 10 คำแรก

ลำดับ	คำศัพท์	จำนวนความถี่ (ครั้ง)	ร้อยละของความถี่รวม 213,929 ครั้ง
1	de	18,518	8.65
2	soupe	4,645	2.17
3	le	4,597	2.14
4	et	4,230	1.97
5	les	4,036	1.88
6	sauce	3,652	1.70
7	cuillerée / cuillérée	3,571	1.66
8	la	3,564	1.66
9	l'	3,461	1.61
10	ajouter	3,099	1.44
รวมจำนวนความถี่ (ครั้ง)		53,373	24.94

คำศัพท์ทั้ง 10 คำนี้มีจำนวนความถี่รวม 53,373 ครั้ง มีความถี่ที่ปรากฏคิดเป็นเพียงร้อยละ 24.94 ของคำศัพท์ทั้งหมดในจำนวน 2,975 คำศัพท์ซึ่งมีความถี่รวมกันทั้งสิ้น 213,929 ครั้ง คำศัพท์ที่มีความถี่สูงสุดคือ de ปรากฏ 18,518 ครั้ง มีความถี่ที่ปรากฏคิดเป็นร้อยละ 8.65 คำศัพท์อันดับที่ 2 ถึงลำดับที่ 5 มีความถี่การปรากฏมากกว่า 4,000 ครั้ง คือ soupe ปรากฏ 4,645 ครั้ง le ปรากฏ 4,597 ครั้ง et ปรากฏ 4,230 ครั้ง และ les ปรากฏ 4,036 ครั้ง คำศัพท์ทั้ง 5 คำนี้มีความถี่ที่ปรากฏในเอกสารคิดเป็นร้อยละ 16.84 ของความถี่คำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสทั้งหมดในเอกสาร

#### 4. ความถี่ของการปรากฏของกลุ่มคำ

การวิจัยครั้งนี้เจงนับเฉพาะคำเดี่ยว แต่ยังมีคำศัพท์จำนวนมากที่ปรากฏเป็นกลุ่มคำ และมีความหมายจำเพาะ กลุ่มคำเหล่านี้จึงถูกนับแยกเป็นคำๆ ไป เช่น chou chinois (ผักกาดขาว) จะถูกแยกนับเป็น 2 คำ คือ chou และ chinois ส่วน feuilles de basilic sacré (ใบกะเพรา) จะถูกแยกนับเป็น 4 คำ คือ feuilles, de, basilic และ sacré ดังตัวอย่างการเจงนับซึ่งแยกเป็นคำเดี่ยวต่อไปนี้

feuille de basilic sacré (ใบกะเพรา)

feuille de basilic doux (ใบโหระพา)

feuille ปรากฏ 1,964 ครั้ง

de ปรากฏ 18,518 ครั้ง

basilic ปรากฏ 481 ครั้ง

doux ปรากฏ 333 ครั้ง

sacré ปรากฏ 12 ครั้ง

champignons chinois noirs / oreille de judas (เห็ดหูหนู)

champignons de paille (เห็ดฟาง)

champignons ปรากฏ 438 ครั้ง

chinois ปรากฏ 152 ครั้ง

noirs ปรากฏ 185 ครั้ง

paille ปรากฏ 24 ครั้ง

haricot dragon / haricot étoilé (ถั่วพู)

haricot kilomètre (ถั่วฝักยาว)

haricot ปรากฏ 222 ครั้ง

dragon ปรากฏ 1 ครั้ง

étoilé ปรากฏ 30 ครั้ง

kilomètre ปรากฏ 5 ครั้ง

กลุ่มคำต่างๆ ปรากฏใช้ในประโยคดังตัวอย่างต่อไปนี้

#### châtaigne d'eau (แห้ว)

Ce dessert se prépare avec des châtaignes d'eau dans la recette traditionnelle mais vous pouvez les remplacer par de la pomme ou de la poire ce qui vous permettra peut être plus facilement de le préparer.



**coquilles Saint-Jacques (หอยเชล)**

Ajouter les coquilles Saint-Jacques et les laisser pocher 3 à 4 minutes.

**lait de coco (น้ำกะทิ)**

Ajouter le lait de coco, les verts d'oignons, et tous les autres ingrédients.

**pommes de terre / la patate douce (มันฝรั่ง/มันเทศ)**

Ajouter ensuite les dés de pommes de terre et de patate douce.

**pousses de soja (ถั่วงอก)**

Cuire brièvement (5 minutes) les pousses de soja dans une grande casserole d'eau bouillante en veillant à les laisser croquants.

**vinaigre de riz (น้ำส้มสายชู)**

Verser le jus de citron vert, le vinaigre de riz, le nuoc man, l'huile de sésame, le miel et les cacahuètes.

### 5. คำศัพท์ที่มีความหมายตามโครงสร้าง (Function words) และคำศัพท์ที่มีความหมายในตัวเอง (Content words)

จันทิมา ชูวานนท์ (2550) ได้อธิบายคำศัพท์กลุ่มที่มีความหมายตามโครงสร้างในภาษาฝรั่งเศสประกอบด้วยกลุ่มคำศัพท์ 10 กลุ่ม ดังนี้

1. Articles ได้แก่ le, la, les, un, une เป็นต้น
2. Prépositions ได้แก่ de, à, chez, sur, devant เป็นต้น
3. Pronoms personnels ได้แก่ il, elle, nous, vous, le, la, les เป็นต้น
4. Adjectifs possessifs และ Pronoms possessifs เช่น mon, ton, son, votre, vos, notre, mien, vôtre เป็นต้น
5. Adjectifs démonstratifs และ Pronoms démonstratifs ได้แก่ ce, cette, ces, celui, celle เป็นต้น
6. Adjectifs indéfinis และ Pronoms indéfinis ได้แก่ tel, telle, tout, tous เป็นต้น
7. Adjectifs interrogatifs และ Pronoms interrogatifs เช่น quel, quelle, que, qui, quoi เป็นต้น
8. Pronoms relatifs ได้แก่ qui, que, laquelle, lesquels เป็นต้น
9. Conjonction ได้แก่ et, ou, car, si เป็นต้น
10. กริยาช่วย être, และ avoir

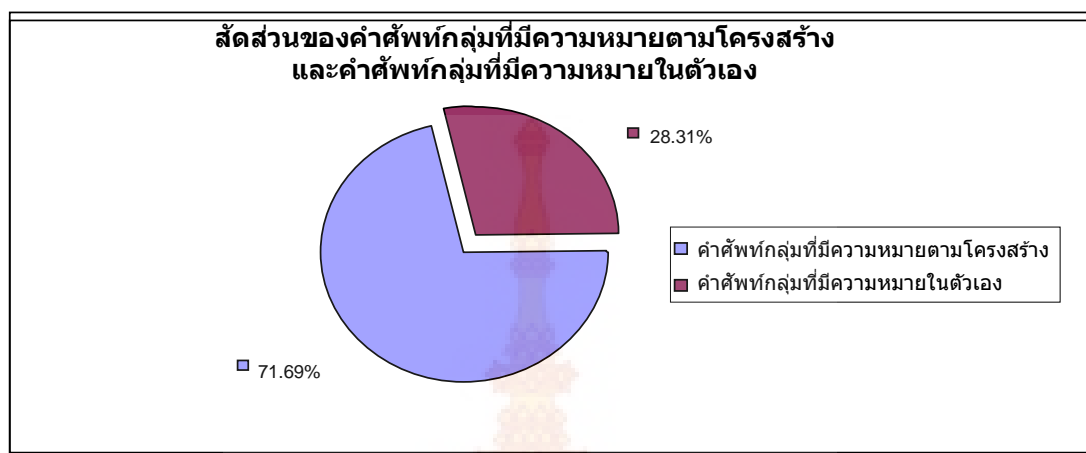
ดังนั้นหากรวมคำศัพท์ที่มีความหมายตามโครงสร้าง (Function words) ด้วยการจัดกลุ่มแบบข้างต้น เมื่อรวมคำศัพท์ในลำดับ 1-12 ที่ประกอบด้วย articles définis และสรรพนาม le, la, l', les ไว้ด้วยกัน กลุ่ม le, la, l', les จะขึ้นมาอยู่ในลำดับที่สอง จำนวนความถี่ 15,658 ครั้ง และหากรวม articles indéfinis : un, une, des ไว้ด้วยกัน กลุ่ม un, une, des จะขึ้นมาอยู่ในลำดับที่ 8 จำนวนความถี่ 3,049 ครั้ง และคำลำดับที่ 10 คือ en จำนวนความถี่ 2,186 ครั้ง สรุปตารางคำศัพท์ที่มีความหมายตามโครงสร้าง (Function words) และคำศัพท์ที่มีความหมายในตัวเอง (Content words) ที่มีความถี่สูงสุด 10 อันดับแรกจะปรากฏดังตารางต่อไปนี้

**ตารางที่ 4 คำศัพท์ที่มีความหมายตามโครงสร้าง และคำศัพท์ที่มีความหมายในตัวเองที่มีความถี่สูงสุด**

ลำดับ	คำศัพท์	จำนวนความถี่ (ครั้ง)	ร้อยละของความถี่รวม 213,929 ครั้ง
1	de	18,518	8.656
2	le (4597), l' (3461), la (3564), les (4036)	15,658	7.319
3	soupe	4,645	2.171
4	et	4,230	1.977
5	sauce	3,652	1.707
6	cuillerée / cuillérée	3,571	1.669
7	ajouter	3,099	1.448
8	un / une (2639), des (410)	3,049	1.425
9	minute	2,264	1.058
10	en	2,186	1.021
	<b>รวม</b>	<b>60,872</b>	<b>28.45</b>

จากตารางข้างต้นมีคำศัพท์ที่มีความหมายตามโครงสร้าง (Function words) อยู่ในลำดับที่ 1, 2, 4, 8 และ 10 มีจำนวนความถี่รวม 43,641 ครั้ง มีความถี่ที่ปรากฏคิดเป็นร้อยละ 20.40 ของความถี่คำศัพท์ทั้งหมดรวมกันทั้งสิ้น 213,929 ครั้ง หรือคิดเป็นความถี่ร้อยละ 71.69 ของความถี่คำศัพท์ในลำดับที่ 1-10 ส่วนที่เหลืออยู่ในลำดับที่ 3, 5, 6, 7, และ 9 จัดเป็นคำศัพท์ที่มีความหมายในตัวเอง (Content words) จำนวนความถี่รวม 17,231 ครั้ง มีความถี่ที่ปรากฏคิดเป็นร้อยละ 8.05 ของความถี่คำศัพท์ทั้งหมด และคิดเป็นความถี่ร้อยละ 28.31 ของความถี่คำศัพท์ในลำดับที่ 1-10

ดังนั้น สัดส่วนของคำศัพท์กลุ่มที่มีความหมายตามโครงสร้าง (Function words) และคำศัพท์กลุ่มที่มีความหมายในตัวเอง (Content words) จะปรากฏในรูปแผนภูมิต่อไปนี้



แผนภูมิที่ 1 แผนภูมิแสดงสัดส่วนของคำศัพท์กลุ่มที่มีความหมายตามโครงสร้างและคำศัพท์กลุ่มที่มีความหมายในตัวเอง

## 6. รูปคำเหมือนกันแต่มีหน้าที่ต่างกัน

le, la, l', และ les เป็นคำที่มีความถี่สูงสุดเป็นอันดับสอง คือ le ปรากฏ 4597 ครั้ง l' ปรากฏ 3461 ครั้ง la ปรากฏ 3564 ครั้ง และ les ปรากฏ 4036 ครั้ง ซึ่งมีผลการปรากฏรวมทั้งหมด 15,658 ครั้ง ทั้งนี้รูปคำ le, la, l', และ les ที่มีปรากฏมากนั้นนอกจากจะทำหน้าที่เป็นคำนำหน้าคำนาม (articles définis) แล้วยังสามารถเป็นคำสรรพนามที่ทำหน้าที่เป็นกรรมตรงได้เช่นกัน ดังตัวอย่างต่อไปนี้

Pelez le potiron et coupez-le en cubes.

Mettre le poulet dans la marinade pendant 1h en mélangeant bien.

Faites décongeler les crevettes. Décortiquez-les en gardant l'éventail de la queue.

Prélever le zeste du citron avec un économe, le faire blanchir quelques minutes, le hacher, réserver.

## 7. รูปคำกริยา

รูปแบบของคำกริยาที่พบว่าใช้มากมีทั้งในรูป infinitif, impératif, participe présent และ participe passé เช่น

### 7.1 กริยาในรูป infinitif

รูปกริยา infinitif คือรูปกริยาต้นแบบจะลงท้ายด้วย -er, -ir, -re ใช้ในเอกสารคำชี้แจงหรือในคำสั่งที่ไม่ระบุประธานในคำกริยา เช่น

Couper les champignons en grosses lamelles.

Faire dorer les noix de cajou dans une poêle sans matière grasse.

Râper le quart des zestes d'une orange et d'un pamplemousse et les placer dans un bol.

Battre les œufs avec le sucre, ajouter de la vanille, puis la farine. Enfin, verser dans le moule et cuire au four à température moyenne.

7.2 กริยาในรูป impératif หรือรูปประโยคคำสั่ง ซึ่งเป็นการบอกให้กระทำ ส่วนใหญ่จะลงท้ายด้วย -ez ใช้ในการบอกให้ทำ เช่น

Ajoutez l'oignon et mélangez pendant 2 minutes. Versez la sauce.

Faites chauffer l'huile dans une grande casserole.

Servez le poisson directement dans la cocotte de cuisson.

Pour un repas de fête, remplacez les poissons blancs proposés par des filets de lotte.

Hors du feu, ajoutez le nuoc-mâm, le jus du citron vert et la coriandre effeuillée. Servez chaud.

### 7.3 กริยาในรูป participe présent

Le participe อยู่ใน mode impersonnel คือมีรูปเดียวไม่มีการแจกแจงรูปตามประธาน participe présent ใน Le gérondif ใช้กับ « en » ที่ตามด้วยกริยาที่ลงท้ายด้วย -ant gérondif ใช้บอกเวลา มีความหมายว่า “ในขณะที่...” ประธานของประโยคกระทำกริยา 2 อย่างพร้อมกัน หรือใช้บอกวิธีการ มีความหมายว่า “โดย...” “ด้วยการ...” “ด้วยวิธี...” เช่น

Préparez la vinaigrette en mélangeant les ingrédients.

Laisser cuire à feu doux durant 5 minutes tout en remuant de temps en temps.

Nettoyez et coupez les cébettes en quatre dans le sens de la longueur, en laissant 10 cm de queue verte.

### 7.4 กริยาในรูป participe passé

participe passé ใช้เป็นคุณศัพท์ หรือ ใช้ participe passé ในวลีขยายความ มีความหมายถึงสิ่งที่ถูกระทำแล้ว เช่น

Servez accompagné de riz ou de légumes verts cuits à la vapeur.

Ajoutez 150 g de champignons coupés en lamelles et faites cuire 2 minutes.

Verser ensuite le lait de coco, le sucre et la noix de coco râpée.

### 8. คำศัพท์มาตราซัง-ตวง-วัด ในระบบเมตริก

เอกสารจริงภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับตำรับอาหารไทยที่ปรากฏบนอินเตอร์เน็ตปรากฏคำศัพท์ที่เป็นมาตราซัง-ตวง-วัด ในระบบเมตริกซึ่งมีความถี่สูงมาก และปรากฏมาตราอื่นน้อยมาก เช่น

<b>millimètre</b>	Couper les blancs de poulet en longues lanières de quelques millimètres d'épaisseur.
<b>centimètre</b>	Relevez les bords sur 4 cm en faisant 4 plis et épinglez-les avec des cure-dents. Couper le blanc de poulet en cube de 2 à 3 centimètres.
<b>litre</b>	Ajouter environ 1 litre d'eau. Mettez les 3 bouillons cube de volaille, le galanga émincé en rondelle et les feuilles de citronnier dans 1,5L d'eau.
<b>millilitre</b>	Ajoutez 3 cuillères à soupe de sauce et les 600 ml de lait.
<b>kilogramme</b>	3 kg d'escalopes de poulet coupées en lanières (sans la peau)

### 9. คำศัพท์ในรูปอักษรย่อ

ในเอกสารจริงภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับตำรับอาหารไทยบนอินเตอร์เน็ตพบการใช้อักษรย่อเกี่ยวกับการซังตวงวัด อุณหภูมิ และเวลา นอกจากนี้ยังมีคำศัพท์บางคำที่ใช้ทั้งอักษรย่อและคำเต็ม เช่น

#### **cuillère** ช้อน

Faire chauffer une poêle et saupoudrer d'une cuillère à soupe de sucre.

#### **cuillerée > cuillerée à soupe** ช้อนแกงหรือช้อนโต๊ะ

Réserver 2 cuillerées à soupe de crème de coco pour la garniture

#### **cuil.** > **cuil. à soupe** ช้อนแกงหรือช้อนโต๊ะ

Mélangez 2 cuil. à soupe d'huile de tournesol, et 2 cuil. à soupe de sauce soja claire.

#### **cuillerée > cuillerée (nf) à café** ช้อนกาแฟ

1 cuillerée à café de poivre noir moulu.

Réserver 4 cuillerées à café de lait de coco et deux cuillerées à café de feuilles de coriandre.

#### **cuil.** > **cuil. à café** ช้อนกาแฟ

Sur chaque banane, ajoutez du zeste de citron, ½ cuil. à café de sucre et 4 cuil. à soupe de lait de coco.

**càc (cuillerée à café) ช้อนกาแฟ**

Arroser le poulet de sauce de soja et d'huile de sésame et la moitié d'une càc de sucre.

**c. à café ช้อนกาแฟ**

1/4 de c. à café de graines de coriandre grillées écrasées

**°C**

Faire chauffer l'huile dans une sauteuse profonde ou dans un wok à 190°C.

**cc**

Faire un sirop avec 4 dl de lait de coco, 200 g de sucre de palme et 1/2 cc de sel.

**centimètre**

Placez le filet de bœuf 1 heure au congélateur puis tranchez-le en lamelles d'un demi-centimètre d'épaisseur.

**centimètre > cm.**

Confectionner des boulettes de boeuf d'environ 1,5 cm de diamètre.

Mettre les moules dans une casserole avec 1 cm d'eau.

**dl.**

Diluer 5 dl. de lait de coco dans deux verres d'eau, faire chauffer dans une casserole.

**g.**

200 g de filet de poulet, découpé en lanières

**gr.**

125 gr. de cacahuètes grillées.

**L.**

Mettez les 3 bouillons cube de volaille, le galanga émincé en rondelle et les feuilles de citronnier dans 1,5L d'eau.

**ml.**

Dans un bol moyen, mélangez le nam pla, le sel, le sucre et 15 ml d'huile.

**minute**

Faire bouillir durant 7 à 10 minutes, le sirop doit prendre une couleur dorée.

**mn.**

Faire revenir les feuilles de basilic non découpées dans de l'huile pas plus de 1mn.

**min.**

Faites frire l'ail et le reste du gingembre dans le wok pendant 1 min.

#### **10. คำศัพท์ที่แสดงลำดับขั้นตอน**

ในการบรรยายการปรุงอาหาร ปรากฏคำศัพท์ที่แสดงลำดับขั้นตอนซึ่งมีทั้งคำบุพบท กริยาวิเศษณ์ และสันธาน เช่น

Dans un wok, ou une sauteuse, y faire chauffer un peu d'huile d'arachide, quand elle est bien chaude, y faire revenir les carottes, puis ajouter le bœuf, arroser de la sauce Sukiyaki, prolonger la cuisson jusqu'à ce que la viande soit cuite. Remuer régulièrement.

Lorsque la sauce commence à épaissir, ajouter les crevettes, bien mélanger. Faire mijoter jusqu'à ce que les crevettes rosissent et soient cuites.

Ajouter enfin les crevettes lavées et faire chauffer à feu vif durant 3 minutes. Ajouter les feuilles de coriandre pour garnir au moment de servir.

#### **11. การสร้างคำใหม่ด้วยการเติม préfixe และ suffixe**

การนำคำศัพท์มาจัดเรียงกันตามลำดับอักษรทำให้ได้เห็นการใช้คำศัพท์ในรูปแบบต่างๆ ที่มาจากรากศัพท์เดียวกัน โดยการสร้างคำจากอุปสรรค บังคับ ดังตัวอย่างต่อไปนี้

**caramel**

Quand le sucre commence à fondre et devient caramel, disposer 3 ou 4 rondelles d'ananas à cuire.

**caramélisé**

Ajoutez ensuite la citronnelle et le piment restant, les cacahuètes et les oignons caramélisés.

**congélateur**

Placez le filet de bœuf 1 heure au congélateur puis tranchez-le en lamelles d'un demi-centimètre d'épaisseur.

**congélation**

Couper la viande en cubes. Les mettre dans un sac congélation zippé.

**congelé / congeler / décongeler**

Si les crevettes sont congelées, décongelez-les.

**épais**

4 filets de poisson assez épais (si possible sans arêtes).

**épaisseur**

Coupez le filet de porc en lamelles d'environ 4 cm de large sur 8 cm de long et 5 mm d'épaisseur.

**épaissir**

Laissez épaissir puis ajoutez le reste du lait de coco progressivement.

**fouet**

Mélangez à l'aide d'un fouet le reste des ingrédients : lait concentré, les œufs battus en omelette et le lait de coco chaud.

**fouettant**

Pendant ce temps, préparez la crème en fouettant les oeufs, le sucre et le lait de coco.

**fouetté**

Sortir les ramequins du four, disposer une cuillerée de crème fouettée sur chaque ramequin ainsi de quelques copeaux de noix de coco grillés.

**fouetter**

Dans un bol, fouetter les œufs en omelette.

**préparation**

Verser cette préparation dessus les nouilles.

**préparé**

Le bouillon sera préparé de préférence avec une carcasse de poulet, à défaut utiliser un cube, mais le bouillon y perdra de sa saveur, et sera plus salé.

**préparer**

Préparer les poivrons : laver, épépiner, détailler en petits morceaux.

**ajouter**

Ajoutez la sauce de poisson, le jus et la pulpe du citron vert et le piment.

**rajouter**

Mettre les blancs de poulet bien mélanger et rajouter un peu de jus de cuisson du poulet.

**chauffer**

Faites chauffer un fond d'huile dans le wok et faites revenir les oignons.

**préchauffer**

Préchauffez un wok sur feu vif et versez l'huile.



## tranche / trancher

Tranchez le citron vert en 8 tranches.

## 12. การปรากฏของคำศัพท์ภาษาไทย

ในเอกสารจริงภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยที่ปรากฏบนอินเทอร์เน็ต มีปรากฏการใช้คำศัพท์ภาษาไทยจำนวนมาก ทั้งการทับศัพท์ชื่ออาหารและชื่อเครื่องปรุงต่างๆ ด้วยอักษรโรมัน สะกดตามเสียงไทย ผู้วิจัยประสงค์จะศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศส จึงเว้นที่จะนำคำศัพท์ภาษาไทยมา แฉกนับไว้ในลำดับความถี่ อย่างไรก็ตามผู้วิจัยได้นำคำศัพท์ภาษาไทยมาแสดงเป็นตัวอย่าง เช่น

- Crevettes crues au jus de lime (Khung Manao)
- Homard au curry massamam (Khaeng Mussamam Khung)
- Curry rouge aux moules et à l'ananas (Khaeng Hoï Sapparot)
- Soupe de crevettes à la citronnelle (Tom Yam Khung)
- Melon amer aux œufs (Mara Pad Kai)
- Riz sauté aux crevettes et basilic thaï (Khao Pad Khung Kaprow)
- Bœuf à la sauce d'huîtres (Nua Phad Ped Nam Man Hoi)
- Brochettes de porc à la sauce cacahuètes (Moo Sateh)
- Les nouilles thaïlandaises (Pad Thai)
- Ajouter les feuilles de citron, la sauce à l'huître, la sauce au soja, la pâte à tom yum et le poulet.
- Ajouter le bouillon de volaille, le nam pla (sauce de poisson), la sauce de soja et le sucre.
- Les kanom chin sont souvent servies au cours des fêtes. Elles symbolisent une longue vie et on ne les coupe jamais avant de les servir.

## 13. การปรากฏของคำศัพท์ภาษาอื่นๆ

เนื่องจากเอกสารจริงภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยที่ปรากฏบนอินเทอร์เน็ต เป็นสื่อสำหรับชาวฝรั่งเศสหรือคนที่ใช้ภาษาฝรั่งเศสซึ่งไม่ใช่คนไทยและไม่ได้พำนักอยู่ในประเทศไทย การเรียกหรือบรรยายอาหารหรือเครื่องปรุงต่างๆ เพื่อให้ผู้รับสารที่ต่างวัฒนธรรมเข้าใจง่ายจึงใช้การเทียบเคียงกับสิ่งที่รู้จักหรือสิ่งที่พบเห็นได้ง่ายในบริบทนั้นๆ ทำให้มีปรากฏของคำศัพท์ภาษาอื่นๆ อยู่ มากเช่นกัน ทั้งนี้ผู้วิจัยประสงค์จะศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสจึงไม่นำคำศัพท์ภาษาอื่นๆ มาจัดใน

ลำดับความถี่ แต่นำมากล่าว ณ ที่นี้เพื่อแสดงถึงธรรมชาติของภาษาในเอกสารจริงเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยที่ปรากฏบนอินเทอร์เน็ต เช่น

- Tout d'abord il vous faut trouver des bai chaplu, ce sont des feuilles thaïlandaises appelées aussi parfois feuilles de betel, belalot ou "piper samentosum".
- Dans un bol, verser environ 10 cl de sauce pour nems, 10 cl de "dipping sauce" pimentée, 4 à 5 gouttes d'huile de sésame et 1/2 cuillère à café de wasabi.

นอกจากนั้นยังมีการเรียกชื่ออาหารไทยโดยเทียบเคียงกับอาหารต่างประเทศซึ่งเป็นที่รู้จักกันดีในประเทศฝรั่งเศสเพื่อให้ชาวต่างชาติเข้าใจง่าย เช่น

- Kebabs de poulet à la Thaï
- Coleslaw Thaï : C'est un coleslaw avec un mélange aigre-doux de saveurs asiatiques.
- La soupe doit être assez épaisse, comme un ragoût.
- Le tofu ressemble à du fromage blanc mais, nature, il est de saveur neutre et on peut l'aromatiser de multiples façons.

การทับศัพท์ภาษาเวียดนามพบบ่อยในเครื่องปรุงอาหารซึ่งปรากฏใช้แทนศัพท์ภาษาฝรั่งเศสแท้ๆ หรือคำทับศัพท์ภาษาไทย เช่น

Ne mettez que très peu de sel, le nuoc mam étant très salé.

Remettre les lamelles de poulet dans le wok, ajouter la julienne de pois gourmands, puis la sauce nuoc-mam et les noix de cajou concassées.

#### 14. วัฒนธรรมในการปรุงและการรับประทานอาหารไทยในต่างประเทศ

การปรับเปลี่ยนและแทรกซ้อนทางวัฒนธรรมในการปรุงและการรับประทานอาหารไทยในต่างประเทศ เช่น สูตรอาหารมีการปรับเปลี่ยนใช้วัตถุดิบที่มีในท้องถิ่น การตกแต่งและวิธีการเสิร์ฟอาจแตกต่างกันไป เช่น

กับข้าวไทย Crevettes Siam แต่ปรุงด้วยเนย ไวน์และน้ำส้ม

Dans un Wok, faites chauffer une noix de beurre, la pâte de curry, le vin blanc, le jus d'orange, le gingembre et la citronnelle.

การเสิร์ฟข้าวเหนียวมะม่วงในถ้วยและหั่นชิ้นมะม่วงเป็นลูกเต๋า และเสิร์ฟเย็น ซึ่งแตกต่างกับการรับประทานข้าวเหนียวมะม่วงแบบไทย

Répartissez le riz dans des petites coupelles, recouvrez de petits dés de mangue et arrosez de sirop de coco. Servez bien frais.

## หมวดหมู่คำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับตำรับอาหารไทย

ผู้วิจัยได้จัดหมวดหมู่ของคำศัพท์เป็น 9 กลุ่มเพื่อความสะดวกในการค้นหาคำศัพท์ ดังนี้

1. อาหารและการครัว (Le repas et la cuisine)
2. อุปกรณ์การครัว (Les ustensiles de cuisine)
3. ผัก ผลไม้ และธัญพืช (Les légumes, les fruits et la céréale)
4. ผลิตภัณฑ์จากสัตว์ (Les produits animaux)
5. ส่วนประกอบอาหาร (Les ingrédients)
6. วิธีการประกอบอาหาร (La préparation)
7. การชั่งตวงวัด เวลาในการประกอบอาหาร และอุณหภูมิ  
(Les mesures, le temps de cuisson et la température)
8. รสชาติ และการปรุงรส (Les saveurs et l'assaisonnement)
9. คำคุณศัพท์บอกลักษณะและกริยาวิเศษณ์ (Les adjectifs et les adverbess)

รายการคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับตำรับอาหารไทยที่ผู้วิจัยจัดทำปรากฏอยู่ในภาคผนวก

## ข้อวิจารณ์

จากการศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับตำรับอาหารไทย มีข้อวิจารณ์ที่เป็นประโยชน์ต่อการจัดการเรียนการสอนภาษาดังนี้

1. จากการวิจัยนี้พบว่าคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสด้านการอาหารมีจำนวนไม่มาก เมื่อศึกษาคำศัพท์ 100,126 คำ พบว่ามีรูปคำศัพท์เกี่ยวกับตำรับอาหารไทยจำนวนทั้งสิ้นเพียง 2,794 รูปศัพท์ และเมื่อเพิ่มจำนวนคำที่ศึกษาเป็น 216,644 คำ ก็พบว่ามามีรูปคำศัพท์เกี่ยวกับตำรับอาหารไทยจำนวนทั้งสิ้นเพียง 2,975 รูปศัพท์ สเตรเวน (Stevens 1978:190) กล่าวถึงการกำหนดเนื้อหาในโปรแกรมภาษาเฉพาะกิจว่า ควรเลือกเฉพาะคำศัพท์ โครงสร้างทางไวยากรณ์และวัตถุประสงค์ในการใช้ภาษาที่ผู้เรียนต้องการ รวมทั้งหมวดเรื่องและหัวข้อเรื่อง (themes and topics) ควรเลือกเฉพาะหมวดเรื่อง หัวข้อเรื่อง สถานการณ์ และข้อความทั่วไปที่ผู้เรียนต้องการและจำเป็นต้องใช้ในงาน ดังนั้นการเรียนรู้ภาษาฝรั่งเศสให้สื่อสารได้ในบริบทของการอาหารจึงสามารถจัดการเรียนการสอนได้ในระยะเวลาสั้น

2. ในการเรียนการสอนภาษาควรให้ความสำคัญกับคำศัพท์กลุ่ม Function words หรือคำศัพท์ที่มีความหมายตามโครงสร้างภาษา หรือศัพท์ทางไวยากรณ์ เพราะมีความถี่สูงและจะทำให้การใช้ภาษาถูกต้องตามไวยากรณ์ ดังนั้นในการสอนและการเรียนภาษาจึงควรให้ความสำคัญแก่คำศัพท์กลุ่มนี้เป็นอันดับแรก รวมทั้งไวยากรณ์ที่เกี่ยวข้อง เป็นต้นว่าการใช้ articles หรือสรรพนาม le, la, les และ คำบุพบท à ในรูปต่างๆ เช่น

Égouttez la viande et ajoutez-la dans l'assiette.

Saumon glacé au gingembre, à l'orange et au vinaigre balsamique

ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับจากงานวิจัยของ Zeno, Iveno, Millard และ Duvuri (อ้างถึงใน Lehr Fran : 2008) พบว่าในหนังสือเรียนปรากฏคำศัพท์กลุ่ม Function Words อยู่ร้อยละ 50 และในความถี่นี้มีรูปศัพท์เพียง 107 คำ จะเห็นได้ว่า คำศัพท์กลุ่มนี้มีไม่มากแต่มีความถี่ในการใช้สูง

3. เรื่องยากในการเรียนภาษาฝรั่งเศสคือการกระจายรูปกริยาตามมาลา (mode) และกาล (temps) แต่จากการศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับตำรับอาหารไทยนี้ พบว่า mode หรือรูปกริยาที่ใช้บ่อยคือ infinitif, impératif, indicatif, participe présent และ participe passé ดังนั้นการเรียนรู้อาหารฝรั่งเศสให้สื่อสารได้ในบริบทของการอาหารจึงไม่จำเป็นต้องเรียนการกระจายรูปกริยาทุก modes ทุก temps และทุกประธาน แต่เลือกเฉพาะที่จำเป็นใช้งาน ซึ่งสเตรเวน (Stevens 1978:190) ได้กล่าวถึง ประเด็นหนึ่งที่ต้องพิจารณา คือ การเลือก ควรเลือกเฉพาะคำศัพท์ โครงสร้างทางไวยากรณ์และวัตถุประสงค์ในการใช้ภาษาที่ผู้เรียนต้องการ

4. มาตราชั่ง-ตวง-วัด ระบบเมตริกมีกำเนิดอยู่ในวัฒนธรรมฝรั่งเศส ดังนั้นการสื่อสารที่จะทำให้นักในวัฒนธรรมฝรั่งเศสเข้าใจง่ายจึงจำเป็นต้องเป็นมาตราชั่ง-ตวง-วัด ในระบบเมตริก ได้แก่ centimètre, litre, gramme เป็นต้น สำหรับวัฒนธรรมไทยที่ไม่คุ้นเคยกับการบอกอัตราส่วนของเครื่องปรุงอาหารด้วยมาตราชั่ง-ตวง-วัด ระบบเมตริก ที่มีการระบุอย่างละเอียด เช่น ml. (millilitre) dl. (décilitre) จึงควรศึกษาเรื่องนี้ให้แม่นยำเพื่อสามารถอธิบายหรือให้ข้อมูลเกี่ยวกับปริมาณเครื่องปรุงอาหารแก่ชาวต่างชาติต่างวัฒนธรรมได้อย่างชัดเจน

5. ความรู้เกี่ยวกับวัฒนธรรมสภาพแวดล้อมของชนชาติเจ้าของภาษามีความสำคัญต่อการเรียนรู้และสื่อสารภาษาต่างประเทศนั้นๆ ในการปรุงอาหารไทยอาจจำเป็นต้องปรับเปลี่ยนตามสภาพแวดล้อมในวัฒนธรรมนั้น เป็นต้นว่าการใช้วัตถุดิบในการปรุงอาหารไทยในต่างประเทศจำเป็นต้องดัดแปลงใช้วัตถุดิบที่มีอยู่ในตลาดประเทศนั้นๆ ทดแทนวัตถุดิบในการปรุงอาหารไทยแท้ๆ ซึ่งอาจหาไม่ได้ เช่น การใช้ pâtes japonaises (soba, ramen) แทนที่ใช้ก๋วยเตี๋ยวเส้นจันท์ซึ่งควรเป็น pâtes de riz thaïlandaises หรือการใช้ใบมะนาว (feuilles de citron) แทนใบมะกรูดในการทำ

ต้มยำ เช่น “Ajouter les feuilles de citron, la sauce à l’huile, la sauce au soja, la pâte à tom yum et le poulet.” อย่างไรก็ตามก็ดีวัตถุประสงค์ในการปรุงอาหารที่แปลกไปดังกล่าวย่อมทำให้อาหารชาวต่างชาติที่เป็นไทยแท้ๆ

6. การอธิบายเรื่องของอาหารไทยให้ชาวฝรั่งเศสเข้าใจ อาจทำให้ง่ายขึ้นด้วยการเทียบเคียงกับสิ่งที่เขารู้จักกันดีในประเทศฝรั่งเศสเพื่อให้เขาเห็นภาพพจน์และเข้าใจง่าย เช่น

Kebabs de poulet à la Thai.

La soupe doit être assez épaisse, comme un ragoût.

ทั้ง kebabs และ ragoût เป็นอาหารที่แพร่หลายและชาวฝรั่งเศสต่างรู้จักดี

7. คำศัพท์บางคำมีความหมายเฉพาะสำหรับการครัว ซึ่งแตกต่างจากการใช้คำศัพท์คำนี้ในสถานการณ์ทั่วไป เช่น blanc มีความหมายโดยทั่วไปคือ “สีขาว” แต่ในเรื่องของอาหาร blanc เป็นคำนามเพศชายมีความหมายว่า blanc de poulet คือเนื้อส่วนอกไก่ « Faire revenir les blancs dans un peu de matière grasse. » ดังนั้นการเรียนรู้คำศัพท์ต่างๆ จึงจำเป็นต้องรู้ความหมายที่อยู่ในบริบทของการอาหารด้วย

8. การสอนและการเรียนรู้คำศัพท์ควรชี้ให้เห็นความสัมพันธ์ของการกระจายรูปคำศัพท์จากรากศัพท์ โดยการฝึกสังเกตรากศัพท์และหน่วยคำที่นำมาประกอบข้างหน้าหรือข้างหลังหน่วยคำหลัก ซึ่งจะทำให้เกิดคำที่มีความหมายใหม่ เพื่อให้ผู้เรียนสามารถเดาความหมายของคำศัพท์ได้มากขึ้น เช่น

pre- มีความหมายว่า “ทำ...ล่วงหน้า” เช่น

précuit มีความหมายว่า “ทำให้สุกก่อน”

- 120 gr. de blanc de poulet précuit et haché.

prélever มีความหมายว่า “ตักขึ้นก่อน”

- Prélevez la chair du poisson, incorporez-la à la pâte de piments

é- มีความหมายว่า “ทำให้...” เช่น

mince > émincer มีความหมายว่า “บาง, ทำให้...บาง”

- émincer... en lamelles (v) ซอย Émincer la bavette en lamelles.

égoutter มีความหมายว่า “ทำให้น้ำหยด”

- Passer les calamars sous l’eau froide et laisser égoutter.

eur มีความหมายถึง “ตัวกระทำกร” เช่น

congélateur มาจาก congeler, cuiseur มาจาก cuire, mixeur มาจาก mixer

- Le passage au congélateur va permettre une découpe plus aisée de la viande.

- Disposer les légumes dans la partie haute du cuiseur à vapeur et les cuire à la vapeur durant 5 minutes.

- Dans un mixeur, réunir le gingembre frais, le piment oiseau et la coriandre.

eur อาจมีความหมายว่า “ความ...” เช่น

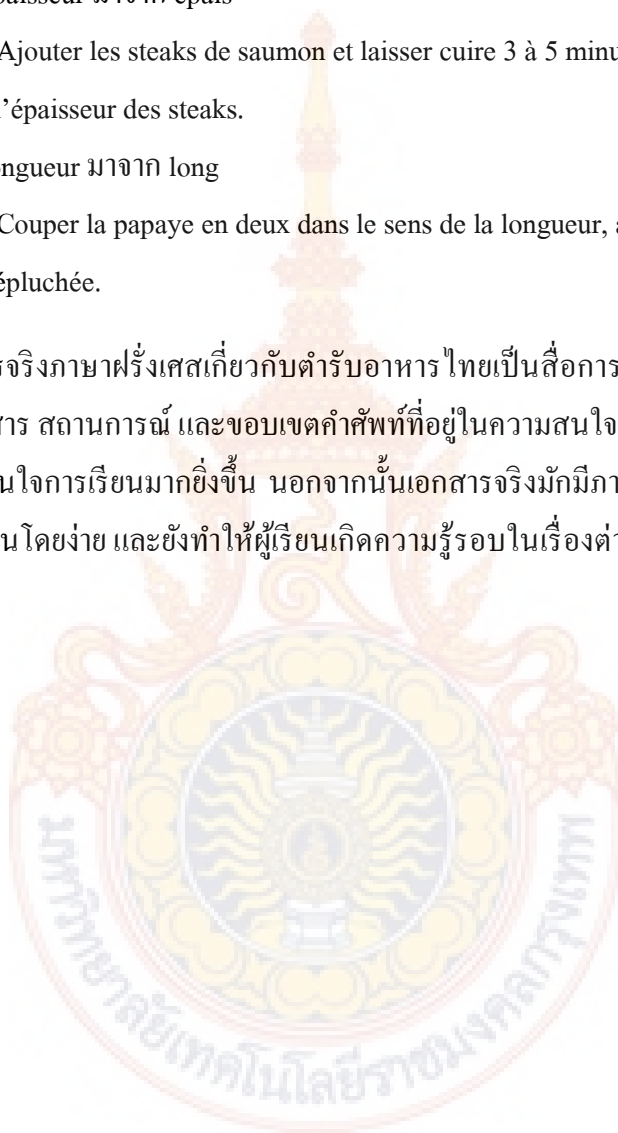
épaisseur มาจาก épais

- Ajouter les steaks de saumon et laisser cuire 3 à 5 minutes de chaque côté selon l'épaisseur des steaks.

longueur มาจาก long

- Couper la papaye en deux dans le sens de la longueur, après l'avoir délicatement épluchée.

9. เอกสารจริงภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับตำรับอาหารไทยเป็นสื่อการเรียนรู้ที่มีประโยชน์ เพราะรูปลักษณ์ของเอกสาร สถานการณ์ และขอบเขตคำศัพท์ที่อยู่ในความสนใจของผู้เรียน จึงเป็นแรงจูงใจที่ดึงดูดให้ผู้เรียนสนใจการเรียนรู้มากยิ่งขึ้น นอกจากนั้นเอกสารจริงมักมีภาพประกอบ มีสีสรรที่ช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจบทเรียนโดยง่าย และยังทำให้ผู้เรียนเกิดความรู้รอบในเรื่องต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับเอกสารจริงนั้นๆ ด้วย



## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

#### สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทย” มีผลการวิจัยโดยสรุปดังนี้

##### 1. จำนวนความถี่ของคำศัพท์และรูปศัพท์

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์คำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยที่ปรากฏบนอินเทอร์เน็ต จำนวนความถี่รวมทั้งสิ้น 216,644 ครั้ง เมื่อตัดคำทับศัพท์ภาษาไทย คำศัพท์ภาษาอังกฤษ และศัพท์ภาษาต่างประเทศอื่นๆ รวมทั้งชื่อผลิตภัณฑ์สินค้าออกแล้ว เหลือความถี่คำศัพท์ 213,929 ครั้ง พบว่ามีรูปคำศัพท์เพื่อการปรุงอาหารไทยที่จำนวนทั้งสิ้นเพียง 2,975 รูปศัพท์

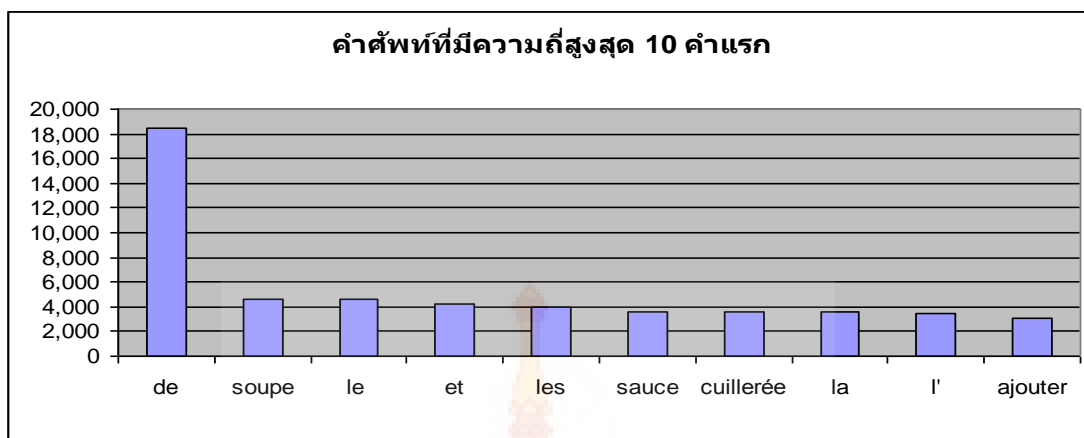
##### 2. รูปคำศัพท์

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์คำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยที่ปรากฏบนอินเทอร์เน็ต จำนวน 216,644 คำ พบว่ามีคำศัพท์เกี่ยวกับคำรับอาหารไทยจำนวนทั้งสิ้นเพียง 2,975 คำศัพท์ ในจำนวนนี้พบว่าคำศัพท์ประเภทคำกริยาในกาลต่างๆ มีการกระจายหลายรูป แต่ส่วนใหญ่จะอยู่ในรูปประโยคคำสั่งประธาน vous และในรูปของกริยาต้นแบบหรือ infinitif โดยผู้วิจัยได้นับรวมไว้ในรูปของ infinitif เพื่อให้คำกริยานั้นๆ ที่กระจายอยู่ในรูปต่างๆ มีความถี่ตามระดับที่เป็นจริง อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยได้แยกรูปของ participe présent กับ participe passé ไว้ต่างหาก เช่น contenir ปรากฏ 13 ครั้ง contenant ปรากฏ 7 ครั้งและ contenu ปรากฏ 16 ครั้ง สำหรับคำนามซึ่งมีทั้งรูปเอกพจน์ พหูพจน์ จะนำเสนอไว้ในรูปเอกพจน์ สำหรับคำคุณศัพท์ซึ่งมีทั้งรูปเอกพจน์และพหูพจน์ รูปเพศหญิงและเพศชาย ผู้วิจัยได้นำเสนอไว้ในรูปของเพศชาย เอกพจน์ หรือรูปที่ปรากฏบ่อย

##### 3. คำศัพท์ที่มีความถี่สูงสุด

การปรากฏของคำศัพท์ที่มีความถี่สูงสุดคือ de ปรากฏ 18,518 ครั้ง ในจำนวนคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยทั้งหมด 213,929 ครั้งหรือคิดเป็นร้อยละ 8.65 สำหรับคำศัพท์ที่มีความถี่สูงสุดทั้งหมด 10 คำแรกมีการปรากฏคิดเป็นร้อยละ 24.94





**แผนภูมิที่ 2 แผนภูมิแสดงคำศัพท์ที่มีความถี่สูงสุด 10 คำแรก**

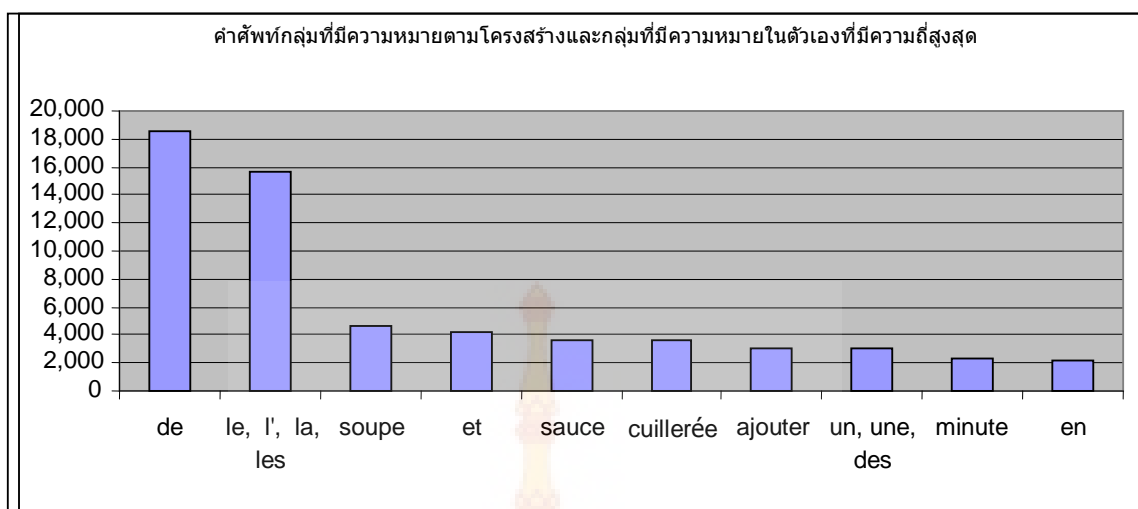
#### 4. ความถี่ของการปรากฏของกลุ่มคำ

การวิจัยครั้งนี้จะเน้นเฉพาะคำเดี่ยว แต่ยังมีคำศัพท์จำนวนมากที่ปรากฏเป็นกลุ่มคำ และมีความหมายจำเพาะ กลุ่มคำเหล่านี้จึงถูกนับแยกเป็นคำๆ ไป เช่น chou chinois (ผักกาดขาว) จะถูกแยกนับเป็น 2 คำ คือ chou และ chinois ส่วน feuilles de basilic sacré (ใบกะเพรา) จะถูกแยกนับเป็น 4 คำ คือ feuilles, de, basilic และ sacré ดังนั้นศัพท์ต่างๆ ที่จำเป็นให้ผู้เรียนจึงควรจดจำคำศัพท์ที่เป็นกลุ่มคำเหล่านั้น

#### 5. สัดส่วนกลุ่มคำศัพท์ที่มีความหมายตามโครงสร้าง (Function words) และกลุ่มคำศัพท์ที่มีความหมายในตัวเอง (Content words)

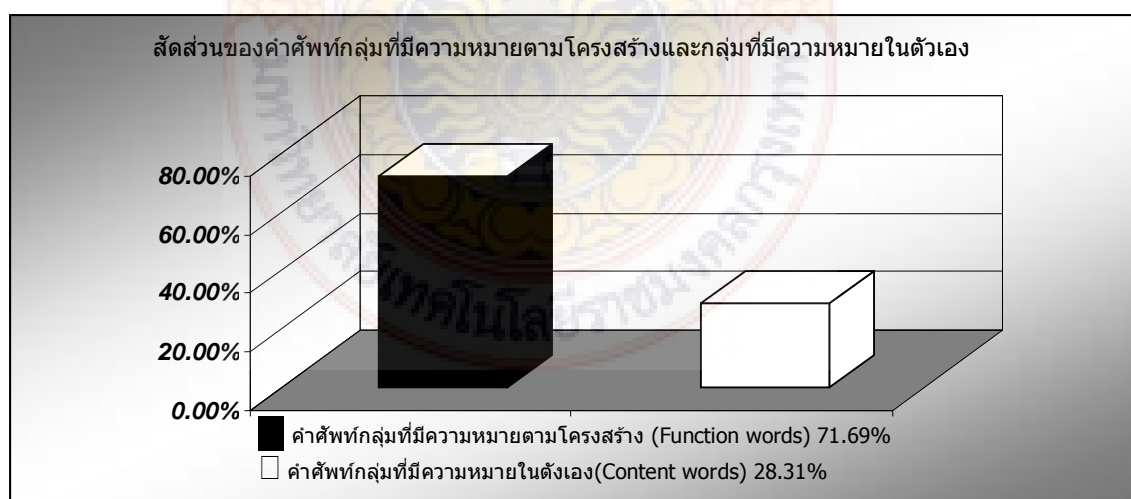
การรวมคำศัพท์กลุ่มคำศัพท์ที่มีความหมายตามโครงสร้าง (Function words) โดยการจัดกลุ่มคำศัพท์ในลำดับที่ 1-12 ประกอบด้วย articles définis และสรรพนาม le, la, l', les ไว้ด้วยกัน พบว่ากลุ่ม le, la, l', les จะขึ้นมากอยู่ในลำดับที่สอง จำนวนความถี่ 15,658 ครั้ง และถ้ารวม articles indéfinis: un, une, des ไว้ด้วยกัน กลุ่ม un, une, des จะขึ้นมากอยู่ในลำดับที่ 8 จำนวนความถี่ 3,049 ครั้ง และได้ลำดับที่ 10 คือ en จำนวนความถี่ 2,186 ครั้ง ตารางคำศัพท์กลุ่มคำศัพท์ที่มีความหมายตามโครงสร้าง และกลุ่มคำศัพท์ที่มีความหมายในตัวเองที่มีความถี่สูงสุด 10 อันดับแรกมีปรากฏดังนี้





แผนภูมิที่ 3 แผนภูมิแสดงคำศัพท์กลุ่มที่มีความหมายตามโครงสร้างและกลุ่มที่มีความหมายในตัวเองที่มีความถี่สูงสุด

กลุ่มคำศัพท์ที่มีความหมายตามโครงสร้าง (Function words) อยู่ในลำดับที่ 1, 2, 4, 8 และ 10 มีจำนวนความถี่รวม 43,641 ครั้ง มีความถี่ที่ปรากฏคิดเป็นร้อยละ 20.40 ของความถี่คำศัพท์ทั้งหมดรวมกันทั้งสิ้น 213,929 ครั้ง หรือคิดเป็นความถี่ร้อยละ 71.69 ของความถี่คำศัพท์ในลำดับที่ 1-10 ส่วนที่เหลือลำดับที่ 3, 5, 6, 7, และ 9 จัดเป็นคำศัพท์กลุ่มที่มีความหมายในตัวเอง (Content words) จำนวนความถี่รวม 17,231 ครั้ง มีความถี่ที่ปรากฏคิดเป็นร้อยละ 8.05 ของความถี่คำศัพท์ทั้งหมด และคิดเป็นความถี่ร้อยละ 28.31 ของความถี่คำศัพท์ในลำดับที่ 1-10



แผนภูมิที่ 4 แผนภูมิแสดงสัดส่วนของคำศัพท์กลุ่มที่มีความหมายตามโครงสร้างและกลุ่มที่มีความหมายในตัวเอง

## 6. รูปคำเหมือนกันแต่มีหน้าที่ต่างกัน

คำที่มีความถี่สูงสุดเป็นอันดับสองคือ le, la, l', และ les สามารถเป็นได้ทั้ง articles définis และสรรพนามที่ทำหน้าที่เป็นกรรมตรง (complément objet direct) เช่น

Pelez le potiron et coupez-le en cubes.

Faites décongeler les crevettes. Décortiquez-les en gardant l'éventail de la queue.

## 7. รูปคำกริยา

คำกริยาที่ใช้มากมีทั้งอยู่ในรูป infinitif, impératif, participe présent และ participe passé เช่น **laisser**

Laisser cuire à feu doux durant 5 minutes tout en remuant de temps en temps.

Laissez frémir 5 min à feu très doux.

Nettoyez et coupez les cébettes en quatre dans le sens de la longueur, en laissant 10 cm. de queue verte.

## 8. คำศัพท์มาตราชั่ง-ตวง-วัด ในระบบเมตริก

เอกสารจริงภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับตำรับอาหารไทยที่ปรากฏบนอินเทอร์เน็ตปรากฏคำศัพท์ที่เป็นมาตราชั่ง-ตวง-วัด ในระบบเมตริกเป็นส่วนใหญ่ เช่น millimètre, centimètre, litre, millilitre, kilogramme เป็นต้น

## 9. คำศัพท์ในรูปอักษรย่อ

ในเอกสารจริงภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับตำรับอาหารไทยที่ปรากฏบนอินเทอร์เน็ตพบการใช้อักษรย่อเกี่ยวกับการชั่งตวงวัด อุณหภูมิ และเวลา ซึ่งมีคำศัพท์บางคำใช้ทั้งอักษรย่อและคำเต็ม แต่ส่วนใหญ่จะอยู่ในรูปย่อ เช่น cuil. à soupe (cuillerée à soupe) หมายถึงช้อนแกงหรือช้อนโต๊ะ cuil. à café หรือ c. à café (cuillerée à café) หมายถึงช้อนกาแฟ °C หมายถึงองศาเซลเซียส cc หมายถึงซีซี cm. (centimètre) หมายถึงเซนติเมตร L. (litre) หมายถึงลิตร ml. (millilitre) หมายถึงมิลลิลิตร dl. (décilitre) หมายถึงเดซิลิตร g. หรือ gr. (gramme) หมายถึงกรัม mn. (minute) หมายถึงนาที เป็นต้น

## 10. คำศัพท์แสดงลำดับขั้น

การบรรยายขั้นตอนการปรุงอาหารปรากฏคำศัพท์ที่แสดงลำดับขั้นที่มีทั้งคำบุพบท กริยาวิเศษณ์ และสันธาน เช่น avant, juste avant, fin, à la fin, avant la fin, ensuite, dernière fois, jusqu'à, au moment de servir, quelques instants, pendant ce temps, puis, lorsque, quand, enfin เป็นต้น

### 11. การสร้างคำใหม่ด้วยการเติม préfixe และ suffixe

การนำคำศัพท์มาจัดเรียงกันตามลำดับอักษรทำให้ได้เห็นการใช้คำศัพท์ในรูปแบบต่างๆ ที่มารากศัพท์เดียวกัน หน่วยคำที่นำมาประกอบข้างหน้า (préfixe) หรือหน่วยคำที่นำมาประกอบข้างหลัง (suffixe) ของหน่วยคำหลัก (base) จะทำให้เกิดคำที่มีความหมายใหม่ หรือทำให้คำศัพท์ปรับเปลี่ยนหน้าที่ทางไวยากรณ์ เช่น

ajouter > rajouter

chauffer > préchauffer

congeler > congélateur > congélation > congelé > décongeler

préparer > préparation > préparé

### 12. การปรากฏของคำศัพท์ภาษาไทย

ในเอกสารจริงภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับตำรับอาหารไทยที่ปรากฏบนอินเทอร์เน็ตปรากฏการใช้คำศัพท์ภาษาไทยจำนวนมาก ทั้งการทับศัพท์ชื่ออาหารและชื่อเครื่องปรุงต่างๆ ด้วยอักษรโรมันสะกดตามเสียงไทย เช่น Crevettes crues au jus de lime (Khung Manao), Homard au curry massamam (Khaeng Mussamam Khung), Curry rouge aux moules et à l'ananas (Khaeng Hoï Sapparot) และ Soupe de crevettes à la citronnelle (Tom Yam Khung), Riz sauté aux crevettes et basilic thaï (Khao Pad Khung Kaprow) เป็นต้น

### 13. การปรากฏของคำศัพท์ภาษาอื่นๆ

ตำราการปรุงอาหารไทยที่ปรากฏบนอินเทอร์เน็ต เป็นสื่อสำหรับชาวฝรั่งเศสหรือคนที่ใช้ภาษาฝรั่งเศสซึ่งไม่ได้พำนักอยู่ในประเทศไทย ดังนั้นการเรียกหรือบรรยายอาหารหรือเครื่องปรุงต่างๆ เพื่อให้ผู้รับสารที่ต่างวัฒนธรรมเข้าใจง่ายจึงใช้การเทียบเคียงกับสิ่งที่รู้จักหรือสิ่งที่พบเห็นได้ง่ายในบริบทนั้นๆ ทำให้มีคำศัพท์ภาษาอื่นๆ ปรากฏอยู่มาก เช่น Kebabs de poulet à la Thaï, Coleslaw Thaï : C'est un coleslaw avec un mélange aigre-doux de saveurs asiatiques., La soupe doit être assez épaisse, comme un ragoût.

นอกจากนี้ เนื่องจากประเทศฝรั่งเศสมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับประเทศเวียดนาม และมีประชากรเชื้อสายเวียดนามอาศัยอยู่มาก จึงพบได้บ่อยครั้งว่ามีการใช้คำทับศัพท์ภาษาเวียดนามในเครื่องปรุงอาหารแทนคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศส หรือคำทับศัพท์ภาษาไทย เช่น Ne mettez que très peu de sel, le nuoc mam étant très salé.

#### 14. การเรียกเครื่องปรุงอาหารไทยด้วยรูปศัพท์ที่หลากหลาย

เครื่องปรุงอาหารในรายการอาหารไทยประเภทใดที่ไม่ใช่ผลิตผลในภาคพื้นยุโรปจะปรากฏการเรียกชื่อที่หลากหลาย เช่นมะกรูด มีชื่อเรียกหลายชื่อ เช่น bergamote, combava, cumbava, lime kaffir, kafir, makrut ดังตัวอย่างต่อไปนี้

Décorez d'une feuille de combava et de rondelles fines de piment.

Ajouter le basilic ciselé, les piments et le chou découpés en morceaux, et la bergamote ciselée.

เห็ดหูหนูก็มีชื่อเรียกหลายชื่อ เช่น champignons noirs, champignons noirs déshydratés, champignons chinois noirs, oreille de judas ดังตัวอย่างต่อไปนี้

Rincer les champignons chinois noirs.

Ajoutez les champignons de paille, les champignons noirs déshydratés, et les blancs de poulet coupés en dés.

#### 15. ความแตกต่างทางวัฒนธรรม

การปรับเปลี่ยนและแทรกซ้อนทางวัฒนธรรมในการปรุงและการรับประทานอาหารไทยในต่างประเทศ เช่น สูตรอาหารมีการปรับเปลี่ยนใช้วัสดุที่มีในท้องถิ่น การเพิ่มเติมสูตรอาหารไทยตามความชอบของชาวตะวันตกซึ่งไม่ใช่อาหารไทยแท้ๆ นอกจากนี้การตกแต่งและวิธีการเสิร์ฟยังมีความแตกต่างกัน เช่น ใส่เนยในการปรุงกับข้าวไทย การเสิร์ฟข้าวเหนียวมะม่วงโดยเสิร์ฟเย็น ซึ่งคนไทยจะเสิร์ฟในอุณหภูมิห้อง

สรุปผลการศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยที่มีความถี่ในการใช้สูง 2,000 คำแรก พบว่า คำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยที่ปรากฏบนอินเทอร์เน็ตจำนวน 2,000 คำแรก นับจากคำศัพท์ที่มีความถี่สูงสุดลำดับที่หนึ่งคือ 18,518 ครั้ง จนถึงคำศัพท์ที่มีความถี่ 2 ครั้ง คำศัพท์ลำดับที่ 1- 2,119 รวมเป็นคำศัพท์ 2,119 คำ มีปรากฏความถี่ของคำศัพท์ทั้งสิ้น 213,341 ครั้ง ความถี่ของคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสทั้งหมด 213,929 ครั้ง มี 2,975 รูปศัพท์ คำศัพท์ภาษาฝรั่งเศส 2119 คำแรก คิดเป็นร้อยละ 71.23 ของคำศัพท์ทั้งหมดจำนวน 2,975 คำ และคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศส 2119 รูปศัพท์ มีความถี่ 213,341 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 99.73 ของจำนวนความถี่คำศัพท์ทั้งหมด 213,929 ครั้ง ดังตารางต่อไปนี้

**ตารางที่ 5 สัดส่วนของรูปศัพท์และความถี่คำศัพท์ 2119 คำ ต่อคำศัพท์ทั้งหมด**

	จำนวนรูปศัพท์ ภาษาฝรั่งเศส	จำนวนความถี่คำศัพท์ ภาษาฝรั่งเศส
คำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสทั้งหมด	2,975 รูปศัพท์	213,929 ครั้ง
คำศัพท์ภาษาฝรั่งเศส 2119 คำแรก	2,119 รูปศัพท์	213,341 ครั้ง
สัดส่วนของรูปและความถี่คำศัพท์ 2119 คำ ต่อคำศัพท์ทั้งหมด	71.23 %	99.73 %

**ข้อเสนอแนะสำหรับการจัดการเรียนการสอนภาษาฝรั่งเศส**

จากการวิจัย “เรื่องการศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทย” ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะสำหรับการจัดการเรียนการสอนภาษาฝรั่งเศส ดังนี้

1. จากการวิเคราะห์คำศัพท์เกี่ยวกับคำรับอาหารไทยจำนวน 216,644 คำ พบว่ามีรูปคำศัพท์เพียง 2,975 รูปศัพท์ แสดงให้เห็นว่าคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสด้านการอาหารมีจำนวนไม่มาก ดังนั้นการจัดการเรียนภาษาฝรั่งเศสเพื่อการสื่อสารในการประกอบอาหาร จึงควรเป็นการเรียนภาษาเฉพาะด้าน ซึ่งจะทำให้ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ภาษาเพื่อการสื่อสารได้ในระยะเวลาอันสั้น

2. จากการวิจัยพบว่าคำศัพท์กลุ่ม Function words หรือคำศัพท์ที่มีความหมายตามโครงสร้างมีความถี่ในการใช้สูง ดังนั้น ผู้สอนจึงควรให้ความสำคัญกับคำศัพท์กลุ่มนี้มากขึ้น เพราะมีจำนวนคำไม่มากเมื่อเทียบกับคำศัพท์กลุ่ม Content words แต่จะทำให้การใช้ภาษาถูกต้องตามโครงสร้างไวยากรณ์

3. จากการศึกษาเอกสารจริงภาษาฝรั่งเศสที่ปรากฏในเว็บไซต์บนเครือข่ายอินเทอร์เน็ตในการวิจัยครั้งนี้ พบว่า เอกสารต่างๆ มีสีสันสวยงามและมีรูปแบบน่าสนใจ ผู้สอนสามารถนำมาใช้เป็นสื่อการสอนได้เป็นอย่างดี และยังเป็นการประหยัดค่าใช้จ่ายอีกด้วย

**ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป**

จากการวิจัย “เรื่องการศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทย” ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป ดังนี้

1. ควรมีการวิจัยต่อเนื่องโดยการสร้างบทเรียนภาษาฝรั่งเศสเพื่อการปรุงอาหารไทยโดยนำคำศัพท์ที่มีความถี่สูงซึ่งเป็นผลจากการศึกษาคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยในครั้งนี้มาสร้างเป็นบทเรียนสำหรับนักศึกษาวิศวกรรมศาสตร์

2. ควรมีการวิจัยสร้างบทเรียนสำเร็จรูปภาษาฝรั่งเศสเพื่อการอาหารไทย บนเครือข่ายอินเทอร์เน็ต โดยใช้คำศัพท์ที่มีความถี่สูงซึ่งเป็นผลจากการวิจัยครั้งนี้มาสร้างเป็นบทเรียน



## บรรณานุกรม

- [1] จันทิมา ชูวานนท์, “เทคนิคการเรียนรู้คำศัพท์ภาษาฝรั่งเศส”, ศูนย์ภาษา มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี, 2549.
- [2] \_\_\_\_\_, “คำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสในเอกสารการท่องเที่ยวเพื่อการเรียนรู้และการสอน”, สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี, 2550.
- [3] ทศนีย์ ลิ้มสุวรรณ, “การพัฒนาศักยภาพของอาหารไทย เพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยว”, มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2548, แหล่งที่มา : [http://www.thaifoodtoworld.com/home/researchdetail.php?research\\_id=23](http://www.thaifoodtoworld.com/home/researchdetail.php?research_id=23), สืบค้นเมื่อ 14 พฤศจิกายน 2554.
- [4] พระริ้ววิรัชพากย์, “พจนานุกรม ฝรั่งเศส-ไทย”, นครเขมมเบ็ดเตล็ด, 2537.
- [5] เพลินใจ ดังคณะกุล และคณะ, “การพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหารไทยสุขภาพเสริมยุทธศาสตร์ครัวไทยสู่โลก”, สถาบันค้นคว้าและพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, แหล่งที่มา : [http://www.thaifoodtoworld.com/home/researchdetail.php?research\\_id=5](http://www.thaifoodtoworld.com/home/researchdetail.php?research_id=5), สืบค้นเมื่อ 15 พฤศจิกายน 2554.
- [6] มติชน, “พจนานุกรมฉบับมติชน”, สำนักพิมพ์มติชน, 2547.
- [7] ศิธร แสงธนู และกิด พงศทัต, “คู่มือครูภาษาอังกฤษภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ”, ไทยวัฒนาพานิช, 2521, หน้า 35.
- [8] สถาบันจิตวิทยาความมั่นคง, 2545, “ศึกษาเฉพาะกรณีเรื่อง อาหารจากไทยก้าวไกลสู่ครัวโลก”, แหล่งที่มา : [http://www.thaifoodtoworld.com/home/researchdetail.php?research\\_id=27](http://www.thaifoodtoworld.com/home/researchdetail.php?research_id=27), สืบค้นเมื่อ 6 พฤศจิกายน 2554.
- [9] สว่าง วงศ์พัฑฒัน, “พจนานุกรมดวงกมล ฝรั่งเศส-ไทย”, สำนักพิมพ์ดวงกมล, 2544.
- [10] สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, “แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 พ.ศ. 2545-2549”, แหล่งที่มา : <http://www.nesdb.go.th/Default.aspx?tabid=91>, สืบค้นเมื่อ 5 พฤศจิกายน 2554.
- [11] สำราญ โพธิ์จาด, 2546, “การศึกษาการเรียนการสอนวิธีทำอาหารไทยสำหรับนักท่องเที่ยวต่างชาติ”, แหล่งที่มา : [http://www.thaifoodtoworld.com/home/researchdetail.php?research\\_id=21](http://www.thaifoodtoworld.com/home/researchdetail.php?research_id=21), สืบค้นเมื่อ 8 พฤศจิกายน 2554.
- [12] อภิชาติ คานนนิม, “การศึกษาความเข้าใจในเอกสารจริงของผู้เรียนภาษาญี่ปุ่นชั้นต้น กรณีนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนรัฐบาลเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล”, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2549.



- [13] เอ็กซ์ไซท์ ไทยโพสต์, “กม.นำเที่ยวที่สุดใน 10 เมืองใหญ่เอเชีย”, ฉบับที่ 4754, 2552, หน้า 2.
- [14] Allrecipes France, Available from: <http://allrecipes.fr/recettes/tag-2517/recette-thai.aspx?search>, Retrieved on Feb 22, (2012).
- [15] American Association of Teachers of French, 2007, “Top Reasons to Take French”, Available from: <http://www.theworldspeaksfrench.org/reasons.html>, Retrieved on Dec 7, (2011).
- [16] Au bout du monde, Available from: [http://leboutdumonde.canalblog.com/archives/recettes\\_thaies\\_\\_desserts/index.html](http://leboutdumonde.canalblog.com/archives/recettes_thaies__desserts/index.html), Retrieved on Feb 24, (2012).
- [17] Aufeminine, Available from: <http://www.aufeminin.com/idees-recette-de-cuisine-thailandaise.html>, Retrieved on Feb 27, (2012).
- [18] CuisineAZ.com, Available from: <http://www.cuisineaz.com/cuisine-du-monde/thailande-148.aspx>, Retrieved on Feb 19, (2012).
- [19] Délice du monde, Available from: <http://www.delices-du-monde.fr/recettes-thailandaise.html>, Retrieved on Mar 7, (2012).
- [20] Dictionnaires Le Robert, “Le Robert dictionnaire d’aujourd’hui”, Paris : Dictionnaires Le Robert, 1993.
- [21] \_\_\_\_\_, “Reading, Language, and Literacy: Instruction for the Twenty-First Century”, Hillsdale, New Jersey : Lawrence Erlbaum Associates Publishers, 1994.
- [22] Francis W.N. and Kucera H., “Frequency Analysis of English Usage”, Houghton Mifflin : Boston, 1982.
- [23] Goosto.fr les plaisir du goût, Available from: <http://www.goosto.fr/recette-de-cuisine/theme/cuisine-thailandaise-10002330.htm>, Retrieved on Mar 11, (2012).
- [24] HotelClub Travel Blog, “Top 10 Most Tasty Cuisines in the World”, Available from: <http://blog.hotelclub.com/top-10-international-cuisine/>, Retrieved on Nov 7, (2011).
- [25] Journal des femmes, Available from: <http://cuisine.journaldesfemmes.com/recette-thailande>, Retrieved on Mar 16, (2012).
- [26] Lehr Fran., N.D. A Focus on Vocabulary. Available from: [http://www.prel.org/products/re\\_ES0419.htm](http://www.prel.org/products/re_ES0419.htm). Retrieved on Mar 7, (2012).
- [27] Leslie D; Russel H.; Govan P., 2004, “Foreign Language Skills and the Needs of the UK Tourism Sector”, Available from: [http://www.eric.ed.gov/ERICWebportal/home.portal?\\_nfpb=true&ERIC](http://www.eric.ed.gov/ERICWebportal/home.portal?_nfpb=true&ERIC), Retrieved on Nov 14, (2011).



- [28] Lewis M. Paul, "Ethnologue: Languages of the World, 16<sup>th</sup> edition", Available from: <http://www.sil.org/resources/publications/entry/6133>, Retrieved on Dec 8, (2011).
- [29] Marie-Noëlle Lamy. 2000. The Cambridge French-English Thesaurus. Cambridge : Cambridge University Press. 326p.
- [30] Martinez Alejandro G., 2002 , "Authentic Materials: An overview", Available from: <http://www3.telus.net/linguisticsissues/authenticmaterials.html>, Retrieved on Dec 15, (2011).
- [31] Murray E.V., 2007. "Thailand -The Kitchen of the World, Origin and Growth of the Thai Food Industry & Lessons for India", CAB CALLING. April-June, 2007. pp 16-26, Available from: <http://cab.org.in/CAB%20Calling%20Content/Financial%20Inclusion%20-%20A%20Study%20of%20Business%20Correspondents%20in%20Orissa/Thailand%20-%20The%20Kitchen%20of%20The%20world.pdf>, Retrieved on Nov 20, (2011).
- [32] Nation Paul, "Teaching and Learning Vocabulary", Boston : MA Heinle & Heinle, 1990.
- [33] Nelson Michael, 2000, "A Corpus-based Study of the Lexis of Business English and Business English Teaching Materials", Available from: <http://www.users.utu.fi/~micnel/thesis.html>, Retrieved on Nov 2, (2011).
- [34] Oura K. Gail, 2005, "Authentic Task-based Materials : Bringing the Real World into the Classroom", Available from: <http://www.jrc.sophia.ac.jp/kiyou/ki21/gaio.pdf>, Retrieved on Dec 2, (2011).
- [35] Restaurant thaïlandais, Available from: <http://www.restaurant-thaïlandais.com/>, Retrieved on Mar 21, (2012).
- [36] Richard C. Jack, "Curriculum Development in Language Teaching", Cambridge: Cambridge University Press, 2001.
- [37] Robert Lado, "Language Teaching : A Scientific Approach", 1964.
- [38] Saint Ignatius High School, 2011, "The World's Most Widely Spoken Languages", Available from: <http://www2.ignatius.edu/faculty/turner/languages.htm>, Retrieved on Dec 8, (2011).
- [39] Saveurs thaïlandaise, Available from: [http://users.skynet.be/saveurs\\_thaïlandaises/](http://users.skynet.be/saveurs_thaïlandaises/), Retrieved on Mar 23, (2012).
- [40] SOS Cuisine, Available from: [http://www.soscuisine.com/fr/recettes/recherche/simple/cuisine-du-monde/thai?sos\\_l=fr](http://www.soscuisine.com/fr/recettes/recherche/simple/cuisine-du-monde/thai?sos_l=fr), Retrieved on Mar 26, (2012).
- [41] Strevens P., "Teaching English as an International Language From Practice to Principle",

Oxford : Pergamon Press, 1978, pp.190.

- [42] Tempting Magazine / Recettes de cuisine / Thaïlande, Available from:  
<http://www.temptingplaces.com/magazine-voyage-fr/recettes-de-cuisine/pays/t/thaïlande/>,  
 Retrieved on Apr 4, (2012).
- [43] Textalyser, Available from: <http://textanalyser.net>, Retrieved on Feb 17, (2012).
- [44] Thaïlande-Guide.com, Available from:  
<http://www.thaïlande-guide.com/dossiers/cuisine-thaie.html>, Retrieved on Apr 7, (2012).
- [45] Top recette.com, Available from: [http://www.toprecettes.com/categorie.php?cat=recettes\\_de\\_cuisine\\_thaïlandaise](http://www.toprecettes.com/categorie.php?cat=recettes_de_cuisine_thaïlandaise), Retrieved on Apr 8, (2012).
- [46] Traditions d'Asie, Available from: <http://www.traditionsdasic.com/recette/thaïlandaise/>,  
 Retrieved on Apr 11, (2012).
- [47] Valcourt Gladys and Wells Linda, 2004, "A University Word list Reader", Available from:  
<http://www-writing-berkeley.edu/TESL-EJ/ej14/r3.htm>, Retrieved on Dec 18, (2011).
- [48] Wang Aiguo, 2007, "Teaching Aviation English in the Chinese Context: Developing ESP Theory in a Non-English Speaking Country", Available from:  
[http://www.eric.ed.gov/ERICWebPortal/Home.portal?\\_nfpb=true&ERICExtsear](http://www.eric.ed.gov/ERICWebPortal/Home.portal?_nfpb=true&ERICExtsear),  
 Retrieved on Nov 19, (2011).
- [49] Weber George, 1997, "World's Most Widely Spoken Languages", Available from:  
<http://www.andaman.org/BOOK/reprints/weber/rep-weber.htm>, Retrieved on Dec 7, (2011).
- [50] Widdowson, H.G., "Learning Purpose and Language", Hong Kong : Oxford University Press, 1983, pp. 30.
- [51] Zopiatis Anastasios and Constanti Panikkos, 2007, "Investigating the Hospitality Industry-Education Relationship in Cyprus", Available from: [http://www.eric.ed.gov/ERICWebportal/home.portal?\\_nfpb=true&ERIC](http://www.eric.ed.gov/ERICWebportal/home.portal?_nfpb=true&ERIC), Retrieved on Nov 9, (2011).
- [52] 750 Grammes N°1 de la recette, Available from: [http://www.750g.com/recettes\\_thaïlande.htm](http://www.750g.com/recettes_thaïlande.htm),  
 Retrieved on Feb 17, (2012).

ภาคผนวก



ผู้วิจัยจัดทำรายการคำศัพท์ภาษาฝรั่งเศสเกี่ยวกับคำรับอาหารไทยโดยจัดหมวดหมู่ของคำศัพท์เป็น 9 กลุ่ม ดังนี้

1. อาหารและการครัว (Le repas et la cuisine)
2. อุปกรณ์การครัว (Les ustensiles de cuisine)
3. ผัก ผลไม้ และธัญพืช (Les légumes, les fruits et la céréale)
4. ผลิตภัณฑ์จากสัตว์ (Les produits animaux)
5. ส่วนประกอบอาหาร (Les ingrédients)
6. วิธีการประกอบอาหาร (La préparation)
7. การชั่งตวงวัด เวลาในการประกอบอาหาร และอุณหภูมิ  
(Les mesures, le temps de cuisson et la température)
8. รสชาติ และการปรุงรส (Les saveurs et l'assaisonnement)
9. คำคุณศัพท์บอกลักษณะและกริยาวิเศษณ์ (Les adjectifs et les adverbes)

อักษรย่อที่ใช้ในรายการคำศัพท์มีความหมาย ดังนี้

a	หมายถึง	adjectif
ad	หมายถึง	adverbe
conj	หมายถึง	conjonction
dét ind	หมายถึง	déterminant indéfini
dét dém	หมายถึง	déterminant démonstratif
nf	หมายถึง	nom féminin
nfp	หมายถึง	nom féminin pluriel
nm	หมายถึง	nom masculin
nmp	หมายถึง	nom masculin pluriel
pp	หมายถึง	participle passé
p prés	หมายถึง	participle présent
prép	หมายถึง	préposition
v	หมายถึง	verbe

## 1

**อาหารและการครัว**  
(Le repas et la cuisine)

- accompagnement (nm)                      การเข้ากันได้ดี (อาหารที่รับประทานเข้ากันได้ดี)  
 Cette recette est un excellent accompagnement pour tous les plats en sauce.  
 Le plat est prêt à être servi. Le riz gluant sera un excellent accompagnement.
- accompagner (v)                              เข้ากันกับ... เสริฟพร้อมกัน...  
 Cette salade rafraîchissante accompagne idéalement le poulet grillé et le riz gluant vapeur.
- aliment (nm)                                  อาหาร  
 Dans les villages de Thaïlande, la conservation des aliments frais est parfois difficile.
- apéritif (nm)                                  อาหารว่าง    อาหารเรียกน้ำย่อย  
 Voici une petite entrée, ou apéritif thaï, que j'ai découvert il n'y a pas très longtemps, mais qui est un vrai délice.
- assaisonner (v)                                ปูรงรส  
 Assaisonner avec le jus de citron, le nam pla (sauce de poisson) et le sucre et servir.
- attention (nf)                                  ข้อระวัง  
 Attention, le riz gluant refroidi peut être réchauffé à la vapeur, mais jamais au four traditionnel ni au four à micro-ondes.
- bouche (nf)                                    ปาก  
 bouche > porter à la bouche            ใส่ปาก  
 Pour accompagner la mangue, préparer un mélange de 1 cc de piment en poudre, 1 cc de sel et 1 cc de sucre. Y tremper les morceaux de mangue avant de les porter à la bouche.
- bouchée (nf)                                  อาหารคำหนึ่ง  
 Avec des mains humides, roulez le mélange et façonnez des boulettes de viande de taille identique – soit en petit format pour pouvoir manger les boulettes d'une seule bouchée, soit en plus grand pour les manger en sandwich.
- buffet (nm)                                    บุฟเฟต์  
 Doublez ou triplez les quantités pour un buffet ou pour accompagner un barbecue.
- caractéristique (a)                           ลักษณะเฉพาะ  
 C'est un plat particulièrement raffiné, tout à fait caractéristique de la cuisine thaïe.
- casse-croûte (nm)                           อาหารว่าง    อาหารทานเล่น  
 Le Som Tam est un met de base, mangé souvent comme casse-croûte.
- condiment (nm)                              เครื่องปรุงรส  
 C'est un très bon condiment à ajouter au riz blanc.

conserver (v) เก็บ

La soupe thaï peut se consommer chaude ou tiède et peut se conserver quelques jours au réfrigérateur ; ne suffit que de réchauffer.

consommer (v) บริโภค

Cette salade froide est un délice à consommer par beau temps ensoleillé !

convenir (v) > convient เหมาะกับ

Cette pâte de curry convient particulièrement bien pour les curry de bœuf et de crevettes.

convive (nm) แขกผู้ร่วมโต๊ะอาหาร คนที่มารับประทานอาหารในร้านอาหาร

Chaque convive plonge les ingrédients de son choix dans le bouillon, à l'aide d'un petit panier (en vente dans tous les magasins asiatiques).

crudité (nf) ผักสด

Ces crudités permettent de diminuer le feu (*la force ou la puissance*) du piment.

cuisine (nf) การปรุงอาหาร การครัว

Cette soupe s'adresse aux amoureux de la cuisine asiatique.

C'est un plat particulièrement raffiné, tout à fait caractéristique de la cuisine thaïe.

cuisiner (v) ปรุงอาหาร ทำครัว

Vous pouvez le cuisiner le matin et il sera parfait avec votre dîner.

cuisson (nf) การทำให้สุก

Mettre de côté quelques cuillères à soupe du mélange pour en enduire les steaks pendant la cuisson.

décorer (v) ประดับ ตกแต่ง

Décorer le plat avec les feuilles de coriandre et de menthe.

Servez en disposant les fruits dans les coques d'ananas. Décorez avec des tranches de carambole et des feuilles de menthe.

déguster (v) ลิ้มรส ชิมรส

Vous pouvez déguster ce plat en entrée, ou en plat avec du riz.

déjeuner (nm) อาหารกลางวัน

Cela fera un délicieux déjeuner léger ou un dîner estival.

délicieux > délicieuse (a) อร่อย

C'est une soupe d'inspiration thaïe absolument délicieuse, à base de poulet et d'algues, délicatement aromatisée avec du gingembre, des feuilles de citron kaffir et de la citronnelle.

dessert (nm) ขนมหวาน ของหวาน

Ce dessert favori des enfants thaïs est fait de bananes enduites de farine de riz et de noix de coco, puis frites. Croustillantes à l'extérieur, douces et moelleuses à l'intérieur.

dîner (nm)	อาหารเย็น	
		Vous pouvez le cuisiner le matin et il sera parfait avec votre dîner.
entrée (nf)	อาหารจานแรก อาหารเรียกน้ำย่อย	
		Cette sauce convient particulièrement pour assaisonner le riz nature ou accompagner les entrées (rouleaux de printemps, Dim Sum, ...).
épicerie (nf)	ร้านขายของชำ	
		Aujourd'hui, ces mets particuliers sont très demandés dans les épicerie fines et dans les marchés des villes de la Thaïlande.
fêter (v)	ฉลอง เฉลิมฉลอง	
		Evidemment, les proportions de cette recette sont impressionnantes, mais pour fêter le Nouvel An chinois en bonne et due forme, cette recette est idéale !
flan (nm)	คัสตาด สั้งขยา	
		Mettre la citrouille et cuire à la vapeur pendant environ vingt minutes, le flan doit être bien ferme.
glace (nf)	ไอศกรีม	
glace > glace à la noix de coco	ไอศกรีมกะทิ	
		Chaque fois que je vais dans un restaurant thaï, je prends ce dessert, couvert de glace à la noix de coco ou de miel.
immangeable (a)	รับประทานไม่ได้	
		Attention, le riz gluant refroidi peut être réchauffé à la vapeur, mais jamais au four traditionnel ni au four à micro-ondes. Sinon, il devient dur et immangeable.
immédiatement (ad)	ทันที	
		Bien mélanger le tout, garnir avec les feuilles de coriandre et servir immédiatement en accompagnement.
ingrédient (nm)	ส่วนผสม	
		Mélanger tous les ingrédients dans un mixer ou un mortier et réduire cette préparation en forme de pâte.
invité (nm)	แขก	
		Vous étonnerez vos invités et cela vous permet de finir un repas asiatique de façon différente.
manger (v)	รับประทาน	
mangé (a, pp)	ซึ่งรับประทาน	
		Le Som Tam est un met de base, mangé souvent comme casse-croûte.
marché (nm)	ตลาด	
		Aujourd'hui, ces mets particuliers sont très demandés dans les épicerie fines et dans les marchés des villes de la Thaïlande.

mets (nm)	อาหาร	เมนูอาหาร
-----------	-------	-----------

Le Som Tam est un met de base, mangé souvent comme casse-croûte.

C'est un met sucré, qui se mange en Thaïlande pendant la journée

méthode (nf)	วิธี
--------------	------

Les œufs salés sont traditionnellement réalisés avec des œufs de canard, mais on peut bien entendu appliquer la même méthode avec des œufs de poule.

nourriture (nf)                      อาหาร ของกิน

Les plages thaïes sont pleines de restaurants et de marchands ambulants qui vendent leur nourriture le long des trottoirs.

original (a)                      ตั้งเดิม

Voici une façon originale et facile de servir du poisson.

palais (nm)	การรับรส เพดานปาก (ความรู้สึกในการรับรส)
-------------	--

Les sorbets thaïlandais sont très sucrés, on peut réduire de moitié la quantité de sucre pour les palais européens.

plat (nm)                      อาหาร จานอาหาร

Du riz sauté aux oignons accompagne très bien ce plat.

Le plat est prêt à être servi.

C'est un plat typique de la Thaïlande du centre et du nord-est.

plat > plat léger      อาหารเบาๆ

On utilise les nouilles de riz rondes et blanches appelées kanom chin pour ce plat léger.

Verser la préparation dans un plat de service, garnir avec l'ail frit et servir bien chaud.

plat > plat principal      อาหารจานหลัก

Mais si vous n'avez pas envie de la déguster froide, vous pouvez aussi la servir chaude en plat principal.

plat > plats préférés      อาหารจานโปรด

C'est l'un de mes plats préférés.

Les moules frites sont l'un des plats préférés des adeptes de la plage.

populaire (a) เป็นที่นิยม

Ce plat est très populaire dans le sud de la Thaïlande.

portion (nf) ส่วน สัดส่วน

Les portions individuelles sont normalement cuites à la vapeur dans des feuilles de bananier.

potage (nm)                      ซุปข้น

Calculer 2 cuillères à soupe minimum de lamelles de poulet par bol à soupe pour servir en potage; doubler pour un repas léger.



- préparer (v) เตรียมอาหาร  
 Préparez la sauce thaïe au citron en mélangeant ses ingrédients dans un bol.
- préparation (nf) การเตรียมอาหาร สิ่ง que เตรียมปรุงไว้  
 Cette préparation peut se faire selon vos goûts, vos disponibilités et la saison.  
 Verser la préparation dans un plat de service, garnir avec les feuilles de coriandre et servir aussitôt accompagné de riz parfumé thaï.
- présentation (nf) การจัดจาน การนำเสนอ  
 Si votre poêle le permet, il est mieux de laisser le poisson entier pour la cuisson et la présentation.
- proportion (nf) สัดส่วน อัตราส่วน  
 Proportions pour 4 ou 6 personnes
- protéines (nf) โปรตีน  
 Le tofu est l'une des sources de protéines végétales les mieux équilibrées.
- recette (nf) ตำรับการปรุงอาหาร  
 Le poulet aux noix de cajou est une recette thaïe qui allie la douceur du poulet et le croquant des noix de cajou.  
 Cette recette peut être réalisée également avec de grosses crevettes.  
 Cette recette est un excellent accompagnement pour tous les plats en sauce.
- recette > recette thaïe ตำรับการปรุงอาหารไทย  
 Comme de nombreuses recettes thaïes, ce dessert est fortement influencé par les saveurs indiennes.
- recette > recette originale ตำรับการปรุงอาหารดั้งเดิม  
 Les œufs à la sauce de tamarin sont une recette originale thaïlandaise à base de tamarin.
- repas (nm) อาหาร มื้ออาหาร  
 En Thaïlande, ce plat est généralement servi pour des repas de fêtes.  
 A servir avec un riz thaï au jasmin et des asperges, pour un délicieux repas d'été.
- repas > repas complet มื้ออาหารที่มีคุณค่าทางอาหารครบ  
 Servez ces brochettes avec une salade à l'asiatique et un petit bol de riz, pour un repas complet et diététiquement équilibré.
- repas > repas de fête มื้ออาหารงานเลี้ยง  
 Pour un repas de fête, remplacez les poissons blancs proposés par des filets de lotte.
- salade (nf) > salade de fruits สลัดผลไม้  
 De quoi épater vos convives avec cette salade de fruits exotiques rafraichissante.
- sauce (nf) น้ำปรุงรส  
 Cette sauce accompagne principalement les salades ou entrées frites.

saveur (nf)

รส

Remplacer le poivre par un piment oiseau épépiné et finement coupé confèrera à cette soupe une saveur et une note thaïlandaises plus authentiques.

servir (v)

เสิร์ฟ

Pour servir cette salade en plat, ajouter 12 grosses crevettes.

Servez en disposant les fruits dans les coques d'ananas. Décorez avec des tranches de carambole et des feuilles de menthe.

servir > servir avec ...

เสิร์ฟกับ...

Servir avec du riz thaï parfumé.

Le mélange doit être secoué, et non mélangé, puis servi avec de la glace.

servir > servir en garnissant

เสิร์ฟโดยประดับ...ด้วย...

Servir en garnissant la soupe avec le restant des feuilles de coriandre.

servir > servir frais

เสิร์ฟขณะเย็น

Bien mélanger et servir frais.

servir > servir chaud

เสิร์ฟขณะร้อน

Remplir chaque barquette avec la préparation, décorer avec les feuilles de coriandre et servir chaud.

servir > servir chaud sans couvrir

เสิร์ฟขณะร้อนไม่ปิดฝา

Servir chaud sans couvrir.

servir > servir tiède

เสิร์ฟขณะอุ่น

Garnir avec l'échalote grillée, la coriandre et servir tiède.

Servir le tapioca tiède, dans des coupes, verser un peu de crème salée sur le dessus.

servir > servir chaud ou froid

เสิร์ฟขณะร้อนหรือเย็น

Servir chaud ou froid.

servir > servir immédiatement

เสิร์ฟในทันที

Bien mélanger le tout, garnir avec les feuilles de coriandre et servir immédiatement en accompagnement.

sorbet (nm)

ไอศกรีมผลไม้ เซอเบท

Le sorbet n'est pas encore uniformément lisse et glacé.

soupe (nf)

ซุ๊ปใส

Cette soupe est une spécialité thaïlandaise.

spécialité (nf)

อาหารพิเศษ

Le Som Tam est une spécialité originaire du nord-est.

Cette soupe est une spécialité thaïlandaise.

utiliser (v)

ใช้

J'utilise des bananes mais vous pouvez aussi utiliser des patates douces pour cette recette.

vendre (v) > vendent

ขาย

Les plages thaïes sont pleines de restaurants et de marchands ambulants qui vendent leur nourriture le long des trottoirs.

vitamine (nf)

วิตามิน

La papaye est riche en vitamine C ainsi qu'en bêta-carotène, précurseur de la vitamine A.



## 2

อุปกรณ์การครัว  
(Les ustensiles de cuisine)

aluminium (nm) อลูมิเนียม

aluminium > feuilles d'aluminium แผ่นอลูมิเนียมห่ออาหาร

Séparer le tout en 4 portions et les disposer sur des feuilles d'aluminium.

assiette (nf) จาน

Dresser la salade en volume dans l'assiette.

Égouttez la viande et ajoutez-la dans l'assiette.

assiette > assiettes de service จานสำหรับเสิร์ฟ

Servez le poisson directement dans la cocotte de cuisson ou sur des assiettes de service, saupoudré de la ciboulette et de la coriandre.

bâtonnet (nm) ไม้กลัด

Former des cônes avec les demi-cercles de feuilles et les fermer à l'aide des bâtonnets.

barquette (nf) ภาชนะใส่อาหารที่ใช้แล้วทิ้ง เช่น กระถงใบตอง

Placez au fond de chaque barquette 2 à 3 feuilles de basilic thaï et remplissez-les aux trois quarts de flan de poisson.

boîte (nf) กล่อง

Vous les transporterez dans une boîte en plastique.

bol (nm) ชาม

bol > grand bol ชามใหญ่

Transférer le poisson cuit dans un grand bol.

bol > bol de taille moyenne ชามขนาดกลาง

Dans un bol de taille moyenne, mélanger la farine de riz, le tapioca, le sucre, le sel et la noix de coco.

Dans un bol de taille moyenne, mélanger la sauce chili, la sauce de poisson, l'huile de sésame, le gingembre et l'ail.

bol > petit bol ชามเล็ก

Dans un petit bol, mélanger intimement (uniformément) les piments rouges, le jus de citron vert, la sauce de poisson, l'huile végétale, l'ail, la citronnelle et la moitié de la coriandre.

bol > bols individuels ชามแบ่งสำหรับแต่ละคน

Mettre ce mélange dans 4 bols individuels.

bol > petit bol de riz ข้าวขามเล็ก

Servez ces brochettes avec une salade à l'asiatique et un petit bol de riz, pour un repas complet et diététiquement équilibré.

brochette (nf) ไม้เสียบ

Embrochez chaque morceau de viande sur un petit pic à brochette.

brochette > brochettes en bambou ไม้เสียบทำด้วยไม้ไผ่

Piquer le poulet sur des pics à brochettes en bambou, et faire cuire 5 minutes de chaque côté.

cassiolette (nf) หม้อใบเล็ก

Dresser dans un plat de service chaud (idéalement les petites cassiolettes asiatiques en terre cuite).

casserole (nf) กระทะ

Faites chauffer un peu d'huile dans une casserole.

Dans une casserole, chauffer à feu moyen pendant 5 minutes le lait de coco et la pâte de curry.

casserole > grande casserole กระทะใบใหญ่

Dans une grande casserole, faire chauffer l'huile sur feu moyen.

casserole > petite casserole กระทะใบเล็ก

Mettre le jus d'orange dans une petite casserole à feu moyen.

casserole > le fond de la casserole ก้นกระทะ

Faire bouillir durant 25 minutes en tournant régulièrement afin d'éviter que les haricots ne collent dans le fond de la casserole.

cisailles (nf) กรรไกร

cisailles > cisailles à volailles กรรไกรตัดกระดูกสัตว์ปีก

Couper le poulet en 4 morceaux à l'aide de cisailles à volailles ou d'un bon couteau, en commençant par le couper en deux le long de l'os central.

ciseaux (nm) กรรไกร

A l'aide de ciseaux, couper les vermicelles en tronçons.

cocotte (nf) หม้ออบ หม้อตุ๋น

Dans une cocotte, faire revenir l'oignon et l'ail dans l'huile d'olive sans coloration.

cocotte > cocotte de cuisson หม้ออบ หม้อตุ๋น

Servez le poisson directement dans la cocotte de cuisson ou sur des assiettes de service, saupoudré de la ciboulette et de la coriandre.

cocotte > cocotte minute หม้ออัดแรงดัน

Mettre 3 centimètres d'eau au fond de la cocotte minute. Mettre le riz dans le panier, et placer celui-ci dans la cocotte au dessus de l'eau (le riz ne doit pas baigner dans l'eau).

- congélateur (nm) ตู้แช่แข็ง  
Le passage au congélateur va permettre une découpe plus aisée de la viande.  
Verser le mélange dans un moule, le couvrir et le placer dans le congélateur ou le freezer de votre réfrigérateur pendant 40 minutes ou plus.
- coupe (nf) ถ้วยทรงถ้วยรางวัล แก้วไวน์ แก้วใหญ่ที่มีขาเป็นฐาน  
Servir le tapioca tiède, dans des coupes, verser un peu de crème salée sur le dessus.
- coupelle (nf) ถ้วยเล็กๆ  
Répartissez le riz dans de petites coupelles, recouvrez de petits dés de mangue et arrosez de sirop de coco. Servez bien frais.
- couteau (nm) มีด  
Versez dans un bol, laissez refroidir, puis concassez-les assez finement, à l'aide d'un couteau.  
Pelez la mangue, coupez la chair en quartier en passant un couteau le long de son noyau. Émincez ces quartiers en tranches.
- couvercle (nm) ฝาปิด  
Fermer hermétiquement le pot avec un couvercle.  
Mettre le couvercle sans le verrouiller.
- cuillère (nf) ช้อน  
Remuez avec une cuillère en bois jusqu'à ce que ça embaume.
- cuillère > cuillère en bois ช้อนไม้  
Bien remuer avec une cuillère en bois.  
Ajouter la papaye verte et la carotte. Mélanger délicatement avec une cuillère en bois.
- cuillère > grosse cuillère ช้อนใหญ่  
Avec un couteau et une grosse cuillère, évidez-le délicatement sans abîmer la coque.
- cuillère > petite cuillère ช้อนเล็ก  
Enlever les pépins à l'aide d'une petite cuillère.
- cuiseur (nm) à vapeur หม้อนึ่ง  
Disposer les légumes dans la partie haute du cuiseur à vapeur et les cuire à la vapeur durant 5 minutes.
- cure-dent (nm) en bois ไม้จิ้มฟันทำด้วยไม้  
Refermez les papillotes très délicatement et maintenez-les fermer à l'aide d'un cure-dent en bois.
- cuvette (nf) ชามกลม ชามอ่าง  
Placer les feuilles de laitue dans un plat de façon à former une cuvette.

- écumoire (nf)                     ทัพพีกรอง  
Plongez rapidement les œufs dans la pâte puis, à l'aide d'une écumoire, dans la friture.  
A l'aide d'une écumoire, retirez les gambas de la poêle et posez-les sur un plat de service chaud
- endroit (nm)                     สถานที่  
Laisser mariner dans un endroit frais durant au moins une heure.
- étamine (nf)                     ที่กรอง ผ้ากรอง ผ้าขาวบาง  
Bien mélanger et réserver cette mixture dans une étamine bien ficelée.  
Egoutter le riz et le cuire à la vapeur dans une étamine.
- faitout (nm)                     หม้ออบ  
Mettre les blancs de poulet et le bouillon de volaille dans un faitout.
- feuille (nf) d'aluminium                     แผ่นอลูมิเนียม  
Déposez les morceaux de poisson sur le plat de service et recouvrez-le d'une feuille d'aluminium pour le maintenir au chaud.  
Versez de l'eau chaude dans le plat jusqu'à mi-hauteur des ramequins. Couvrez ensuite les ramequins d'une feuille d'aluminium.
- film (nm)                     ฟิล์ม  
film > film alimentaire                     ฟิล์มห่ออาหาร  
Mélangez bien pour enrober la viande de marinade, couvrez de film alimentaire et placez au frais au moins 2 heures.  
Couvrir d'un film alimentaire puis laisser reposer la pâte durant 30 minutes au réfrigérateur.  
Versez le sirop refroidi sur les fruits, mélangez, couvrez de film alimentaire, mettez le saladier et les coques au frais au moins 1 H.
- film > film étirable                     ฟิล์มห่ออาหาร  
Egouttez et réservez dans un grand bol recouvert d'un film étirable.
- fouet (nm)                     ที่ตีไข่  
Mélangez à l'aide d'un fouet le reste des ingrédients : lait concentré, les œufs battus en omelette et le lait de coco chaud.  
Délayer progressivement le lait de coco et l'œuf et mélanger au fouet jusqu'à obtention d'une pâte homogène.
- four (nm)                     เตาอบ  
Mettre du papier sulfurisé dans un plat allant au four.  
Mettre au four chaud pendant 40 à 45 minutes.
- four > four à micro-ondes                     เตาไมโครเวฟ  
Le riz gluant refroidi peut être réchauffé à la vapeur, mais jamais au four traditionnel ni au four à micro-ondes. Sinon, il devient dur et immangeable.

fourchette (nf)	ส้อม	Émietter les morceaux de saumon à l'aide d'une fourchette. Mélanger à la fourchette le poisson avec l'œuf et la farine
freezer (nm)	ช่องแช่แข็งในตู้เย็น	Verser le mélange dans un moule, le couvrir et le placer dans le congélateur ou le freezer de votre réfrigérateur pendant 40 minutes ou plus.
frigidaire (nm)	ตู้เย็น	Cette sauce se conserve très longtemps au frigidaire.
frigo (nm)	ตู้เย็น	Placer la sauce dans un pot hermétique et la placer au frigo durant une semaine. Coupez les blancs de poulet en longues lanières, déposez-les dans la marinade. Laissez au frigo 3 heures.
friteuse (nf)	หม้อทอด	Dans une friteuse, faites chauffer l'huile et faites frire les vermicelles de riz à point.
grill (nm)	ตะแกรง	Si vous n'avez pas de barbecue, vous pouvez cuire ces burgers sous le grill de votre four.
grill > gril barbecue	เตาย่างบาร์บีคิว	Placer les brochettes sur un gril barbecue, et en enduire les brochettes en les tournant.
grill > sous le grill	ใต้ตะแกรง (ในเตาอบ)	Passer le plat sous le grill durant quelques minutes sur chaque face du poulet jusqu'à ce que la peau soit croustillante. Arroser les morceaux de saumon avec l'huile végétale et les cuire sous le grill durant 4 à 5 minutes.
grill > sur le grill	บนตะแกรง	Faites griller les brochettes sur le grill.
griller (v)	ปิ้งย่าง	Faire griller le poulet sous le grill du four durant 10 minutes.
jatte (nf)	ชามอ่าง	Tamisez la farine dans une jatte. Mélanger la farine, le sucre, le sel, le lait de coco et les œufs dans une jatte jusqu'à obtention d'un mélange homogène.
linge (nm)	ผ้า	Si vous utilisez des feuilles de bananier, nettoyez-les avec un linge humide.



louche (nf)

ทัพพิ

Verser une louche de pâte, l'étaler comme une crêpe en inclinant la poêle.

Verser une petite louche de pâte dans la poêle et la faire tourner immédiatement afin de couvrir toute la poêle.

machette (nf)

มิดพร้า มิดฮีโต้

A l'aide d'une machette, couper les noix de coco en deux afin de confectionner 4 bols.

marmite (nf)

## หม้อ

Faire chauffer le beurre ou l'huile dans la marmite.

marmite > grande marmite

หม้อใบใหญ่

Dans une grande marmite sur feu assez vif, faire revenir dans l'huile de sésame les oignons, les poivrons rouges, le céleri, la citronnelle, les piments et le gingembre.

marmite > au fond d'une marmite    ก้นหม้อ

e กัณฑ์

Mettez un verre d'eau au fond d'une marmite.

micro-ondes (nm)

ไมโครเวฟ

Pendant ce temps, décongeler séparément au micro-ondes le poisson, les crevettes, les petits pois.

Cuire la sauce restante 2 minutes au micro-ondes et la mixer s'il reste des morceaux.

mixer (nm)

เครื่องปั่นอาหาร เครื่องบดอาหาร

mixer (v)

ปั่นให้เข้ากัน

Dans un mixer, mélanger l'ail, les piments et le sucre. Mixer jusqu'à obtention d'une pâte.

mixeur (nm)

เครื่องปั่นอาหาร เครื่องบดอาหาร

Dans un mixeur, réunir le gingembre frais, le piment oiseau et la coriandre, mixer le tout.

mixeur > mixeur électrique

## เครื่องปั่นไฟฟ้า

Mixer la soupe avec un mixeur électrique pour qu'elle soit lisse et onctueuse.

mortier (nm)

ครุฑ

Verser ce mélange dans un mortier et le réduire en poudre.

Dans un mortier, écrasez le piment vert épépiné, l'ail et un peu de sel, jusqu'à obtenir une pâte.

Dans un mortier, mélanger l'ail, le poivre et les racines de coriandre.

Dans un mortier, réduire en purée le sel, les piments, le curry, les cacahuètes et les échalotes.

moule (nm)

แม่พิมพ์

Verser le mélange dans un moule (de préférence en aluminium), le couvrir et le placer dans le congélateur ou le freezer de votre réfrigérateur pendant 40 minutes ou plus.

- panier (nm) ตะกร้า กระจาด  
Chaque convive plonge les ingrédients de son choix dans le bouillon, à l'aide d'un petit panier (en vente dans tous les magasins asiatiques)
- panier > panier vapeur ตะกร้าหนึ่ง  
Placez sur la grille une assiette sur le panier vapeur.
- panier > paniers en raphia ตะกร้าสานด้วยเส้นใยของต้นปาล์ม  
Le riz gluant est servi dans de petits paniers en raphia.
- panier > panier à cuisson à la vapeur ตะกร้าสำหรับหนึ่ง  
Poser le poisson sur un lit de citronnelle pilée étalée dans le panier à cuisson à la vapeur.
- panier > panier en bambou ตะกร้าสานด้วยไม้ไผ่  
Tapissez de papier sulfurisé le fond d'un panier en bambou en le laissant remonter sur les côtés puis étalez le riz dessus.
- papier (nm) กระดาษ  
papier > papier absorbant กระดาษซับ  
Faites égoutter sur du papier absorbant et roulez dans la noix de coco en poudre.  
Egoutter les feuilles de basilic sur du papier absorbant.
- papier > papier sulfurisé กระดาษพาร์ชเมนต์ (parchment paper) กระดาษรองพิมพ์เค้ก  
Utilisez du papier sulfurisé pour faire vos papillotes.  
Mettre du papier sulfurisé dans un plat allant au four.
- papillote (nf) ห่อ  
Fermer hermétiquement les papillotes.
- paroi (nf) ผนัง ผิว  
paroi > paroi du wok ผิวกระทะ  
Pousser la pâte de curry sur les parois du wok.
- passoire (nf) กระชอน ตะแกรงร่อน  
Versez-le sur les gambas au travers d'une passoire et servez immédiatement.  
Au bout de 45 minutes de cuisson, filtrez la soupe à travers une passoire et remettez le liquide dans la casserole.
- pic (nm) ไม้เสียบปลายแหลม  
pic > pic à brochettes en bambou ไม้เสียบปลายแหลมทำด้วยไม้ไผ่  
Piquer le poulet sur des pics à brochettes en bambou, et faire cuire 5 minutes de chaque côté.
- pic > pics en bois ไม้เสียบปลายแหลมทำด้วยไม้  
Piquez les lanières de poulet sur les pics en bois.

pichet (nm) เหยือก

Percer les noix de coco et récolter le jus dans un pichet.

Ajouter une demi-tasse de chair de noix de coco dans le pichet contenant le jus et réserver dans le réfrigérateur.

piquer (v) เสียบ

Piquer le poulet sur des pics à brochettes en bambou, et faire cuire 5 minutes de chaque côté.

pilon (nm) เครื่องบด

Piler au mortier les piments et l'ail dans un grand pilon jusqu'à obtention de la consistance d'une pâte.

pinceau (nm) แปรง

Huilez les légumes au pinceau.

pincettes (nf) ปากคีบ

Bien mélanger à l'aide de pincettes ou de 2 cuillères en bois, jusqu'à ce que le tout soit bien chaud.

plaque de cuisson (nf) เตาไฟฟ้า

Ficelez la papillote, posez-la sur une plaque de cuisson en la retournant.

plaque d'un four (nf) ถาดอบ

Pour préparer la pâte, faire rôtir les échalotes, l'ail, le galanga, la citronnelle et les piments rouges sur la plaque d'un four très chaud pendant 4 minutes.

plat (nm) จาน

plat > plat de service จานสำหรับใส่อาหารเสิร์ฟ

Transférer le tout dans un plat de service.

plat > plat à gratin จานสี่เหลี่ยม

Décongeler vos gambas, décortiquer-les, les placer dans un plat à gratin

Pelez les bananes puis coupez-les en deux. Mettez-les dans un plat type plat à gratin, ajoutez le jus de citron puis remuez délicatement.

plat > plat creux ชาม จานก้นลึก

Enlever le boyau et réserver dans un plat creux.

Dans un plat creux, mélanger la coriandre, l'ail, le poivre, le vinaigre de riz, le jus de citron, le nam pla (sauce de poisson), le sucre et la poudre de piments.

plat > plat peu profond จานก้นไม่ลึกมาก

Dans un plat peu profond, mélanger le lait de coco, la sauce nuoc-mâm, 2 cuillères à soupe d'ail haché, la coriandre, le curcuma, le curry et le poivre blanc.

plateau (nm)

๓๑๑

Placer les morceaux de viande sur un plateau et le placer en plein soleil durant une journée (ou à défaut, durant 1h30 à 2h environ sous le grill d'un four).

poêle (nf)

ภาระ

Faire chauffer l'huile dans un wok ou une poêle.

Dans un poêle assez profonde avec un peu d'huile, faire cuire et dorer le poulet découpé en morceaux.

poêle > poêle antiadhésive

กระทะเคลือบเทฟลอน

Dans une poêle antiadhésive, faites cuire les steaks de thon 2 min sur chaque face.

poêlon (nm)

กระทะก้นลึก

Chauffer deux cuillerées à soupe d'huile dans un poêlon

Chauffer le lait de coco et la pâte de curry dans un poêlon à bon feu tout en remuant.

pot (nm)

โหล กระปุก โถ

Fermer hermétiquement le pot avec un couvercle.

pot > pot en verre

โหลแก้ว

Laisser refroidir la saumure et la verser dans un pot en verre.

pot > pot hermétique

## โหลสณณากาศ

Placer la sauce dans un pot hermétique et la placer au frigo durant une semaine.

presse-ail (nm)

ที่บดกระเทียม

Versez dans un bol le vinaigre, le nuoc-mam, le sucre semoule, la gousse d'ail pressée au presse-ail et le petit piment coupé en lamelles.

ramequin (nm)

ถ้วยพิมพ์

Répartir la crème obtenue dans 4 petits ramequins individuels.

Graissez légèrement six ramequins d'une contenance de 125 ml.

Dans un ramequin, mélanger le sucre, la sauce de poisson, les sauces soja et la purée de piment.

Dans un grand plat à four, disposer les ramequins et verser de l'eau chaude jusqu'à mi-hauteur des ramequins.

réipient (nm)

ภาชนะบรรจุอาหาร

Faites tremper 16 brochettes en bois dans un récipient d'eau froide.

Chaque convive fait un petit récipient avec une feuille, il y met un petit peu de tout à l'intérieur, met un peu de sauce et déguste.

récipient > récipient résistant à la chaleur    ภาชนะทนความร้อน

## ภาชนะทนความร้อน

Mettre le reste des nouilles dans un récipient résistant à la chaleur.

réipient > réipient en plastique    ภาชนะพลาสติก

Augmenter ces temps si vous utilisez un réipient en plastique, car ce matériau a des propriétés isolantes.

réfrigérateur (nm)    ตู้เย็น

Couvrez le saladier et placez-le au réfrigérateur.

résistant (a)    ทนทาน

résistant > résistant à la chaleur    ทนความร้อน

Placez les feuilles de thé dans un verre-mesureur résistant à la chaleur et versez dessus de l'eau bouillante.

sac (nm)    ถุง

sac > sac congélation zippé    ถุงซีปล็อกสำหรับแช่แข็ง

Couper la viande en cubes. Les mettre dans un sac congélation zippé.

sac > sac en plastique alimentaire hermétique    ถุงพลาสติกใส่อาหารแบบสุญญากาศ

Mettre le thon dans un grand sac en plastique alimentaire hermétique.

sac > sac refermable    ถุงซีปล็อก

Dans un plat ou dans un sac refermable, mélanger le jus de citron, la sauce soja, la moutarde, l'ail, le sucre roux et la pâte de curry.

saladier (nm)    ชามสลัด

Dans un saladier, mélangez la carotte, la papaye et les tomates cerise coupées en deux.

Disposer dans un saladier sur un lit de feuilles de salade (laitue ou iceberg).

saucière (nf)    ถ้วยใส่น้ำจิ้ม

Servez bien chaud avec la sauce dans une saucière.

sauteuse (nf)    หม้อทอด

Remettez le poulet dans la sauteuse avec l'ail et les épices.

Faire chauffer l'huile dans une sauteuse profonde ou dans un wok à 190°C.

spatule (nf)    ไม้พาย

Écrasez la viande avec une spatule pour la dissocier en petits morceaux.

spatule > spatule en bois    ไม้พายทำด้วยไม้

A l'aide d'une spatule en bois, retourner la crêpe et cuire aussi ce côté.

soupière (nf)    หม้อซุป

Mettez dans la soupière les rondelles de piment ou laissez à part pour ceux qui aiment et qui en rajouteront ensuite.

Verser dans une soupière (ou dans des bols individuels) et garnir avec les feuilles de coriandre, les rondelles d'oignon de printemps et d'ail frit.

tamis (nm)

ตะแกรงร่อน

Presser les fruits pour obtenir le plus de pulpe possible et passer le liquide épais dans un tamis.

tamis > fin tamis

ตะแกรงร่อนแบบละเอียด

Passer le mélange dans un fin tamis et remettre dans la casserole.

tasse (nf)

ถ้วย

Ajouter une demi-tasse de chair de noix de coco dans le pichet contenant le jus et réserver dans le réfrigérateur.

tasse > demi-tasse

ครึ่งถ้วย

Ajouter une demi-tasse de chair de noix de coco dans le pichet contenant le jus et réserver dans le réfrigérateur.

ustensile (nm)

ภาชนะ อุปกรณ์ เครื่องใช้

Ustensile : panier pour cuisson à la vapeur (assez grand pour contenir le poisson à plat).

verre (nm)

ถ้วย แก้ว

Diluer 5 dl. de lait de coco dans deux verres d'eau, faire chauffer dans une casserole.

verre-mesureur (nm)

ถ้วยตวง

Placez les feuilles de thé dans un verre-mesureur résistant à la chaleur et versez dessus de l'eau bouillante.

verrouiller (v)

ล็อก ปิดสนิท

Mettre le couvercle sans le verrouiller.

wok (nm)

กระทะ

Chauffer l'huile dans un wok ou un poêlon.

Chauffer l'huile dans un wok (ou une poêle).

Faire chauffer le wok avec de l'huile ; quand le feu est bien fort, ajouter les blancs de poulets.

## 3

## ผัก ผลไม้ และธัญพืช

## (Les légumes, les fruits et la céréale)

## Les légumes พืชผัก

asperge (nf)

หน่อไม้ฝรั่ง

Dans une poêle très chaude, faire chauffer de l'huile d'olive et y saisir les asperges crues.

aubergine (nf)

มะเขือม่วง

Découpez l'aubergine en petits dés et la courgette en dés un peu plus gros.

aubergine &gt; petites aubergines thaïes มะเขือพวง

100 gr. de pousses de bambou ou de petites aubergines thaïes.

avocat (nf)

อาโวคาโด

Épluchez l'avocat et coupez-le en lamelles.

bambou (nm) &gt; pousse de bambou หน่อไม้

Ajoutez les pousses de bambou égouttées, le poisson choisi et les crevettes.

bananier (nm)

ต้นกล้วย

bananier &gt; fleurs de bananiers ปลีกล้วย

4 fleurs de bananiers fraîches.

basilic (nm)

กะเพรา โหระพา

Répartir le curry dans les bols. Présenter avec quelques feuilles de basilic thaï et les rondelles de piment rouge.

Conservez quelques feuilles de menthe et de basilic pour la décoration et hachez le reste.

basilic &gt; basilic sacré (Kaprow) กะเพรา

1 tasse de feuilles entières de basilic sacré (Kaprow).

Laisser les feuilles entières de basilic sacré (Kaprow).

basilic &gt; feuilles de basilic sacré ใบกะเพรา

Ajouter l'eau et les feuilles de basilic sacré.

basilic &gt; feuilles de basilic sacré frites de façon croquante ใบกะเพราทอดกรอบ

Verser dans un plat de service et garnir avec les piments rouge coupés en diagonale et les feuilles de basilic sacré frites de façon croquante.

basilic &gt; basilic doux (Horapa) โหระพา

Une poignée de feuilles de basilic doux.

5 feuilles de basilic doux émincées grossièrement.

basilic &gt; feuille de basilic doux ใบโหระพา ใบแมงลัก

Une vingtaine de feuilles de basilic doux.

basilic > basilic thaï (bai horapa) ใบโหระพา

Laver et égoutter 200 g de germes de soja, laver et effeuiller 1 bol de feuilles de basilic thaï (il est légèrement violet)

belalot (nm) ชะพลู

Tout d'abord, il vous faut trouver des bai chaplu, ce sont des feuilles thaïlandaises appelées aussi parfois feuilles de betel, belalot ou "piper samentosum".

bette (nf) ผักชาร์ด ผักกาดสี

Le kana est un légume entre le chou et la bette. On le trouve dans toutes les épiceries asiatiques.

brocoli (nm) บร็อกโคลี่

Verser le mélange brocoli et bœuf sur les nouilles et servir immédiatement.

Placer les brocoli et champignons au fond de chaque bol, ajouter le bœuf et la coriandre et verser dessus le bouillon chaud.

céleri (nm) เซลารี / ขึ้นฉ่ายฝรั่ง

Mélanger les vermicelles de soja avec la sauce d'huître, la sauce soja, l'huile de sésame, le poivre, le céleri, le sucre, le sherry et l'ail frit. Ajouter ce mélange dans le wok.

céleri > céleri chinois ขึ้นฉ่าย

Coupez la tige de céleri chinois en petits tronçons.

champignon (nm) เห็ด เห็ดแชมปิญอง

Ajouter les crevettes, le lait de coco, les champignons, le poivre noir, le piment et le nam pla.

Ajouter les champignons et les tomates. Laisser cuire jusqu'à ce que les champignons soient tendres.

champignon > champignons séchés เห็ดแห้ง

Faire tremper les champignons séchés 10 minutes dans de l'eau.

champignon > champignons de paille เห็ดฟาง

50 gr. de champignons de paille (petits champignons asiatiques) ou de champignons de Paris coupés en deux.

champignon > champignons de Paris เห็ดแชมปิญอง

100 gr. de (petits) champignons de Paris.

10 petits champignons de paille (ou à défaut des champignons de Paris ou 3 champignons noirs).

champignon > champignons noirs déshydratés เห็ดหูหนูแห้ง

Rincer les champignons noirs.

Ajoutez les champignons de paille, les champignons noirs déshydratés, et les blancs de poulet coupés en dés.



champignon > champignons chinois noirs / oreille de judas (nf) เห็ดหูหนู

Ajoutez ensuite la citronnelle émincée en rondelle, les champignons de paille, les champignons noirs déshydratés et les blancs de poulet coupés en dés.

champignon > champignons chinois noirs เห็ดหูหนูดำ

15 champignons chinois noirs préalablement réhydratés.

champignon > champignons shiitake เห็ดชิตาเกะ

Nettoyez les shiitakés dans un linge humide.

Laisser mijoter les champignons shiitakes dans le lait de coco pendant 5 minutes.

champignon > champignons parfumés เห็ดหอม

4 champignons parfumés.

chou (nm) กะหล่ำปลี

Ajouter le chou, les nouilles et cuire 5 min jusqu'à ce que les nouilles soient tendres.

Disposer les feuilles de chou dans un plat de service.

chou chinois (nm) ผักกาดขาว

Quelques feuilles de chou chinois émincées.

Ajouter le chou chinois et le faire cuire 5 à 10 minutes, jusqu'à ce qu'il commence à faner.

Quelques feuilles de chou chinois (ou salade Iceberg) grossièrement hachées.

chou-fleur (nm) ดอกกะหล่ำ

Cuire les légumes les plus durs (carottes, chou-fleur, etc.) pendant 10 secondes dans de l'eau bouillante.

chou-rave (nm) กะหล่ำปลม

ciboule (nf) ต้นกระเทียม

Epluchez l'oignon, les ciboules, émincez-les ainsi que la coriandre.

ciboulette (nf) ต้นหอม

Ajouter la ciboulette et la coriandre.

Assaisonner avec le jus de citron et parsemer de ciboulette hachée.

ciboulette > ciboulette chinoise ผักกุยช่าย

Lavez puis émincez la ciboulette chinoise en conservant les  $\frac{3}{4}$  des tiges vertes.

citron (nm) มะนาว

citron > citron vert มะนาวเขียว

Hors du feu, ajoutez le nuoc-mâm, le jus du citron vert et la coriandre effeuillée.

citrouille (nf) ฟักทอง

> petite citrouille thaïe ou un potiron sucré. ฟักทองผลเล็ก (แบบที่ทำสังขยาฟักทอง)

Avec une citrouille, on peut faire entre 8 et 12 quartiers.

Plonger le poulet, la citrouille et l'ananas dans 1 litre d'eau bouillante.

comestible (a) ที่กินได้

Il vous faudra un paquet de 100g de bai chaplu (on peut éventuellement les remplacer par une autre feuille comestible).

concombre (nm) แตงกวา แตงร้าน

Garnir le plat avec le concombre, la tomate, les oignons nouveaux et les quartiers de citron.

Si vous ne trouvez pas de papaye non mûre ou si vous préférez, vous pouvez utiliser du concombre à la place.

concombre > rondelles de concombre แตงกวาหั่นเป็นแว่น

Feuilles de salade et quelques rondelles de concombre.

Servir avec du riz thaï et des rondelles de concombre.

cornichon (nm) แตงกวาชนิดหนึ่งขนาดเล็ก แตงกวาดอง

coriandre (nf) ผักชี

Mettez dans le mixeur les feuilles de coriandre, l'oignon et l'ail, pelez et coupez en 4 les zestes de citron.

courge (nf) บวบ

La courge thaïe a une chaire peu épaisse.

courge bouteille (nf) น้ำเต้า

courge circuse (nf) ฟักเขียว

courgette (nf) บวบผลเล็กเนื้อคล้ายแตง (zucchini)

Lavez et coupez en rondelles les courgettes et les poireaux.

Découpez l'aubergine en petits dés et la courgette en dés un peu plus gros.

Rincez les légumes, coupez les courgettes en tranches de  $\pm 4$  mm, puis en 2.

cresson (nm) ผักเครซ

Laver et égoutter le cresson.

crudité (nf) ผักสด

Ces crudités permettent de diminuer le feu (la force ou la puissance) du piment.

endive (nf) ผักสลัดชนิดหนึ่งมีรสขม

Emincer les endives.

Garnir les 4 bols de vermicelles de soja tièdes, d'endives puis de mélange de viande.

Effeuillement les endives ; les couper en lanières dans le sens de la longueur.

épinard (nm) ผักโขม ผักปวยเล้ง ผักบุ้ง

Ajouter les épinards, les cacahuètes et le piment. Laisser encore frire 2 à 3 minutes.

Salade d'épinards croustillants (ยำผักบุ้งกรอบ)

épinard > épinards asiatiques ผักบุ้ง

500 gr. d'épinards asiatiques très grossièrement hachés.

épinard > épinards d'eau chinois ผักบุ้งจีน

400 gr. d'épinards d'eau chinois frais.

fleur (nf) ดอก ดอกไม้

fleur > fleurs de bananiers ปลีกล้วย

Enlever les parties dures des fleurs de bananiers (ne garder que le cœur blanc) et les émincer en tranches.

fenouil (nm) ยี่หระ สมุนไพรที่ให้กลิ่นหอม

Le fenouil est un légume bien pourvu en substances antioxydantes (carotènes, vitamines C et E) et ses fibres.

iceberg > salade iceberg ผักกาดแก้ว

Disposer dans un saladier sur un lit de feuilles de salade (laitue ou iceberg).

Quelques feuilles de chou chinois (ou salade Iceberg) grossièrement hachées.

laitue (nf) ผักกาดหอม

Ajouter les restes des ingrédients à l'exception des vermicelles, de la laitue et de la coriandre

laitue > feuilles de laitue ใบผักกาดหอม

Placer les feuilles de laitue dans un plat de façon à former une cuvette.

laitue > matelas de feuilles de laitue วางใบผักกาดหอมปูบนจาน

Dresser la salade sur un matelas de feuilles de laitue, garnir de feuilles de coriandre.

légume (nm) พืชผัก

Rajouter les légumes coupés en petits morceaux dans la poêle et saupoudrer de curcuma.

légume > bouillon de légume น้ำซุปผัก

Porter le bouillon de légumes à ébullition.

livèche (nf) ต้นลัฟวิช (lovage)

พืชชนิดหนึ่งใบคล้ายขึ้นฉ่าย ใบและเมล็ดใช้ปรุงอาหารให้มีกลิ่นหอม

Une poignée de feuilles de céleri vert ou de livèche.

maïs (nm) ข้าวโพด

maïs > mini épis de maïs ยอดข้าวโพดอ่อน

Peler et couper en lamelles les carottes et le poireau. Les faire cuire à feu doux pendant 5 minutes avec les mini épis de maïs.

melon amer (nm) มะระ

Couper le melon amer en deux dans le sens de la longueur et retirer les pépins.

oignon (nm) > oignon de printemps ต้นหอม

Mettre dans un plat de service et garnir avec les morceaux d'oignon de printemps.

Juste avant de servir, ajouter les feuilles de coriandre et de livèche, les oignons de printemps et l'ail frit.

oignon (nm) > oignon rouge หอมแดง

Mélanger le poulet avec l'oignon de printemps, l'oignon rouge, le piment en poudre, le piment vert et le riz grillé.

oignon (nm) > oignon vert ต้นหอม

Garnir d'oignon vert (ou de ciboulette) et de piment rouge.

olive (nf) > huile d'olive น้ำมันมะกอก

Dans un wok, colorer les lamelles de poulet à l'huile d'olive, puis déglacer avec le mirin et le laisser s'évaporer.

pandanus (nm) เตย

On trouve du tapioca coloré (vert ou rose) dans les magasins asiatiques, le vert est coloré avec la feuille de pandanus.

persil (nm) ผักชีพาสลีย์

persil > rameaux de persil กิ่งผักชีพาสลีย์

Garnir un plat de service avec la laitue, les rameaux de persil et quelques tranches de concombre, réserver.

persil > persil chinois / coriandre (nf) ผักชี

piment (nm) พริก

Émincer les oignons et le piment (mettre des gants pour protéger les doigts).

piment > piment oiseau พริกขี้หนู

Vous pouvez ajouter à la vinaigrette un peu de piment oiseau épépiné et très finement ciselé.

piment > piment rouge พริกแดง

Ouvrez le piment rouge, retirez les graines et hachez-le.

Décorer le plat avec le concombre et le piment rouge émincé, accompagné de la sauce.

Dans un petit bol, mélanger intimement les piments rouges, le jus de citron vert, la sauce de poisson, l'huile végétale, l'ail, la citronnelle et la moitié de la coriandre.

piment > piment entier พริกทั้งเม็ด

Garnir avec les piments entiers et les feuilles de coriandre.

piment > purée de piment พริกแกง

Ajouter la purée de piment et mélanger le tout.

Dans un ramequin, mélanger le sucre, la sauce de poisson, les sauces soja et la purée de piment.

piment > piments coupés en fines rondelles      พริกซอยหั่นเป็นแว่นบางๆ

Ajouter le sucre de palme, les piments coupés en fines rondelles, le nam pla (sauce de poisson) et les oignons émincés

piment > piment émincé      พริกหั่นละเอียด      พริกหั่นฝอย

Ajouter les oignons, les piments émincés et les tomates.

pimenté (a)      เผ็ดร้อน

Si vous constatez que votre soupe est trop pimentée, rajoutez une cuillère à café de sucre, pour adoucir.

Servez cette soupe bien chaude, pimentée pour ceux qui aiment les sensations fortes.

poireau (nm)      ต้นกระเทียม

Éplucher et laver le poireau, la citronnelle, le gingembre, l'oignon.

Lavez et coupez en rondelles les courgettes et les poireaux.

Peler et couper en lamelles les carottes et le poireau.

poivron (nm)      พริกหวาน

Coupez le poivron en grosses lanières.

Réserver les poivrons dans un sac plastique hermétiquement fermé pendant 10 minutes.

potiron (nm)      ฟักทอง

Ajouter le bouillon de poulet, le lait de coco et le potiron, puis porter le tout à ébullition.

potiron > coque du potiron      ลูกฟักทองใช้ทั้งเปลือก

Le chic de la recette est de servir cette soupe dans la coque du potiron que vous aurez soigneusement évidée

potiron > potiron sucré      ฟักทองแงบวด

Petite citrouille thaïe ou un potiron sucré.

salade (nf)      ผักสลัด

Préparer une assiette, mettez d'abord la salade.

Dresser les brochettes sur un lit de salade et servir accompagnées d'une ou de deux sauces au choix.

salade > salade iceberg      ผักกาดแก้ว

3 tasses de salade iceberg (ou chou chinois) grossièrement émincée.

soto (nm)      สะตอ

Ajouter les sotos (sorte de fève particulière au sud de la Thaïlande), bien mélanger et laisser encore cuire à feu doux durant 5 minutes.

tomate (nf)      มะเขือเทศ

Pelez les tomates, coupez-les en deux et épépinez-les. Coupez la chair en quartiers.

Ajouter la tomate, les germes de soja et les oignons de printemps. Mélanger et laisser frire encore quelques instants.

tomate > tomates-cerises มะเขือเทศเชอร์รี่

Ajouter les tomates-cerises et mélanger délicatement

Dans un saladier, mélangez la carotte, la papaye et les tomates cerises coupées en deux.

tomate > rondelles de tomates มะเขือเทศหั่นเป็นแว่น

Dans un plat de service, disposer les rondelles de tomates et de concombre.

végétal (a, nm) พืชผัก

végétal > huile végétale น้ำมันพืช

Mettre l'huile végétale dans un wok.

Chauffer une huile végétale dans le wok ou une friture et plonger 2 ou 3 brochettes, au maximum, à la fois durant 5 minutes.

### La famille des haricots พืชผักตระกูลถั่ว

arachide (nf) > huile d'arachide น้ำมันถั่วลิสง

Dans un wok ou un grand faitout, faites chauffer 3 c à soupe d'huile d'arachide.

arachide > arachides pelés et grillés à sec ถั่วลิสงคั่วปอกเปลือก

3 oeufs durs pelés, mixer avec 1 tasse d'arachides pelées et grillées à sec

cacahuète (nf) ถั่วลิสง

Servir les brochettes avec la sauce et les cacahuètes

cacahuète > cacahuètes pilées ถั่วลิสงตำ/โขลก

Garnir avec les feuilles de coriandre et cacahuètes pilées.

germe (nm) เมล็ด

germe > germe de soja ถั่วงอก

Ajouter la tomate, les germes de soja et les oignons de printemps. Mélanger et laisser frire encore quelques instants.

Laver et égoutter 200 g de germes de soja, laver et effeuiller 1 bol de feuilles de basilic thaï bai horapa (il est légèrement violet).

germe > germes de haricots ถั่วงอก

Ajoutez les germes de haricots, poursuivez la cuisson durant 2 minutes.

haricot (nm) ถั่วแขก

haricot > haricot dragon / haricot étoilé ถั่วพู

300 gr. de haricots étoilés (ou à défaut de haricots-princesse).

Immerger les haricots étoilés dans de l'eau bouillante durant 3 minutes, les rincer et ensuite les couper en tronçons de 3 cm.

haricot > haricot kilomètre ถั่วฝักยาว

50 gr. de haricots coupés (si possible des haricots « kilomètres »)

Assortiment de légumes (poivrons, aubergines, aubergines rayées thaïes, pois gourmands, petites asperges, haricots kilomètres).

haricot > haricots noirs ถั่วดำ

Tout d'abord, il faut faire tremper 1/2 tasse de haricots noirs pendant 1 nuit, puis les cuire 1h dans un peu d'eau.

haricot > haricot vert ถั่วแขกสีเขียว

Il existe de nombreuses variantes de cette recette (en ajoutant des haricots verts ou du soja, avec ou sans crevettes séchées, avec ou sans tamarin), selon les goûts de chacun.

Couper les haricots verts en petits tronçons.

haricot > sauce de haricots เต้าเจี้ยว

Ajouter les moules, la sauce de haricots et les piments.

petit pois (nm) ถั่วลันเตา

Continuer à cuire tant que les aubergines et petits pois ne sont pas tendres.

Ajoutez les petits pois cuits, la sauce de poisson et le sucre.

pois gourmand (nm) ถั่วลันเตา

Enlevez les fils des pois gourmands et coupez-les en deux en biseaux.

Verser le lait de coco et les pois gourmands, couvrir et laisser cuire quelques minutes à feu doux.

soja (nm) ถั่วเหลือง

soja > pousses de soja ถั่วงอก

Laver et trier les pousses de soja.

soja > germes de soja ถั่วงอก

Ajoutez 100 g de germes de soja et 2 poivrons rouges épépinés et coupés en quatre.

soja > pâte de soja เต้าหู้

1 tiers de tasse de pâte de soja, coupée en petits morceaux

soja > sauce de soja claire ซีอิ้วขาว

Ajouter (en mélangeant bien entre chaque ajout) le nam pla (sauce de poisson), la sauce de soja claire, la sauce de soja brune, le bouillon, le poivre.

## Les tubercules พืชผักประเภทหัวในดิน

asperge (nf) หน่อไม้ฝรั่ง

Ajouter les asperges, et faire sauter pendant 2 minutes.

carotte (nf) แครอท

Peler et couper les carottes en fins bâtonnets.

Ajouter les autres ingrédients : piments en poudre, poivre noir et la carotte râpée.

Les poulets sont servis accompagnés d'une savoureuse Som Tam à la mode locale (salade de papaye et de carottes).

échalote (nf) หอมแดง

Couper la carotte et les échalotes en petits morceaux.

navet (nm) หัวผักกาด

Ajouter les feuilles de pandanus, le navet, les champignons noirs. Laisser bouillir une minute.

oignon (nm) หอมหัวใหญ่

Émincez en fines tranches les oignons blancs.

Versez oignons, poivrons et faites sauter.

Ajouter le porc, les châtaignes, la carotte, la chair de crabe et les oignons.

oignon > oignons de printemps ต้นหอม

Ajouter les oignons de printemps émincés en bâtonnets et les piments.

oignon > oignons rouges หัวหอมแดง

5 oignons rouges moyens émincés en rondelles.

2 cuillérées à soupe d'oignons rouges émincés.

Ajouter la poudre de riz aux piments, le jus de citron vert, la citronnelle, l'oignon rouge, et le poivre vert.

pomme (nf) de terre มันฝรั่ง

Pelez et coupez les pommes de terre en cubes de la taille d'une bouchée.

Ajouter les cacahuètes, les pommes de terre, le sucre brun, le sel, le jus de tamarin et le nam pla (sauce de poisson).

patate douce (nf) มันเทศ

J'utilise des bananes, mais vous pouvez aussi utiliser des patates douces pour cette recette.

Pelez les patates douces, coupez-les en cubes, lavez-les puis mettez-les dans une casserole.



radis (nm) หัวผักกาดแดงขนาดเล็ก

1 cuillerée à soupe de radis secs en conserve (à trouver dans les magasins de produits asiatiques).

taro (nm) เผือก

Le taro est un tubercule qu'on peut trouver dans les magasins asiatiques, on le trouve aussi parfois en cubes congelés.

Peler et couper un taro en morceaux, le faire cuire dans une casserole avec de l'eau pendant 20 à 30 minutes.

### Les épices เครื่องเทศ

ail (nm) กระเทียม

Remettez le poulet dans la sauteuse avec l'ail et les épices.

ail > ail frais กระเทียมสด

Ajouter l'ail frais, les crabes, 10 cl de bouillon de volaille.

ail > ail frit กระเทียมเจียว

Ajouter la sauce d'huître, la sauce de poisson, le sucre, le poivre noir et l'ail frit.

ail > gousse d'ail กลีบกระเทียม

Ecrasez la gousse d'ail avec le sel.

anis (nm) โป๊ยกั๊ก

3 anis étoilés.

2 gousses d'anis étoilé (badiane).

Ce mélange est donc à base de miel, de cannelle, de fenouil, d'anis, de poivre de sichuan, de gingembre, girofle et coriandre.

bergamote (nf) มะกรูด

Ajouter le basilic ciselé, les piments et le chou découpés en morceaux, et la bergamote ciselée.

bergamote > feuilles de bergamote ใบมะกรูด

Ajouter les feuilles de bergamote et les feuilles de basilic.

Décorer avec les feuilles de bergamote découpées en fines lanières.

Mettre dans un plat de service et garnir avec les feuilles de bergamote et le poivron.

Laisser mijoter quelques minutes encore, ajouter les feuilles de bergamote.

cannelle (nf) อบเชย

Dans une poêle, mélanger les bananes, les fruits confits, l'eau, le miel, la vanille, la cannelle et les noix de cajou.

cannelle > bâton de cannelle      ก้านอบเชย

Mettez dans une casserole le sucre roux, les clous de girofle, le bâton de cannelle, le jus de citron vert, le sirop de gingembre (ou 2 cuillères à soupe de sucre roux et 1 cuillère à soupe de gingembre fraîchement râpé), les feuilles de menthe et l'eau.

cardamome (nf)      ลูกกระวาน

3 graines de cardamome.

3 gousses de cardamome.

Ajouter la cardamome, le gingembre, le persil, le poivre.

citron (nm)      มะนาว

Préparez la sauce thaïe au citron en mélangeant ses ingrédients dans un bol.

citron > citron vert      มะนาวเขียว

Couper les deux citrons verts restant en 8 quartiers chacun.

Presser le citron vert.

Assaisonner avec le sucre, la sauce de poisson et le jus de citron vert.

citron > jus de citron      น้ำมะนาว

Mélangez le sucre et le jus de citron vert dans un saladier.

citronnier (nm)      ต้นมะนาว

Ajoutez le sel, les feuilles de citronnier et les piments verts entiers.

citronnelle (nf)      ตะไคร้

Ajouter l'eau, le galanga, la citronnelle et la sauce de poisson.

Ajoutez ensuite la citronnelle émincée en rondelle, les champignons de paille, et les champignons noirs déshydratés.

citronnelle > tige de citronnelle      ก้านตะไคร้

2 tiges de citronnelle coupées en tronçons.

3 tiges de citronnelle émincées en fines rondelles.

Dégager le cœur (tendre) de la tige de citronnelle.

citronnelle > bâtons de citronnelles      ก้านตะไคร้

2 bâtons de citronnelle coupés en grands tronçons.

citronnelle > cœur de citronnelle      ต้นตะไคร้ที่แกะเปลือกนอกออก

Découper en très fines rondelles le cœur de citronnelle pour obtenir environ 2 cuillères à soupe.

clou (nm) de girofle      กานพลู

2 cuillerées à café de clous de girofle.

Ce mélange est donc à base de miel, de cannelle, de fenouil, d'anis, de poivre de sichuan, de gingembre, girofle et coriandre.

combava (nm)

มะกรูด

Décorez d'une feuille de combava et de rondelles fines de piment.

coriandre (nf)

ผักชี

Servir chaud en décorant le plat avec les feuilles de coriandre et les piments en lanières.

coriandre > feuille de coriandre ใบผักชี

Verser dans un plat de service et garnir avec les feuilles de coriandre.

Servir la soupe chaude, saupoudrée de feuilles de coriandre.

coriandre > poignée de coriandre ผักชีหนึ่งกำมือ

Parsemez de noix de cajou concassées et entières et d'une bonne poignée de coriandre.

coriandre > racine de coriandre รากผักชี

Chauffer un wok. Ajouter les racines de coriandre, l'ail émincé, le poivre, l'anis étoilé, la citronnelle, la cardamome et le cumin.

Ajouter dans la même poêle l'ail, le poivre et les racines de coriandre.

coriandre > bouquet de coriandre ผักชีหนึ่งช่อ

1 bouquet de coriandre (tiges et feuilles) émincée grossièrement.

cumin (nm)

ยี่หระ ผงยี่หระ เมล็ดสมุนไพรที่ให้กลิ่นหอม

Jetez-y la pâte de curry, la coriandre ciselée, le cumin en poudre et l'ail haché.

Ajouter le sucre, le cumin, le nam pla (sauce de poisson), le piment et les feuilles de bergamote.

curcuma (nm)

ขมิ้น

1 cuillère à café de curcuma en poudre ou frais.

Remettre le bouillon dans une casserole et ajouter l'eau de tamarin, la citronnelle, le curcuma, et le sucre.

échalote (nf)

หอมแดง

Mélanger intimement (uniformément) les échalotes, le piment en poudre, le nam pla (sauce de poisson) et le jus de citron.

Dans un plat, mélanger le poulet avec l'échalote, le gingembre, le sucre, la noix de coco, le jus de citron vert, le nam pla (sauce de poisson) et le piment ciselé.

épice (nf)

เครื่องเทศ

ส่วนต่างๆ จากพืชที่ใช้ในการปรุงอาหารเพื่อให้กลิ่นหอม หรือมีรสเผ็ดร้อน

Remettez le poulet dans la sauteuse avec l'ail et les épices.

Mélangez la pâte obtenue avec les épices avec le poisson, l'œuf, la sauce de poisson, et versez ensuite, progressivement, le reste de lait de coco.

Dans une casserole, mettre les épices, la crème fraîche et l'eau. Porter à ébullition et réduire aussitôt le feu.

galanga (nm) ข้า

Ajouter le galanga et mélanger le tout.

Epluchez le galanga, coupez-le en tranches puis en julienne.

galanga > lamelle de galanga ข้าที่หั่นเป็นแผ่นบางๆ

3 lamelles de galanga.

galanga > galanga frais ข้าสด

3 tranches de galanga frais.

galanga > morceau de galanga ข้าหั่นเป็นชิ้น

Couper le galanga en morceaux de 2 cm.

Ôtez le gros des feuilles de citronnier et les morceaux de galanga.

gingembre (nm) จิง

Pelez et découpez le gingembre en fines lanières, mettez ces lanières dans le saladier.

Ajouter les sauces de soja, la cardamome, l'anis, la cannelle, le gingembre, le galanga et le vinaigre de riz.

gingembre > jeunes gingembre จิงอ่อน

Peler et couper en cubes du 5 mm 5-6 cm de jeune gingembre. (il faut qu'il ne soit pas trop fibreux).

gingembre > gingembre frais จิงสด

10 tranches de gingembre frais.

Epluchez et hachez finement l'ail ainsi que le gingembre.

gingembre > gingembre en fines lamelles จิงซอยเป็นชิ้นบางๆ

Coupez le gingembre en fines lamelles.

gingembre > gingembre aromatique กระชาย

herbe (nf) สมุนไพร

Ajouter enfin la poudre de riz grillé, le mélange d'herbes et les piments.

lime (nf) มะนาว

Décorer avec des tranches de tomates et de lime.

lime > feuille de lime ใบมะกรูด

Ajouter le reste du lait de coco, les piments et les feuilles de lime.

Remplir les 4 bols en noix de coco avec le curry et les garnir avec les feuilles de lime.

lime > kafir lime ใบมะกรูด

Ajoutez la citronnelle, le kafir lime, les échalotes épluchées écrasées, le galanga et le gingembre.

lime > zeste de lime ผิวมะกรูด

Placer par-dessus les crevettes 2 feuilles de basilic, un peu de carotte, un peu de zeste de lime et un peu de vermicelles de riz.

menthe (nf)

สะระแหน่

Garnir avec les feuilles de menthe et les rondelles de concombre.

Ajouter le jus de citron, le piment, le nam pla (sauce de poisson) et les feuilles de menthe.

muscade (nf) > la noix de muscade ลูกจันทน์

Poudrez avec la noix de muscade et la cannelle.

1 cuillère à café de noix de muscade en poudre.

poivre (nm)

พริกไทย

poivre > grains de poivre

เม็ดพริกไทย

Piler au mortier les grains de poivre, l'ail et les racines de coriandre pour obtenir une pâte.

poivre > poivre en grain moulu พริกไทยป่น

3 cuillerées à café de poivre en grain moulu.

poivre > poivre blanc

พริกไทยขาว

Ajoutez la sauce d'huître, la sauce soja, le nuoc-mam, le sucre de palme et le poivre blanc.

poivre > poivre noir

พริกไทยดำ

poivre > poivre noir moulu

พริกไทยดำป่น

1 cuillerée à café de poivre noir moulu.

poivre > poivre noir concassé

พริกไทยดำตำ

½ cuillerée à café de poivre noir concassé.

poivre > poivre vert

พริกไทยสด

> poivre vert frais

พริกไทยสด

Ajouter les piments, le poivre vert frais, la sauce de poisson, la sauce d'huîtres et le sucre.

poivre > grappes de poivre vert ช่อพริกไทยสด

Ajouter le nam pla, le lait concentré, les oignons de printemps, les feuilles de bergamote, l'oignon, le krachai, les piments doux, les feuilles de basilic et les grappes de poivre vert.

poivre > poivre du moulin

พริกไทยบด

Préparer 4 bols individuels en y versant successivement : viande, vermicelles, coriandre, oignons verts, ail doré, poivre du moulin, piment en poudre, quelques gouttes de vinaigre et enfin le bouillon bien chaud.

pandanus (nm)

ใบเตย

Vous trouverez les feuilles de pandanus dans toutes les boutiques asiatiques. A défaut, on peut utiliser des feuilles de bananier, mais l'arôme sera différent.

## Les fruits ผลไม้

ananas (nm)

สับปะรด

Chauffer le restant d'huile dans le wok toujours à feu moyen. Ajouter l'ail frais, les morceaux d'ananas et les morceaux de poisson. Laisser frire 30 secondes.

> queue (nf)

ยอดหรือใบสับปะรด

Coupez l'ananas en deux sans enlever la queue. Avec un couteau et une grosse cuillère, évidez-le délicatement sans abîmer la coque.

> coque (nf)

เปลือก

> coques d'ananas

เปลือกสับปะรด

Servez en disposant les fruits dans les coques d'ananas.

banane (nf)

กล้วย

Peler les bananes et les couper en rondelles de 5 cm.

Poser les bananes chaudes sur un plat et les arroser avec la crème de coco.

Épluchez la banane, coupez la en rondelles.

banane > régime de bananes

เครือกล้วย

carambole (nf)

มะเฟือง

Servez en disposant les fruits dans les coques d'ananas. Décorez avec des tranches de carambole et des feuilles de menthe.

fruit (nm)

ผลไม้

Préparez les fruits et mettez-les au fur et à mesure dans un saladier.

fruits confits (nm)

ผลไม้เคลือบน้ำตาล ผลไม้แช่อิ่ม

Dans une poêle, mélanger les bananes, les fruits confits, l'eau, le miel, la vanille, la cannelle et les noix de cajou.

fraise (nf)

สตอเบอรี่

Lavez et équeutez les fraises, puis coupez-les en deux.

grenadine (nf)

น้ำทับทิม

Coupez les châtaignes d'eau et faites-les macérer 1 heure dans de la grenadine pour obtenir une belle couleur rouge.

kiwi (nm)

ลูกกีวี

Pelez les kiwis, partagez-les en deux dans la longueur, détaillez-les en tranches.

litchi (nm)

ลิ้นจี่

Égouttez les litchis.

Épluchez les litchis et dénoyautez-les.

mangue (nf)

มะม่วง

En Thaïlande, il y a 2 sortes de mangues vertes, les douces (vertes foncées) et les acides (vertes claires).

Placer les filets sur un plat de service, accompagnés de la salade de mangue.

Placez les lamelles de mangue et le riz dans un plat.

Dans un bol, mélanger la mangue, les oignons rouges, les oignons de printemps et les piments.

mangue > chair de la mangue เนื้อมะม่วง

Émincer très finement la chair de la mangue.

Coupez les mangues en deux de part et d'autre du noyau, entaillez la chair en petits carrés sans percer la peau.

Pelez la mangue, coupez la chair en quartier en passant un couteau le long de son noyau.

Émincez ces quartiers en tranches.

mangue > mangue râpée มะม่วงขูดเป็นเส้น

Ajouter le jus du citron vert à la mangue râpée

mangue > salade de mangue ยำมะม่วง

Servir le poisson croustillant et la salade de mangue séparément.

orange (nf)

ส้ม

Pelez les pamplemousses et les oranges à vif.

pamplemousse (nm)

ส้มโอ

Mettre dans des bols la salade de pamplemousse, verser l'assaisonnement dessus.

Épluchez à cru le pamplemousse. Détachez la chair de chaque quartier en éliminant toutes les parties blanches

2 tasses d'un assortiment de fruits (pommes vertes, poires, oranges, pamplemousses ou pomelos, raisins, papayes, fraises, etc.).

papaye (nf)

มะละกอ

La papaye fournit également de bonnes quantités de potassium.

Juste avant de servir, arroser la salade de papaye avec la sauce et garnir avec les tomates, les cacahuètes et les feuilles de coriandre.

La papaye est riche en vitamine C ainsi qu'en bêta-carotène, précurseur de la vitamine A.

papaye > papaye verte

มะละกอดิบ

Ajouter la papaye verte et la carotte. Mélanger délicatement avec une cuillère en bois.

poire (nf)

แพร์

Ce dessert se prépare avec des châtaignes d'eau dans la recette traditionnelle, mais vous pouvez les remplacer par de la pomme ou de la poire, ce qui vous permettra peut-être plus facilement de le préparer.

pomelo (nm) ส้มโอ

Incorporer la chair de pomelo et mélanger.

Peler et émincer le fruit en morceaux (si utilisation du pomelo, peler individuellement chaque quartier).

pomme (nf) แอปเปิ้ล

2 tasses d'un assortiment de fruits (pommes vertes, poires, oranges, pamplemousses ou pomelos, raisins, papayes, fraises, etc.).

prune (nf) พลัม

Porter à ébullition pendant 1 à 2 minutes en remuant sans cesse pour défaire la chair des prunes.

tamarin (nm) มะขาม

Mélangez le tamarin, l'ail, les piments, le sucre et le jus de citron vert dans un saladier.

tamarin > jus de tamarin น้ำมะขาม

Ajouter le jus de tamarin (ou de citron) et réduire le feu.

tamarin > pâte de tamarin มะขามเปียก

Faire chauffer le bouillon dans une casserole avec la citronnelle hachée, la pâte de tamarin et la sauce de poisson.

Laver le tamarin et le faire tremper dans l'eau durant 5 à 10 minutes (selon le parfum à obtenir).

### La famille des noix ผลไม้เปลือกแข็ง (ตระกูลถั่ว)

arachide (nf) ถั่วลิสง

Moudre les épices et les mettre de côté avec les arachides.

cacahuète (nf) ถั่วลิสง

Ajouter le nam pla, le sucre de palme et le jus de tamarin puis les cacahuètes pilées.

Ajouter les cacahuètes, la cardamome, le sel et laisser mijoter à feu moyen durant 20 minutes.

cacahuète > cacahuètes pelées ถั่วปอกเปลือก

Faire revenir à sec dans une poêle 50 g de cacahuètes pelées (on peut éventuellement utiliser des cacahuètes salées).

cacahuète > beurre de cacahuètes เนยถั่ว

Dans un saladier, mélanger progressivement l'eau chaude et le beurre de cacahuètes.

Ajouter les cacahuètes, les feuilles de basilic et la crème de coco.



cajou > noix de cajou มะม่วงหิมพานต์

Ajouter l'oignon, saupoudrer de cacahuètes concassées et de noix de cajou.

Dans un bol, mélanger tous les autres ingrédients hormis les noix de cajou et la coriandre.

châtaigne (nf) เกาลัด

Ajouter le porc, les châtaignes, la carotte, la chair de crabe et les oignons.

châtaigne (nf) d'eau หัว

Ce dessert se prépare avec des châtaignes d'eau dans la recette traditionnelle, mais vous pouvez les remplacer par de la pomme ou de la poire, ce qui vous permettra peut-être plus facilement de le préparer.

Ajouter 8 cs de farine de riz, 4 cs de maïzena, 1 cs de cassonade et 13 cs de sucre blanc, bien mélanger et cuire à feu doux jusqu'à ce que le mélange épaississe, y ajouter 200 g de châtaignes d'eau, coupées en tout petits cubes.

noix (nf) de cajou มะม่วงหิมพานต์

Faites chauffer un wok sur feu vif et versez-y les noix de cajou et le piment épicé.

noix (nf) de coco มะพร้าว

Dans un bol de taille moyenne, mélanger la farine de riz, le tapioca, le sucre, le sel et la noix de coco.

Ajouter la crème de coco, bien mélanger.

Ajouter une demi-tasse de chair de noix de coco dans le pichet contenant le jus et réserver dans le réfrigérateur.

Servir avec du riz thaï parfumé au jasmin et le jus de noix de coco frais comme boisson.

## ธัญพืช (céréale)

farine (nf) แป้ง

Mélanger le sel, le poivre et la farine.

farine > farine de blé แป้งสาลี

Les rouleaux de printemps se roulent ensuite dans des feuilles carrées, que l'on trouve congelées dans les magasins asiatiques, elles sont à base de farine de blé et elles sont assez élastiques.

farine > farine de riz แป้งข้าวเจ้า

Passer les filets dans la farine de riz, ôter l'excédent et réserver.

Mélanger dans une casserole les 4 premiers ingrédients en réservant 2 cuillères à soupe de farine de riz.

farine > farine de riz gluant แป้งข้าวเหนียว

Au besoin, il faut ajouter un peu de farine de riz gluant si la pâte est trop liquide.

farine > farine de tapioca แป้งมันสำปะหลัง

Saupoudrer avec les 2 cuillères à soupe de farine de riz et avec la farine de tapioca.

feuille (nf) de riz แผ่นแป้งเปาะเปี๊ยะ

Tremper rapidement une feuille de riz dans de l'eau froide et l'étaler sur une surface de travail.

feuilles de papier de riz แผ่นแป้งเปาะเปี๊ยะ

12 feuilles de papier de riz.

grain (nm) เมล็ด

grain > grains de riz เมล็ดข้าว

Ajouter le riz et mélanger jusqu'à ce que les grains de riz se séparent bien.

maïs (nm) ข้าวโพด

maïs > mini maïs ยอดข้าวโพดอ่อน

Faire mariner le poulet dans le vinaigre avec les mini maïs durant 1/2h.

nouille (nf) ก๋วยเตี๋ยว

Trempez les nouilles sèches dans de l'eau tiède durant 10-15 minutes.

Plonger les nouilles frites dans l'eau bouillante durant 3 à 4 minutes en remuant de temps à autre.

nouille > nouilles de riz ขนมจีน

Faire tremper les nouilles de riz 10 min dans de l'eau chaude, jusqu'à ce qu'elles ramollissent, les égoutter et réserver.

riz (nm) ข้าว ข้าวเจ้า

riz > riz blanc ข้าวขาว

Servez bien chaud avec du riz blanc.

riz > riz blanc parfumé ข้าวหอมขาว

Servir avec la sauce, le concombre, la coriandre et du riz blanc parfumé.

riz > riz basmati ข้าวพันธุ์บาสมาตี

Incorporez le riz basmati, puis versez 30 cl d'eau bouillante.

riz > riz thaï parfumé ข้าวหอมไทย

Garnir avec les feuilles de basilic et servir avec du riz thaï parfumé.

riz > riz thaï jasmin ข้าวหอมมะลิไทย

A servir avec un riz thaï au jasmin et des asperges pour un délicieux repas d'été.

riz > riz collant ข้าวเหนียว

Tremper 600 g de riz collant pendant au minimum 8 heures dans de l'eau froide, l'égoutter et le cuire à la vapeur pendant 20 minutes.

riz > riz gluant ข้าวเหนียว

Le riz gluant refroidi peut être réchauffé à la vapeur, mais jamais au four traditionnel ni au four à micro-ondes.

riz > riz grillé ข้าวคั่ว

Servir dans un plat et saupoudrez d'une cuillerée à soupe de riz grillé.

½ cuillerée à soupe de poudre de riz grillé.

riz > riz gluant grillé ข้าวเหนียวคั่ว

On trouve dans le commerce spécialisé de la poudre de riz gluant grillé

riz > riz sauté ข้าวผัด

Du riz sauté aux oignons accompagne très bien ce plat.

riz > farine de riz แป้งข้าวเจ้า

Dans un bol de taille moyenne, mélanger la farine de riz, le tapioca, le sucre, le sel et la noix de coco.

riz > feuille de riz แผ่นแป้งที่ทำจากแป้งข้าวเจ้า แผ่นแป้งเปาะเปี๊ยะ

Passer les feuilles de riz dans de l'eau tiède.

Sur chaque feuille de riz, placer 2 crevettes côte à côte au centre.

Passer les feuilles de riz dans de l'eau tiède, les superposer et les couvrir d'un linge humide.

riz > nouilles de riz rondes ขนมจีน

On utilise les nouilles de riz rondes et blanches appelées kanom chin pour ce plat léger.

riz > nouilles fraîches de riz ขนมจีนสด

À défaut de nouilles fraîches de riz, utilisez des pâtes fraîches du type cheveux d'ange.

riz > poudre de riz ข้าวป่น

Ajouter ensuite la poudre de riz, le piment en poudre, les oignons émincés, les feuilles de menthe et la coriandre.

riz > vermicelle de riz รวุ้นเส้นที่ทำจากแป้ง เส้นก๋วยเตี๋ยว

Mettez une portion de vermicelle de riz dans des bols individuels.

Placer par-dessus les crevettes 2 feuilles de basilic, un peu de carotte, un peu de zeste de lime et un peu de vermicelles de riz.

sésame (nm) งา

Le poulet est mariné dans un mélange de piment, de jus de citron vert et de citronnelle avant d'être recouvert de chapelure aux graines de sésame.

sésame > huile de sésame น้ำมันงา

Mélanger les œufs avec l'eau, le sel et l'huile de sésame.

tapioca (nm)

สาคุ

Servir le tapioca tiède, dans des coupes, verser un peu de crème salée sur le dessus.

Dans un bol de taille moyenne, mélanger la farine de riz, le tapioca, le sucre, le sel et la noix de coco.

tapioca &gt; tapioca coloré

สาคุสี

On trouve du tapioca coloré (vert ou rose) dans les magasins asiatiques, le vert est coloré avec la feuille de pandanus.

tapioca &gt; billes de tapioca

เม็ดสาคุ

Faites cuire 5 dl d'eau, y verser 200g de billes de tapioca vertes, cuire jusqu'à ce qu'elles deviennent transparentes, il reste juste le centre qui est opaque.

tapioca &gt; farine de tapioca

แป้งสาคุ แป้งมันสำปะหลัง

Saupoudrer avec les 2 cuillères à soupe de farine de riz et avec la farine de tapioca.

vermicelle (nm)

วุ้นเส้น

Répartir les vermicelles dans les bols, versez la soupe très chaude.

vermicelle &gt; vermicelles de soja วุ้นเส้นที่ทำจากแป้งถั่วเขียว

Ajoutez le tout aux vermicelles de soja.

vermicelle &gt; vermicelles de riz วุ้นเส้นที่ทำจากแป้ง เส้นก๋วยเตี๋ยว

Dans une friteuse faites chauffer l'huile et faites frire les vermicelles de riz à point.

## Les parties des légumes et des fruits et la préparation

### ส่วนต่างๆ ของผักและผลไม้และการเตรียม

accompagner (v)

เสิร์ฟพร้อมกับ

Servir le poisson ; accompagner de la salade et de riz thaïlandais parfumé.

arroser (v)

พรมน้ำ

Arroser du jus de citron vert.

Arroser les fleurs en tranches de jus de citron pour les empêcher de brunir.

assortiment (nm)

การจัดเป็นชุด

2 tasses d'un assortiment de fruits (pommes vertes, poires, oranges, pamplemousses ou pomelos, raisins, papayes, fraises, etc.).

bâton (nm)

กึ่ง ก้าน ท่อน

1/2 bâton de citronnelle.

bâton &gt; bâton dur du cœur de l'ananas แกนสับปะรด

Ôtez et jetez le bâton dur du cœur de l'ananas, découpez la chair en cubes pas trop gros.

bâtonnet (nm) ท่อนเล็กๆ แห้งเล็กๆ

Taillez les concombres en bâtonnets de 5 cm de long.

3 oignons de printemps ou ciboulettes chinoises coupées en bâtonnets.

bouquet (nm) ช่อ

Au dernier moment, jeter dans la soupe un bouquet de coriandre et les piments.

bouquet > détacher en petits bouquets แยกออกเป็นช่อเล็กๆ

Laver le brocoli et le détacher en petits bouquets.

Prendre les feuilles d'un bouquet de basilic frais

brin (nm) ช่อเล็กๆ

Brin de coriandre pour garnir.

Lavez les brins de coriandre puis effeuillez-les.

broyer (v) บด โม่ ฝน

Dans un mixer, broyer les piments, l'ail, les tiges de citronnelle, les échalotes, les racines de coriandre, le zeste de citron et les grains de poivre d'une des deux grappes jusqu'à obtention d'une pâte homogène.

brunir (v) เป็นสีน้ำตาล ทอดจนเหลือง

Dans un wok, sans matière grasse, faire sauter la brisure de riz gluant avec les feuilles de lime et le galanga jusqu'à ce que le riz brunisse un peu.

bulbe (nm) > bulbe de citronnelle ก้านตะไคร้

Hachez finement la partie blanche du bulbe de citronnelle (le haut des tiges est dur et ne s'utilise pas).

chair (nf) เนื้อ

Pelez les tomates, coupez-les en deux et épépinez-les. Coupez la chair en quartiers.

Réserver une demi-tasse de la chair de noix de coco et conserver le reste pour une autre recette.

Incorporer la chair de pomelo en tournant délicatement.

chapeau (nm) > réserver le chapeau จุกฟักทอง

Découper le haut de la citrouille, réserver le chapeau.

chapelure (nf) ขนมหั้ว

Le poulet est mariné dans un mélange de piment, de jus de citron vert et de citronnelle avant d'être recouvert de chapelure aux graines de sésame.

ciselé (a, pp) ซึ่งหั่น/ตัดไว้

½ tasse de feuilles et tiges de coriandre finement ciselées

2 feuilles de bergamote très finement ciselées

Mélanger dans un bol l'ail, la carotte et tous les ingrédients de la sauce (nam pla, jus de citron, sucre, piments et la coriandre ciselée).

- ciseler (v) หั่น ตัด แกะสลัก  
Ciseler les épinards.  
Ciseler la menthe et la ciboulette.
- cœur (nm) ใจผัก ไส้แกนด้านใน  
Effeuiliez, lavez et essorez les cœurs de laitue.  
Découper en très fines rondelles le cœur de citronnelle.  
2 cœurs de tige de citronnelle finement émincés.
- cœur > cœur blanc หัวปลีอ่อนด้านใน  
Enlever les parties dures des fleurs de bananier (ne garder que le cœur blanc) et les émincer en tranches.
- conserver (v) เก็บ  
Conservez quelques feuilles de menthe et de basilic pour la décoration et hachez le reste.
- coupé (a, pp) ซึ่งหั่น/ตัด  
coupé > coupé en quartiers ซึ่งหั่นเป็นชิ้นเท่าๆ กัน  
3 aubergines thaïlandaises coupées en quartiers.
- coupé > coupé en dés ซึ่งหั่นเป็นลูกเต๋า  
2 tomates coupées en dés.
- coupé > coupé en deux ซึ่งหั่นเป็น 2 ชิ้น  
3 feuilles de bergamote coupées en deux.  
Baisser le feu, ajouter le galanga, les feuilles de bergamote coupées en deux, le sel, et le poulet.
- coupé > coupé en fines rondelles ซึ่งหั่นเป็นแว่นบางๆ  
1 oignon de printemps coupé en fines rondelles.
- coupé > coupé en grosses rondelles ซึ่งหั่นเป็นแว่นหนาๆ  
30 gr. de galanga coupé en grosses rondelles.
- coupé > coupé en tronçons ซึ่งหั่นเป็นท่อน  
2 tiges de citronnelle coupées en tronçons.
- coupé > coupé en allumettes ซึ่งหั่นเป็นแท่งแบบไม้ขีดไฟ  
350 gr. de mangue verte coupée en allumettes (à défaut de mangue verte, une autre mangue convient pour autant qu'elle ne soit pas trop mûre).
- couper (v) หั่น ตัด  
Coupez les extrémités puis râpez-les.  
Peler et couper la pomme de terre en tout petit cubes.
- couper > couper... en deux หั่นเป็น 2 ชิ้น  
Pelez les tomates, coupez-les en deux et épépinez-les.

- couper > couper .... en 4                      หั่นเป็น 4 ชิ้น  
Couper l'ananas en 4 sur sa longueur pour former 4 barquettes, évider.
- couper > couper dans la longueur                      หั่นตามยาว  
Couper les bananes sur la longueur, puis en moitiés.
- couper > couper ... en fines lamelles                      หั่นเป็นชิ้นบางๆ  
Couper le concombre et le céleri en fines lamelles.
- couper > couper ... en julienne                      หั่นเป็นเส้นเล็กๆ  
Epluchez le galanga, coupez-le en tranches puis en julienne.
- couper > couper ... en morceaux                      หั่นเป็นชิ้น  
Dans un plat, peler et couper les fruits en morceaux.
- couper > couper ... en quartier                      หั่นเป็นชิ้นเท่าๆ กัน  
Coupez la chair en quartiers.
- couper > couper ... en fines rondelles                      หั่นเป็นแว่นบางๆ  
120 gr. de concombre pelé et coupé en fines rondelles.  
Couper les piments rouges en fines rondelles.
- couper > couper ... en cubes de la taille d'une bouchée                      หั่นเป็นลูกเต๋าหรือชิ้นสี่เหลี่ยมขนาดพอดีคำ  
Pelez et coupez les pommes de terre en cubes de la taille d'une bouchée.
- couper > couper ... dans le sens de la longueur                      หั่นตามยาว  
Effeuillez les endives ; les couper en lanières dans le sens de la longueur.
- croquant (a)                      สดและกรอบ  
Les légumes doivent être croquants.
- cube (nm)                      ชิ้นสี่เหลี่ยม ลูกบาศก์  
Pelez les patates douces, coupez-les en cubes, lavez-les puis mettez-les dans une casserole.
- cuire (v)                      ทำให้สุก หุงต้ม  
Cuire le lait de coco séparément, ajouter le prik nam pla, le nam pla (sauce de poisson), le jus du citron vert, le sucre.
- cuire > cuire à la vapeur                      ทำให้สุกด้วยการอบไอน้ำ  
Disposer les légumes dans la partie haute du cuiseur à vapeur et les cuire à la vapeur durant 5 minutes.
- cuire > cuire ... dans un four                      ทำให้สุกด้วยการอบในเตาอบ  
Faire cuire les poivrons entiers dans un four très chaud (230°C) jusqu'à ce que la peau soit brûlée.
- décorer (v)                      ประดับ ตกแต่ง  
Décorer chaque bol avec un peu de lait de coco, les piments et les feuilles de bergamote.





- effeuillé (a, pp)                      ซึ่งเด็ดเป็นใบ  
Hors du feu, ajoutez le nuoc-mâm, le jus du citron vert et la coriandre effeuillée. Ajouter les oignons de printemps, les échalotes, les branches de coriandre, les feuilles de coriandre thaïlandaise ciselées et la menthe effeuillée.
- effeuiller (v)                          เด็ดใบ  
Laver et effeuiller la salade.  
Effeuiliez, lavez et essorez les cœurs de laitue.
- égrener (v)                          เด็ดที่ละเม็ด  
Lavez les piments doux, coupez-les en 2 dans le sens de la longueur, égrenez et coupez-les en lanières.
- enlever (v) les pépins              เอาเม็ดเล็กๆ ออก
- émincé (a, pp)                      ซึ่งหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ  
6 petits piments rouges finement émincés.  
Disposer les légumes émincés sur un autre plat (chou, carottes, menthe, ciboule, soja).  
Mélanger les vermicelles, les crevettes, le poulet, le porc, les oignons hachés, les champignons émincés, le concombre coupé en petits dés.
- émincé > émincé en gros tronçons    ซึ่งหั่นเป็นชิ้นใหญ่  
2 tiges de citronnelle émincées en gros tronçons.
- émincé > finement émincé              ซึ่งซอยเป็นชิ้นบางๆ  
1 échalote finement émincée.  
4 gousses d'ail finement émincées.  
1 piment rouge finement émincé.
- émincé > grossièrement émincé    ซึ่งหั่นหยาบๆ  
50 gr. d'oignon de printemps grossièrement émincé.
- émincé > émincés en lanières        ซึ่งหั่นเป็นชิ้นยาว  
2 cuillerées à soupe d'oignons rouges émincés en lanières.
- émincer (v)                          หั่น สับ ซอย  
Emincer les piments et l'échalote et les ajouter à la viande.  
Emincer et ajouter la moitié des feuilles de menthe et la sauce de poisson.
- enrober (v)                          คลุม หุ้ม  
Ajouter la sauce et mélanger soigneusement afin d'enrober toutes les fleurs.
- entier / entière (a)                  ทั้งหมด  
1 cuillerée à soupe de feuilles entières de coriandre fraîche.  
Faire chauffer le bouillon avec le céleri, les gousses d'ail pelées et entières, le nam pla (sauce de poisson), la sauce de soja et le poivre.

entourer (v) ล้อมรอบ รายล้อม

Disposer le poulet au milieu d'un plat de service et l'entourer de feuilles de salade.

éparpiller (v) โปรย โรย

Eparpiller les noix de cajou autour du plat et garnir la salade de mangue avec les feuilles de coriandre.

épépiné (a, pp) ซึ่งเอาเมล็ดออก

Préparer la salade : couper les tomates épépinées en rondelles, émincer l'échalote en fines rondelles.

épépiner (v) เอาเมล็ดออก

Épépinez la tomate et coupez-la en cubes.

Préparer les poivrons : laver, épépiner, détailler en petits morceaux.

Peler et épépiner les poivrons puis les découper en lanières.

éplucher (v) ปอกเปลือก ทำความสะอาดและเอาส่วนที่ไม่ใช้ออก

Épluchez le galanga, coupez-le en tranches puis en julienne.

Épluchez à cru le pamplemousse. Détachez la chair de chaque quartier en éliminant toutes les parties blanches

éplucher > éplucher des pommes de terre, une pêche ปอกมันฝรั่ง ปอกพีช

Épluchez et émincez le gingembre. Fendez en quatre le bulbe de la citronnelle (avec les 10 premiers centimètres de la tige).

éplucher > éplucher de la salade ทำความสะอาดผักสลัดโดยตัดส่วนที่ไม่ต้องการออก

Il est très difficile d'éplucher une salade dont le cœur est très serré. Afin d'éviter que les feuilles se déchirent, il est conseillé de détacher les feuilles dans l'eau.

éplucher > éplucher à cru le pamplemousse ปอกเปลือกส้มโอ

Épluchez à cru le pamplemousse. Détachez la chair de chaque quartier en éliminant toutes les parties blanches et mettez-la dans un saladier.

éponger (v) ซับน้ำ

Lavez les feuilles de chou chinois sous l'eau froide et épongez-les avec du papier absorbant.

épluchure (nf) เปลือก

épluchure > épluchures d'oranges เปลือกส้ม

essorer (v) บีบ

Rincer et essorer le concombre.

étaier (v) แผ่ แบน เกลี่ย

Étaler délicatement les morceaux de melon sur la surface du wok et verser les œufs battus par-dessus.

extrémité (nf)                      ปลาย    ตอนปลาย

Retirez les extrémités des tiges de citronnelle puis retirez la première couche.

fendre (v) &gt; fendez      ผ่าแยก    ตัด/หั่นเป็นทางยาว

Epluchez et émincez le gingembre. Fendez en quatre le bulbe de la citronnelle (avec les 10 premiers centimètres de la tige).

feuille (nf)	ใบ
--------------	----

Ajouter les feuilles de bergamote et les feuilles de basilic.

Ajouter la salade de saumon et garnir les feuilles de menthe et les piments rouges.

Les feuilles de bananier se trouvent dans les épiceries asiatiques. A défaut, utiliser des feuilles d'épinard.

fibre (nf)                      เส้นใย เยื่อ (ใส่ฟักทอง)

A l'aide d'une cuillère, retirer les fibres et les graines de la citrouille.

frais / fraîche (a)                      ଶୁଦ୍ଧ

Prendre les feuilles d'un bouquet de basilic frais.

Décorer le poisson avec les rondelles de citron et les feuilles de coriandre fraîche.

frir (v)	ทอด
----------	-----

Frيره l'échalote finement émincée à sec séparément.

Faire frire l'échalote par petite quantité jusqu'à une coloration dorée et réserver (attention ça brûle très vite).

frit > ail frit      กระเทียมเจียว

Ajouter la noix de coco râpée, les cacahuètes grillées, les échalotes frites, les piments rouges et l'ail frit. Bien mélanger.

frit > échalotes frites      หอมแดงเจียว

Disposer les tranches de magret de l'autre côté et décorer d'échalotes frites, de piment et de feuilles de coriandre.

fruit (nm) ผล

½ cuillerée à café de peau de makrut finement haché (espèce de citron vert bosselé, fruit de la bergamote).

garnir (v) ตกแต่ง

Garnir avec les feuilles de menthe et les rondelles de concombre.

Garnir un côté du plat de service de feuilles de salade.

Mettre les steaks de saumon dans un plat de service, recouvrir de sauce et garnir avec la crème de coco, les piments, les feuilles de bergamote et le basilic.

garnissant (p prés)                      โดยตกแต่ง

Présenter le plat en le garnissant avec les feuilles de coriandre, les rondelles de concombre, les oignons de printemps et des quartiers de lime.

garniture (nf)	สิ่งที่ใช้แต่งหน้าอาหาร เครื่องตกแต่ง
----------------	---------------------------------------

Ajouter les oignons de printemps, les feuilles de coriandre (garder un peu de feuilles pour la garniture) et le céleri, laisser cuire 30 secondes.

germe (nm) เมล็ดพืชใหม่

Mettez les germes de haricot dans de l'eau froide.

Ajouter la tomate, les germes de soja et les oignons de printemps. Mélanger et laisser frire encore quelques instants.

gousse (nf) d'ail      กระเทียมหนึ่งหัว

Émincez finement les échalotes et écrasez les gousses d'ail.

Faire chauffer le bouillon avec le céleri, les gousses d'ail pelées et entières, le nam pla (sauce de poisson), la sauce de soja et le poivre.

gousse > demi-gousse d'ail กระเทียมครึ่งหัว

Mettez dans un petit saladier le citron vert, l'huile, le nam pla, la demi-gousse d'ail, 3 cm de citronnelle émincée et la moitié du piment.

grain (nm) เมล็ด

½ cuillerée à café de grains de poivre noir.

2 cuillérées à soupe de grains de riz grillés et concassés (à défaut, poudre de riz grillé).

Dans une petite poêle, sans matière grasse, sécher les piments et le riz jusqu'à ce que les grains de ce dernier deviennent bruns.

graine (nf) เมล็ด

Ouvrez le piment rouge, retirez les graines et hachez-le.

Dans un plat, mélanger la chapelure, le reste de coriandre, le parmesan, les graines de sésame, le sel et le poivre.

Pour un plat plus relevé, laissez les graines de piments ou utilisez un piment thaï, très fort.

Faire griller les graines de cumin et de coriandre dans une poêle pendant 1 ou 2 minutes sans ajouter de matière grasse.

grappe (nf)      ข่อพวง ทลาย หวี เครือ

Garnir avec la seconde grappe de poivre vert frais et servir avec du riz blanc parfumé.

gratté (a, pp) ซึ่งพูด

gratté &gt; carottes grattées      แครอทขูด

150 gr. de carottes grattées et coupées en fines rondelles.

grillé (a, pp)                      ซึ่งย่าง

Garnir avec les échalotes grillées.

Saupoudrer le plat avec l'échalote grillée

haché (a, pp)	ซึ่งลับ
---------------	---------

Ajouter la sauce de poisson, le vinaigre, le piment haché et les feuilles de coriandre.

haché > grossièrement haché      ซึ่สับหยาบๆ

1 tasse de feuilles de laitue grossièrement hachées.

hacher (v)      สับ

Hacher l'oignon et les échalotes.

Epluchez et hachez finement l'ail ainsi que le gingembre.

immerger (v)      แช่

Immerger les haricots étoilés dans de l'eau bouillante durant 3 minutes, les rincer et ensuite les couper en tronçons de 3 cm.

incorporer (v)      รวมเข้าด้วยกัน ผสม คละเคล้า

Incorporer la chair de pomelo et mélanger.

jeter (v) > jetez      ทิ้ง

Ôtez et jetez le bâton dur du cœur de l'ananas, découpez la chair en cubes pas trop gros.

jus (nm)      น้ำผลไม้ น้ำจากผลไม้

Ajoutez-les aux autres fruits. Videz le jus restant dans les coques dans le saladier.

jus > jus de tamarin      น้ำมะขาม

Verser le jus de tamarin, le sucre et laisser mijoter encore une quinzaine de minutes à feu doux.

jus > jus de citron      น้ำมะนาว

Assaisonner avec le jus de citron et la sauce de soja claire.

lamelle (nf)      ชิ้นบางๆ

3 lamelles de galanga fraîchement hachées

Garnir de nouilles frites, d'oignon frit et de lamelles de piment.

lanière (nf)      ชิ้นยาวๆ

Disposer les lanières de poivrons dans un saladier, ajouter les crevettes et arroser avec la sauce.

largeur (nf)      แนวขวาง

Peler le concombre, le découper sur la longueur puis émincer sur la largeur.

laver (v)      ล้าง

Laver et effeuiller la salade.

Eplucher et laver les légumes

Lavez les feuilles de chou chinois sous l'eau froide et épongez-les avec du papier absorbant.

lit (nm) > lit de citronnelle      ภาชนะที่มีตะไคร้วางรอง

Poser le poisson sur un lit de citronnelle pilée étalée dans le panier à cuisson à la vapeur.

longueur (nf) แนวยาว

Peler le concombre, le découper sur la longueur puis émincer sur la largeur.

longueur > dans le sens de la longueur ตามแนวยาว

Couper le concombre dans le sens de la longueur, retirer les pépins et l'émincer en demi-rondelles.

matelas (nm) de feuilles de laitue ภาชนะที่มีใบผักกาดวางเป็นพื้น

Dresser la salade sur un matelas de feuilles de laitue, garnir de feuilles de coriandre.

mélanger (v) ผสม

Au dernier moment, ajouter les feuilles de menthe et bien mélanger.

mouiller (v) ทำให้ชุ่มน้ำ

Placer les haricots étoilés dans un plat de service, mouiller avec le lait de coco bouillant.

moudre (v) บด

Moudre les graines de coriandre, de cumin, de poivre, le curcuma, la poudre de curry, le galanga, la citronnelle, le sel et l'ail.

mûr / mûre (a) สุก

350 gr. de mangue verte, coupée en allumettes (à défaut de mangue verte, une autre mangue convient pour autant qu'elle ne soit pas trop mûre).

napper (v) ราด เท

Garnissez-les de porc grillé et nappez de sauce au piment et au citron.

Napper les légumes de la sauce bien chaude et servir immédiatement.

nervure (nf) เส้นกลางใบ

3 feuilles de bergamote très finement émincées (enlever la nervure centrale).

Ajoutez les légumes, le sucre et les feuilles de combava dont vous aurez ôté la nervure centrale.

nettoyer (v) ล้าง ทำความสะอาด

Nettoyer les germes de soja.

noyau (nm) เม็ดในของผลไม้ เช่น เม็ดเงาะ เม็ดมะม่วง

Pelez la mangue, coupez la chair en quartier en passant un couteau le long de son noyau. Émincez ces quartiers en tranches.

ôter (v) เอาออก

Pendant ce temps, ôter la partie dure des feuilles de chou chinois (côte) et les émincer finement.

Couper le pomelo en deux et ôter la chair en essayant de conserver des demi quartiers.

parsemer (v)

ໂຮຍ

Parsemez de noix de cajou concassées et entières et d'une bonne poignée de coriandre.

Ajoutez les calmars et laissez cuire encore 2 à 3 minutes. Parsemez de feuilles de coriandre fraîche.

partie (nf)

ส่วน

partie &gt; parties dures

## ส่วนที่แข็ง

Enlever les parties dures des fleurs de bananier (ne garder que le cœur blanc) et les émincer en tranches.

peau (nf)

เปลือก ผิว

Faire cuire les poivrons entiers dans un four très chaud (230°C) jusqu'à ce que la peau soit brûlée.

Faire griller le piment, l'ail et les échalotes au four (220° C) en laissant légèrement brûler la peau.

peau > peau de l'ananas

## เปลือกสัปปะรด

Retirer la peau de l'ananas sans laisser les yeux noirs.

pédoncule (nm)

ข้าวผล

Retirez le pédoncule du piment, ouvrez-le et retirez les graines.

peler (v)

ปอก เอาเปลือกออก

Peler et hacher finement les gousses d'ail

Peler les oignons et les pommes de terre, les couper en 4 et les mettre dans le lait chaud.

Peler le concombre, le découper sur la longueur puis émincer sur la largeur.

pelé (a, pp)

ซึ่งปอกเปลือกออก

pelé > concombre pelé

แต่งปกเปลือก

½ concombre pelé et coupé en fines rondelles.

pelure (nf)

เปลือกผลไม้ (ชนิดอ่อน)    เปลือกผัก

pépin (nm)

เม็ดเล็ก ๆ เช่น เม็ดองุ่น เม็ดมะนาว

pépin > fruit (nm) à pépins

ผลไม้ที่มีเม็ดเล็กๆ อยู่ข้างใน

Enlever les pépins à l'aide d'une petite cuillère.

Couper le melon amer en deux dans le sens de la longueur et retirer les pépins.

pied (nm) de coriandre

รากผักชี (ส่วนโคนต้นจนถึงราก)

Passer les filets de poisson au mixeur avec l'ail, le pied (ou 2 ou 3 tiges) de coriandre, la sauce de soja et la Maïzena.

piler (v)

ตำ บด โขลก

Piler la citronnelle dans un mortier.

Dans un mortier, piler la racine de coriandre avec l'ail, la moitié de l'ail et le poivre.

Faire griller à sec les cacahuètes et les piler.

pilé (a, pp)

ซึ่งตำ

Poser le poisson sur un lit de citronnelle pilée étalée dans le panier à cuisson à la vapeur.

Garnir avec les feuilles de coriandre et cacahuètes pilées.

piment (nm)

พริก

piment > piments ouverts en fleur    พริกที่แกะสลักเป็นดอกไม้

Garnir avec quelques feuilles de bergamote et deux piments ouverts en fleur.

placer (v)

วาง

Placer les feuilles de laitue dans un plat de façon à former une cuvette.

pluches (nf) de coriandre

ยอดผักชี

Décorer avec des pluches de coriandre.

poignée (nf)

กำมือ

Ajoutez une petite poignée de coriandre et des quartiers de citron vert.

pousse (nf)

สิ่งที่อก หน่อ กิ่งอ่อน

pousse > pousses de bambou      หน่อไม้

pousse > pousses de soja ถั่วงอก

Remplacez les pousses de bambou par 1 boîte de pousses de soja.

Laver et trier les pousses de soja.

prélever (v)

ເອົາອອກ

Lavez les citrons. Prélevez le zeste et émincez-le finement.

pressé (a, pp)

ซึ่งบด/บิบ/คั้น

Dans une des deux jattes, ajouter l'oignon finement haché, l'ail pressé, la tomate coupée en dés et les rondelles de concombre.

presser (v)

بيب كين

Presser le citron vert.

presser > presser à la main

## ใช้มือบีบ

Couper un citron vert en deux et le presser à la main au dessus d'un grand verre rempli à moitié de glace pillée.

pulpe (nf)

## เนื้อของผักผลไม้

Coupez les tomates en deux, retirez les pépins et coupez la pulpe en petits morceaux.

Ajoutez la sauce de poisson, le jus et la pulpe du citron vert et le piment.

Presser les fruits pour obtenir le plus de pulpe possible et passer le liquide épais dans un tamis.

quart (nm)

## เศษหนึ่งส่วนสี่

Dans un saladier, couper les morceaux de concombre dans le sens de la longueur, ensuite émincer les quartiers en quart de rondelle.



quartier (nm)                      หนึ่งในสี่ ส่วน เลี้ยวหนึ่ง

Ajoutez une petite poignée de coriandre et des quartiers de citron vert.

racine (nf)	ราก
-------------	-----

Piler au mortier les grains de poivre, l'ail et les racines de coriandre pour obtenir une pâte.

Ajouter 5 racines de coriandre lavées et hachées, 1 cs de sucre, 3 cs de sauce soja claire et 3 cs de sauce d'huître.

rameau (nm)	กิ่ง ก้าน
-------------	-----------

Garnir un plat de service avec la laitue, les rameaux de persil et quelques tranches de concombre

râpé (a, pp)	ซึ่งบูด
--------------	---------

Ajouter à ce mélange le gingembre et galanga épluchés et râpés, ainsi que la pâte de curry rouge et l'huile de sésame.

râpé > zeste râpé du citron vert    ผิวมะนาวที่ขูดไว้

Mélanger le gingembre, le zeste râpé du citron vert, l'ail pressé, 1 cuillerée à soupe de sauce de soja, 1 cuillerée à soupe de nam pla (sauce de poisson) ainsi que les blancs d'œufs.

râper (v)	ขูด
-----------	-----

Râper la carotte.

réduire (v) en poudre      ทำให้เป็นผง

Mettre le riz et les piments dans un mortier et réduire en poudre.

retirer (v)      ดึงออก

Retirez le pédoncule du piment, ouvrez-le et retirez les graines.

revenir (v) ដំកត់ត្រាទៅវិញ

Chauffer l'huile dans une poêle et y faire revenir les cubes de pomme de terre jusqu'à ce qu'ils soient croustillants et dorés.

rondelle (nf)      ชิ้น/แผ่นกลมๆบางๆ

Servir avec du riz parfumé et des rondelles de concombre.

Garnir le plat avec les rondelles de citron vert.

Décorer la salade de feuilles de coriandre et de quelques rondelles de tomates.

rondelle > demi-rondelles      ครึ่งวงกลม

Peler le concombre et l'émincer en demi-rondelles.

saler (v)                      แซ่เกลือ    ทาเกลือ

Saler le concombre et laisser dégorger durant 10 minutes.

sécher (v)                      ทำให้แห้ง

Dans une petite poêle, sans matière grasse, sécher les piments et le riz jusqu'à ce que les grains de ce dernier deviennent bruns.

- servir (v) เสิร์ฟ  
Servir le curry dans des bols accompagné de légumes frais (concombres en tranches, tomates, haricots verts) et de riz thaï parfumé.
- taillé (a, pp) ซึ่งหั่น/ตัดแต่ง  
taillé > taillé en dés ซึ่งหั่นเป็นลูกเต๋า  
150 gr. de chair de citrouille taillée en dés.
- tailler (v) หั่น ตัดแต่ง แกะสลัก  
Taillez les concombres en bâtonnets de 5 cm de long.
- tapisser (v) จัดวาง  
Tapisser le fond d'un plat de service avec le chou.
- tige (nf) ก้าน  
Tapez doucement sur les tiges de citronnelle avec un pilon pour défaire les fibres.  
750 gr. de tiges de kana coupées en tronçons (ou à défaut 500 gr. de tiges de brocoli).
- tranche (nf) ชิ้น แผ่น  
Servir avec des tranches de concombre et la sauce.  
Rincez les légumes, coupez les courgettes en tranches de  $\pm$  4 mm.
- tranche > fines tranches ชิ้นบางๆ  
Émincer chaque moitié du melon en fines tranches.  
Couper le concombre en fines tranches coupées en deux.
- transvaser (v) เท ถ้าย  
Ecraser grossièrement les piments dans un mortier et transvaser dans un saladier.
- trempe (a, pp) ซึ่งแช่น้ำ  
2 piments rouges séchés, éépépinés et trempés dans de l'eau froide.
- trognon (nm) แก่นผลไม้ เช่น แก่นผลแอปเปิล
- tronçon (nm) ชิ้น ท่อน  
Ajouter les tronçons de citronnelle et les tronçons de galanga.
- utiliser (v) ใช้  
J'utilise des bananes, mais vous pouvez aussi utiliser des patates douces pour cette recette.
- yeux (nm) ตา  
Retirer la peau de l'ananas sans laisser les yeux noirs.
- zeste (nm) ผิวของพืชผลไม้ที่ใช้ประโยชน์ เช่น ผิวส้ม ผิวมะกรูด  
Prélever le zeste du citron avec un économe, le faire blanchir quelques minutes.  
Dans un grand bol, mélangez le jus des citrons et le jus de pamplemousse et d'orange.  
Ajoutez le sucre en poudre et les zestes de citron.
- zester ชูดผิว  
Zester le citron vert et réserver.

## 4

ผลิตภัณฑ์จากสัตว์  
(Les produits animaux)

La viande เนื้อสัตว์

- bacon (nm) เบคอน ส่วนเนื้อหมูด้านหลังและด้านข้างที่ใส่เกลือรมควัน  
Ajouter le riz cuit, le poivron rouge, le bacon, la sauce de poisson et la sauce soya.
- boeuf (nm) เนื้อวัว  
Dans l'autre jatte, faire mariner le boeuf tiède pendant 5 minutes.
- boeuf > curry de boeuf แกงเผ็ดเนื้อ  
Cette pâte de curry convient particulièrement bien pour les curry de boeuf et de crevettes.
- boeuf > filet de boeuf เนื้อสันใน  
Placez le filet de boeuf 1 heure au congélateur puis tranchez-le en lamelles d'un demi-centimètre d'épaisseur.
- boeuf > boeuf grillé เนื้อย่าง  
Emincer finement le boeuf grillé et réservez-le dans un plat.
- côte (nf) เนื้อสัน  
Ajouter les côtes de porc et bien les enrober de marinade. Réserver pendant 1 heure.
- épaule (nf) เนื้อไหล่  
Tout d'abord couper 300 g d'épaule de porc ou de tranche de poulet, qu'il faut couper en longues allumettes.
- filet (nm) เนื้อสันใน  
Placez le filet de boeuf 1 heure au congélateur puis tranchez-le en lamelles d'un demi-centimètre d'épaisseur.
- graisse (nf) ไขมัน  
graisse > graisse de porc มันหมู  
Hachez les crevettes avec la graisse de porc et passez au mixeur pour obtenir une pâte homogène.
- lard (nm) มันหมู  
Couper le lard cuit en bâtonnets d'environ 5cm.
- peau (nf) หนัง  
Inciser la peau en croisillons et la badigeonner avec le restant de sel et de vinaigre.
- porc (nm) หมู  
Ajouter alors le porc et laisser cuire jusqu'à ce qu'il soit cuit.  
Cuire le porc dans de l'eau bouillante et lorsqu'il est cuit, l'émincer en fines tranches.

porc > porc haché หมูสับ หมูบด

Faites-y revenir l'ail et le porc haché pendant 2 minutes sur feu vif.

porc > viande de porc maigre เนื้อหมูไม่มีมัน

Ajouter la viande de porc maigre émincé et l'ail, cuire 1 minute en tournant.

porc > porc rôti หมูย่าง

Ajouter le porc rôti croquant et faire frire en remuant pour bien mélanger.

porc > travers de porc ซีโครงหมู

Verser cette marinade sur les travers de porc, couvrir et laisser mariner au réfrigérateur 24 heures.

rumsteck (nm) เนื้อสะโพก

Faire griller le rumsteck légèrement saignant.

800g de viande de bœuf (rumsteck) découpée en lamelles

sang (nm) เลือด

Egoutter la viande de bœuf sur du papier absorbant pour en retirer un maximum de sang.

steak (nm) สเต็ก เนื้อหรือปลาชิ้นหนาสำหรับย่างหรือทอด

Cuisez le steak au barbecue préchauffé à puissance maximum, pendant 4 à 6 minutes de chaque côté.

steak > steak de bœuf สเต็กเนื้อวัว

350 gr. de steak de bœuf coupé en tranches de 1 cm d'épaisseur.

travers de porc ซีโครงหมู

Retourner les travers de porc dans la marinade avant de les égoutter.

viande (nf) เนื้อสัตว์

Le passage au congélateur va permettre une découpe plus aisée de la viande.

Ajouter le jus de citron à la viande et bien mélanger.

viande > viande hachée เนื้อสับ เนื้อบด

Dans un bol, mélanger la viande hachée avec l'œuf, la pâte de coriandre et ail, la sauce soja foncée et farcir les seiches avec cette mixture.

viande > viande de bœuf เนื้อวัว

Egoutter la viande de bœuf sur du papier absorbant pour en retirer un maximum de sang.

## Le vocabulaire sur la viande คำศัพท์เกี่ยวกับอาหารเนื้อสัตว์

bleu / bleue (a) เนื้อสุกค่อนข้างดิบ

cuit /-e (a) à point สุกปานกลาง สุกพอดี

cuit > bien cuit/-e (a) สุกมาก

Quand la viande est bien cuite, ajoutez les légumes (oignons, carottes, tomates) et assaisonnez avec 2 cuillères à soupe de sauce soja, la sauce d'huître et du poivre.

découper (v) ตัด หั่น สับ

Découper la viande en lanières

dégraissier (v) เลาะมันออก

Dégraissier la viande. Hacher l'ail très finement.

faire dorer (v) ทำให้สุกเป็นสีเหลืองทอง

Faire dorer le poulet dans un peu d'huile.

frémir (v) เคี่ยว

Ajouter 3 cuillérées à soupe d'eau et laisser frémir deux minutes, jusqu'à ce que le porc soit cuit.

grillé (a, pp) ซึ่งย่าง

Emincer finement le bœuf grillé.

grillé > bœuf grillé เนื้อย่าง

Émincer le bœuf grillé en fines tranches et le mettre dans un bol.

griller (v) ปิ้ง ย่าง

griller >.... au barbecue ย่าง.... แบบบาร์บีคิว

Griller le bœuf au barbecue ou sous le grill durant 5 minutes de chaque côté.

Griller le bœuf au barbecue durant quelques minutes de chaque côté.

hacher (v) สับ

haché (a, pp) ซึ่งสับ

Poivrez et relevez la viande hachée avec la sauce soja foncée

marinade (nf) เครื่องปรุงที่ผสมสำหรับหมักเนื้อ

Verser la marinade sur le porc. Laisser mariner 2 heures.

mariner (v) หมัก

Dans un bol, bien mélanger le bœuf à la sauce soja. Laisser mariner durant deux heures.

lanière (nf) ชิ้นยาวๆ

lanière > lanières de porc หมูที่หั่นเป็นชิ้นยาวๆ

Piquer les lanières de porc dans des brochettes en bois.

mélanger (v) คลุก ผสมเข้าด้วยกัน

mélanger le bœuf à la sauce soja คลุกเนื้อกับซีอิ๊วขาว

Dans un bol, bien mélanger le bœuf à la sauce soja. Laisser mariner durant deux heures.

mettre (v) วางลง

mettre le bœuf sur la grille วางเนื้อบนตะแกรงย่าง

Mettre le bœuf sur la grille du barbecue (ou sous un grill) lorsque celui-ci n'est pas encore trop chaud.

retourner (v) กลับด้าน

retourner la viande กลับเนื้อไปอีกด้าน

Verser le restant de la marinade sur la viande et faire griller 30 secondes ensuite retourner la viande et laisser encore 30 secondes.

saignant (a) ไม่สุกมาก ดิบๆ สุกๆ

Saisissez rapidement les lamelles de filet de bœuf égouttées, celui-ci doit rester saignant.

saucisse (nf) ไส้กรอก

Pocher les saucisses pendant 5 minutes dans une casserole d'eau bouillante.

### Les volailles สัตว์ปีก

blanc (nm) เนื้อชิ้นอก

500 gr. de blanc de poulet émincé.

blanc > blancs de poulet อกไก่

Couper la carotte et les échalotes en petits morceaux. Mettre tout cela dans une casserole avec le bouillon dans lequel ont poché les blancs de poulet, ajouter le lait de coco.

canard (nm) เป็ด

Rajouter le canard et bien mélanger.

Ajouter le canard émincé et laisser cuire jusqu'à ce qu'il soit tendre.

canard > morceaux de canard เนื้อเป็ดเป็นชิ้น

Chauffer l'huile dans une poêle ou un wok et y faire frire les morceaux de canard jusqu'à ce qu'ils brunissent.

canard > tranches de canard เป็ดชิ้นโต

Mettre la pâte dans une casserole, puis ajouter 3 cuillères à soupe d'eau et les tranches de canard.

canard > magret (nm) de canard เนื้อสันในเป็ด

100 gr. de magret de canard.

Faire griller le magret sous un grill très chaud pendant 5 minutes en le retournant à mi-cuisson, puis le couper en tranches fines.

carcasse (n) de poulet โครงไก่

Le bouillon sera préparé de préférence avec une carcasse de poulet, à défaut utiliser un cube, mais le bouillon y perdra de sa saveur, et sera plus salé.

dinde (nf) ไก่จวง

On peut utiliser de la même manière des blancs de dinde ou de l'émincé de bœuf.

dinde > cuisse (nf) de dinde น่องไก่จวง

escalope (nf) ชิ้นเนื้อที่ไม่ติดกระดูก

ในการตัดแบ่งเนื้อสัตว์ ชิ้นที่เป็นเนื้อล้วนไม่มีกระดูก คือ escalope

escalope (nf) > escalopes de poulet ชิ้นเนื้อไก่หั่นบางๆ ไม่ติดกระดูก

Couper les escalopes de poulet en dés.

filet (nm) เนื้อสันใน

filet (nm) > filets de poulet เนื้อสันในไก่

Couper les filets de poulet en fines lamelles, puis les saler et les saupoudrer de féculé de maïs.

foie (nm) ตับ

Ajoutez ensuite le foie et le blanc de poulet.

lièvre (nm) กระต่ายป่า

lapin (nm) กระต่าย

Huilez légèrement les feuilles de papier sulfurisé et placez au centre les tranches de râble de lapin.

pilon (nm) de poulet น่องไก่

poule (nf) แม่ไก่ ไก่แก่ ไก่เลี้ยง

poule > bouillon de poule ซุปไก่

Ajoutez doucement le lait de coco et enfin le bouillon de poule.

poulet (nm) ไก่ ลูกไก่

Remuez constamment, jusqu'à ce que le poulet soit cuit.

Incorporer le poulet et l'oignon et les faire revenir en remuant constamment pendant environ 5 minutes.

Piquer et saler les blancs de poulet. Arroser de jus de citron vert.

poulet > blanc de poulet ออกไก่

120 gr. de blanc de poulet précuit et haché.

Coupez les blancs de poulet en longues lanières, déposez-les dans la marinade. Laissez au frigo 3 heures.

poulet > carcasse de poulet ไคร่งไก่

Le bouillon sera préparé de préférence avec une carcasse de poulet, à défaut utiliser un cube, mais le bouillon y perdra de sa saveur, et sera plus salé.

poulet > poulet grillé ไก่ย่าง

Cette salade rafraîchissante accompagne idéalement le poulet grillé (Kai Yang) et le riz gluant vapeur (Khao neow).

poulet > escalopes de poulet ชิ้นเนื้อไก่หั่นบางๆ ไม่ติดกระดูก

Faire dorer à la poêle les escalopes de poulet.

Couper les escalopes de poulet en bandes de 1cm de large et réserver.

poulet > filet de poulet เนื้อสันในไก่

Couper les filets de poulet en fines lamelles, puis les saler et les saupoudrer de fécule de maïs.

poulet > filaments de poulet เนื้อไก่ฉีก

Mettre les filaments de poulet dans un saladier.

poulet > sans peau désossé เนื้อไก่ไม่มีหนัง ไม่มีกระดูก

200 g de poulet sans peau désossé, coupé en morceaux de 1 cm

poulet > poulet fermier ไก่เลี้ยงตามธรรมชาติ

volaille (nf) สัตว์ปีก

Ajouter le bouillon de volaille, le nam pla (sauce de poisson), la sauce de soja et le sucre.

volaille > bouillon de volaille ซุปไก่

Chauffer le bouillon de volaille dans une grande casserole.

Ajouter le bouillon de volaille, la sauce d'huîtres, le sucre et la sauce soja.

### Le vocabulaire sur les volailles คำศัพท์เกี่ยวกับอาหารสัตว์ปีก

blanchir (v) ลวกน้ำร้อนก่อนปรุง

La viande doit avoir été préalablement blanchie et baignée 15 min dans une marinade de 4 cuillères à soupe d'huile d'olive, une pincée de sel et un soupçon de jus de citron vert.

brochette (nf) ไม้เสียบ

faire cuire 5 minutes, retourner les brochettes et cuire encore 3 minutes

brochette > brochette de poulet ไก่เสียบไม้

Cette sauce accompagne idéalement les brochettes de poulet.

coupé (a, pp) ซึ่งหั่น

coupé > coupées en morceaux ซึ่งหั่นเป็นชิ้น

Remuez et ajoutez les escalopes de poulets, coupées en morceaux.



- couper (v) หั่น สับ  
 couper > couper en dés หั่นเป็นลูกเต๋า  
 Couper les escalopes de poulet en dés.  
 couper en morceaux หั่นเป็นชิ้น  
 Couper le poulet en petits morceaux.  
 Couper le poulet en morceaux de 4 cm environ.  
 couper > couper en bandes de 1cm de large หั่นเป็นชิ้นบาง  
 Couper les escalopes de poulet en bandes de 1cm de large et réserver.  
 embrocher (v) เสียบไม้ (une broche = ไม้หรือเหล็กสำหรับเสียบเนื้อย่าง)  
 Embrocher les morceaux de poulet sur les brochettes et les déposer sur la grille du four.  
 enfiler (v) เสียบ แหว่ง  
 enfiler > enfiler lanières de poulet เสียบชิ้นไก่  
 Enfiler les lanières de poulet sur les brochettes.  
 escalopes (nf) de poulet ชิ้นเนื้อไก่หั่นบางๆ ไม่ติดกระดูก  
 Couper les escalopes de poulet en bandes de 1cm de large et réserver.  
 gras (a) มัน ไขมัน  
 Remplacez la viande de bœuf par un gros magret de canard. Entaillez la face grasse dans le sens de la largeur et sur toute sa longueur, après avoir retiré la moitié de l'épaisseur de gras.  
 magret (nm) เนื้ออกเป็ด  
 magret > tranches de magret เนื้ออกเป็ดหั่นเป็นชิ้น  
 Disposer les tranches de magret de l'autre côté et décorer d'échalotes frites, de piment et de feuilles de coriandre.  
 mariner (v) หมัก  
 marinade (nf) เครื่องปรุงที่ผสมสำหรับหมักเนื้อ  
 Faire mariner les morceaux de poulet dans cette marinade pendant une heure.  
 morceau (nm) ชิ้น ก้อน  
 morceau > morceaux de poulet เนื้อไก่เป็นชิ้น  
 Rincer les morceaux de poulet et placer dans la marinade que vous venez de mixer.

### Les fruits de mer อาหารทะเล

- fruits (nm) de mer อาหารทะเล  
 250 gr. de fruits de mer (crevettes, calamars, poisson, etc.).

- calmar /calamar (nm) ปลาหมึกกล้วย  
Faire bouillir une casserole d'eau et y plonger les morceaux de calamars trois à quatre minutes.  
Déposer la salade de crevettes dans une assiette, recouvrir avec les calamars.  
Découper les calamars en rectangles et avec un couteau, réaliser sur le dessus des entailles pour former des losanges.
- calmar /calamar > nageoires des calmars ครีบบปลาหมึก  
Emincez finement les nageoires des calmars.
- coquille (nf) Saint-Jacques หอยเชลล์  
Ajouter les coquilles Saint-Jacques et les laisser pocher 3 à 4 minutes.
- crabe (nm) ปู  
Pendant ce temps, mélangez le porc et le crabe.
- crabe > crabes bleus ปูม้า  
4 petits crabes bleus coupés (pattes, pinces et corps).
- crabe > chair de crabe เนื้อปู  
120 gr. de chair de crabe (ou surimi) hachée.  
Dans la même huile, faire sauter les chairs de crabe et de poulet.  
Mélanger la chair de crabe avec la salade mixte, la menthe, les échalotes et la coriandre.
- crevette (nf) กุ้ง  
Ajoutez les crevettes et faites-les sauter vivement jusqu'à ce qu'elles soient presque à point.
- crevette > crevette fraîche กุ้งสด  
Ajouter les crevettes fraîches et laisser encore cuire deux minutes.
- crevette > crevette séchée กุ้งแห้ง  
Garder deux cuillerées à soupe d'huile dans la poêle et y ajouter l'ail, les échalotes, les crevettes séchées et les piments séchés.  
Ajouter la crème de coco, le pomelo, le poivre noir et garnir avec l'autre moitié des crevettes séchées et les cacahuètes.
- crevette > crevette rose กุ้งที่สุกแล้ว  
250g de crevettes décortiquées ou des crevettes roses
- crevette > grosse crevette กุ้งใหญ่  
16 grosses crevette de type «Tiger» décortiquées en laissant la queue.
- crevette > en laissant la queue เก็บหางไว้  
Décortiquer les crevettes en laissant la queue.
- crevette > retirer le boyau noir ดึงไส้ดำ (ขี้กุ้ง) ออก  
Décortiquer les crevettes en leur laissant la queue et retirer le boyau noir.

crevette > veine centrale des crevettes เส้นเลือดดำที่อยู่ตรงกลางตัวกุ้ง

Décortiquer et retirer la veine centrale des crevettes.

crevette rose / crevette bouquet กุ้งแช่เบ๊ว

crevette grise กุ้งกุลาดำ

crevette d'eau douce กุ้งน้ำจืด

crevettes type "Tiger" กุ้งลายเสือ

250 gr. de crevettes type " Tiger " décortiquées en laissant la queue.

4 crevettes Tiger (genre gambas)

gamba (nf) กุ้ง

Décongeler vos gambas, décortiquer-les, les placer dans un plat à gratin

homard (nm) กุ้งก้ามกราม กุ้งทะเลใหญ่ก้ามใหญ่

Dresser le homard sur un plat et le servir avec la sauce par-dessus et du riz blanc parfumé.

huître (nf) หอยนางรม

huître > sauce d'huître ซอสหอยนางรม

Ajouter ensuite les champignons, la sauce d'huître, le sucre, la sauce de poisson et 10 cl d'eau.

méduse (nf) แมงกะพรุน

Faire bouillir la méduse dans de l'eau durant deux heures en changeant l'eau au moins deux fois.

moule (nf) หอยแมลงภู่

Rincer les moules et les sécher sur du papier absorbant.

Ajouter les moules, la sauce de haricots et les piments.

En Thaïlande, on peut trouver dans les marchés de toutes petites moules à la coquille translucide qui sont savoureuses et fondantes à souhait.

moules > moules avec les coquilles หอยแมลงภู่ยังไม่แกะเปลือก

1 kg. de moules avec les coquilles.

moules > moules grattées หอยแมลงภู่ที่ขัดล้างทำความสะอาดแล้ว

Mettre les moules grattées dans une casserole avec 1 cm d'eau.

moules > moules entières หอยแมลงภู่ทั้งเปลือก

Réserver quelques moules entières pour la décoration.

scampi (nm) กุ้ง

Nettoyer les scampi (veines noires et queues enlevées).

seiche (nf) ปลาหมึกใหญ่หนวดสั้น

Laisser mijoter les seiches à couvert durant 5 bonnes minutes à feu doux (la farce doit être cuite).

Plonger les seiches et les crevettes dans de l'eau bouillante durant 3 minutes.

## Le vocabulaire sur les fruits de mer คำศัพท์เกี่ยวกับอาหารทะเล

assaisonner (v)

ปรุงรส

Assaisonner les crevettes avec le lait de coco, la sauce de poisson, le jus de citron vert, le curry, le poivre.

blanchir (v)

ลวกน้ำร้อน

Blanchir les crevettes dans l'eau bouillante pendant 20 secondes pour qu'elles rosissent

cartilage (nm)

กระดูกอ่อน

Bien vider l'intérieur des corps, enlevez le cartilage, rincer simplement et bien essuyer.

coquille (nf)

เปลือกหอย

En Thaïlande, on peut trouver dans les marchés de toutes petites moules à la coquille translucide qui sont savoureuses et fondantes à souhait.

Retirer les moules de leur coquille et les mélanger dans un bol avec les seiches et les crevettes.

corps (nm)

ลำตัว

Retournez les corps des calmars.

cuire (v)

ทำให้สุก

Cuire les crevettes à l'eau bouillante (10 minutes) et ensuite les couper en gros tronçons.

cuire > cuire ... dans le bouillon ต้มให้สุกในน้ำซุป

Cuire les crevettes dans le bouillon de poisson en ébullition durant 6 minutes.

cuire > cuire ... au barbecue ou sous le grill ย่างให้สุก

Cuire les crevettes au barbecue ou sous le grill durant 3 à 4 minutes.

cuisson (nf)

การทำให้สุก

Blanchir les crevettes dans l'eau bouillante pendant 20 secondes pour qu'elles rosissent, mais elles ne doivent pas être complètement cuites (leur "cuisson" se terminera dans le jus de citron).

cuit (a, pp)

ซึ่งสุก

Placer les crevettes cuites et chaudes sur la salade de fruits et servir avec la sauce Prik Nam Pla.

décortiquer (v)

แกะเปลือกออก

Décortiquer les crevettes et les blanchir 3 minutes à l'eau bouillante.

Faites décongeler les crevettes. Décortiquez-les en gardant l'éventail de la queue.

découper (v)

หั่น สับ

Découper la méduse en lanières.

dos (nm)	หลัง	Décortiquer les crevettes en laissant la queue, fendre le dos et ôter le boyau.
égoutter (v)	ทำให้สะเด็ดน้ำ	Egoutter les poissons sans les laver.
enlever (v)	ดึงออก	Faites décongeler les calmars, séparez la tête du corps, coupez la partie de la tête sous les yeux et enlevez également le bec.
farci (a, pp)	ซึ่งยัดไส้	
farci > seiches farcies	ปลาหมึกยัดไส้	Ajouter les seiches farcies et les faire dorer de chaque côté.
fendre (v)	ผ่าแยก ตัดกรีดเป็นทางยาว	Décortiquer les crevettes en laissant la queue, fendre le dos et ôter le boyau.
garder (v)	เก็บไว้	Faites décongeler les crevettes. Décortiquez-les en gardant l'éventail de la queue.
gratté (a, pp)	ซึ่งขัดล้างทำความสะอาด	Mettre les moules grattées dans une casserole avec 1 cm d'eau. Couvrir et laisser cuire à feu moyen pendant 5 minutes jusqu'à ce qu'elles s'ouvrent.
grosueur (nf)	ขนาด ความหนา ความใหญ่	Cuire les crevettes à la vapeur durant 7 à 8 minutes selon la grosueur.
laver (v)	ล้าง	Laver abondamment les seiches et les égoutter.
mariné (a, pp)	ซึ่งแช่เกลือ	
mariné > poissons marinés	ปลาซึ่งแช่เกลือไว้	Placer les poissons marinés dans un plat.
mariner (v)	แช่เกลือ ดอง	Dans un grand saladier, réunissez les ingrédients de la marinade, ajoutez les crevettes, mélangez bien et faites mariner 15 minutes au réfrigérateur.
nageoire (nf)	ครีบ	Ajoutez les nageoires des calmars hachées, mélangez. Puis incorporez-y l'huile de sésame et pétrir.
ôter (v)	เอาออก	Décortiquer les crevettes, ôter les têtes et les viscères, mais conserver la queue.
ouvrir (v)	เปิดออก เปลือกหอยเปิดออก	Mettre les moules grattées dans une casserole avec 1 cm d'eau. Couvrir et laisser cuire à feu moyen pendant 5 minutes jusqu'à ce qu'elles s'ouvrent.

plat (nm) de poissons et fruits de mer อาหารประเภทปลาและอาหารทะเล

Cette petite salade d'épinards accompagne parfaitement les plats de poissons et fruits de mer.

plonger (v) แช่น้ำ จุ่มน้ำ

Plonger les seiches et les crevettes dans de l'eau bouillante durant 3 minutes.

porter (v) นำไป ยกมา

Porter le bouillon à ébullition et y plonger les crevettes durant trois minutes.

queue (nf) หาง

Décortiquer les crevettes, ôter les têtes et les viscères, mais conserver la queue.

refroidir (v) เย็นลง

Laisser refroidir puis couper les crevettes en deux.

retirer (v) ดึงออก แกะออก เอาออก

retirer > retirer les coquilles des moules แกะเปลือกหอยแมลงภู่ออก

Retirer les coquilles des moules et les ajouter dans la sauce au curry avec l'ananas.

Retirer les moules de leur coquille et les mélanger dans un bol avec les seiches et les crevettes.

rincer (v) ล้าง

Bien rincer les crevettes et les laisser égoutter.

rosir (v) เป็นสีชมพู

Faire mijoter jusqu'à ce que les crevettes rosissent et soient cuites.

sauter (v) ผัด

Dans la même huile, faire sauter les chairs de crabe et de poulet.

sécher (v) แห้ง

Rincer et faire sécher la méduse sur du papier absorbant.

veine (nf) dorsale เส้นเลือดดำที่หลัง

Décortiquez-les et retirez la veine dorsale avec un petit couteau tranchant.

vidé (a, pp) ซึ่งควักไส้ออก

16 seiches vidées (demander à votre poissonnier).

vider (v) ควักไส้

Bien vider l'intérieur des corps, enlevez le cartilage, rincer simplement et bien essuyer.

viscères (nmp) ไส้พุง เครื่องใน

Décortiquer les crevettes, ôter les têtes et les viscères, mais conserver la queue.

yeux (nmp) ตา

Faites décongeler les calmars, séparez la tête du corps, coupez la partie de la tête sous les yeux et enlevez également le bec.

## le poisson ปลา

bar (nm) ปลากระพง

1 poisson entier de +/- 500 gr. (bar, mullet, sébaste, etc.).

cabillaud (nm) ปลาค็อด

100 gr. de filets de poisson (sébaste, colin, cabillaud, etc.).

colin (nm) ปลา Hake ชื่อปลาชนิดหนึ่ง

100 gr. de filets de poisson (sébaste, colin, cabillaud, etc.).

400 à 500 gr. de filets de poisson à chair ferme (daurade ou colin par exemple).

daurade (nf) ปลา Sea Bream ชื่อปลาชนิดหนึ่ง

1 poisson entier (environ 1 kg) à chair ferme (sébaste, daurade, etc.) nettoyé, écaillé et lavé.

lotte (nf) ปลา Monkfish ชื่อปลาชนิดหนึ่ง

Pour un repas de fête, remplacez les poissons blancs proposés par des filets de lotte.

maquereaux (nmp) ปลา Mackerel ชื่อปลาชนิดหนึ่ง

4 poissons de type maquereaux.

poisson (nm) ปลา

C'est un curry de poisson très populaire consommé dans toute la Thaïlande

Déposez alors les filets de poisson dans cette sauce et laissez pocher entre 5 et 10 min à couvert.

poisson-chat (nm) ปลาดุก

200 gr. de filets de poissons-chats (ou similaire)

poisson > poisson croustillant ปลากรอบ

Servir la salade de mangue avec le poisson croustillant et du riz thaï parfumé.

poisson > poisson cru ปลาดิบ

Dresser les viandes et les poissons crus (poulet, porc, bœuf, poisson et crevettes) sur un plat.

poisson (nm) > poisson d'eau douce ปลาน้ำจืด

poisson (nm) > poisson de mer ปลาทะเล

150 gr. de filets de poisson (mulet, dorade, sébaste, etc.).

poisson > poisson frits ปลาทอด

Dresser les filets de poisson frits sur un plat, couvrir de sauce et servir immédiatement avec du riz blanc.

poisson > poisson fumé ปลารมควัน

poisson > morceau de poisson ชิ้นปลา

Placer les morceaux de poisson dans un bol avec une cuillerée à soupe de jus de citron vert et un peu de sel.

poisson > poisson salé ปลาเค็ม

poisson > poisson séché ปลาแห้ง

poisson > poisson à chair ferme ปลาเนื้อแน่น

1 filet (250 gr.) de poisson à chair ferme émincé en tronçons.

poisson > sauce de poisson น้ำปลา

Mixer le poisson avec les œufs, la pâte de curry, le nam pla (sauce de poisson) et la farine.

poisson > fumet de poisson กลิ่นหอมของปลา

Utilisez du bouillon de volaille et de la sauce de soja à la place du fumet de poisson et du nuoc mam.

saumon (nm) ปลาแซลมอน

Mettre les filets de saumon sur le papier, la peau dessous.

saumon > steaks de saumon สเต็กปลาแซลมอน

Ajouter les steaks de saumon et laisser cuire 3 à 5 minutes de chaque côté selon l'épaisseur des steaks.

Mettre les steaks de saumon dans un plat de service, recouvrir de sauce et garnir avec la crème de coco, les piments, les feuilles de bergamote et le basilic.

sébaste (nm) ปลา Redfish

100 gr. de filets de poisson (sébaste, colin, cabillaud, etc.).

sole (nf) ปลาตาเดียว

300 gr. de filets de sole émincés.

thon (nm) ปลาทูนา

Mettre le thon dans un grand sac en plastique alimentaire hermétique.

thon > tranches de thon ชิ้นปลาทูนา

Piquer les tranches de thon avec une fourchette et les disposer dans un plat sans qu'elles ne se superposent.

tilapia (nm) ปลานิล

Un poisson entier à chair ferme (mulet, sébaste, tilapia ...).

truite (nf) au bleu ปลาเทราท์

turbot (nm) ปลาจะละเม็ด



## Le vocabulaire sur les poissons คำศัพท์เกี่ยวกับอาหารปลา

arête (nf) ก้าง

4 filets de poisson assez épais (si possible sans arêtes).

casser (v) les filets ทำให้เนื้อปลาแตกละเอียด

Faire frire le poisson 4 à 5 minutes de chaque côté en prenant soin de ne pas « casser » les filets.

chair (nf) > chair du poisson เนื้อปลา

Prélevez la chair du poisson, incorporez-la à la pâte de piments et mixez pour bien mélanger.

chair > poisson à chair ferme ปลาที่มีเนื้อแน่น

On peut utiliser tout poisson à chair ferme, voire même du poulet et du bouillon de volaille

contenir (v) ใส่ บรรจุ

Faire chauffer à bon feu le restant d'huile dans une poêle assez large pour contenir tous les filets de poisson.

côté (nm) ด้าน ข้าง

Ajouter les morceaux de poisson et laisser frire 3 minutes de chaque côté. Ils doivent prendre une coloration brune (pas trop...).

couper (v) หั่น ตัด

Couper délicatement les filets de poisson en 4 morceaux.

Cuire les crevettes à l'eau bouillante (10 minutes) et ensuite les couper en gros tronçons.

détacher (v) เอาออก

détacher > se détacher แยกออกจาก

Laisser frire environ 8 minutes de chaque côté (la chair doit être bien cuite et se détacher de l'arête centrale).

écailler (v) ขอดเกล็ดออก

Ecailler, vider et laver les poissons.

égoutter (v) ทำให้สะเด็ดน้ำ

Egoutter les morceaux de poisson sur du papier absorbant.

émietter (v) บี้ บด ยี

Émietter les morceaux de saumon à l'aide d'une fourchette.

enlever (v) เอาออก

Enlevez la peau du thon et les parties brunes.

entailler (v)                      ฉีก    บั้ง

Entailler transversalement les flancs de poissons tous les deux centimètres environ.

entaille (nf)                      รอยบั้ง

Badigeonner les poissons avec la sauce en prenant soin qu'elle pénètre bien les entailles et le ventre.

entier (a) > poisson entier            ปลาทั้งตัว

1 poisson entier à chair ferme (dorade,...).

Si votre poêle le permet, il est mieux de laisser le poisson entier pour la cuisson et la présentation.

envelopper (v)                      ห่อ

Envelopper le poisson dans une feuille de bananier (ou à défaut d'aluminium).

espèce (nf)                      ชนิด พันธุ์

On peut utiliser n'importe quelle espèce de poisson à chair blanche et ferme.

étaler (v)                      ทำให้ทั่ว

Étaler cette pâte sur les filets de poisson.

exception (nf)                      การยกเว้น

Baisser un peu le feu et ajouter tous les ingrédients à l'exception des filets de poisson.

faire (v)                      ทำ

faire > faire cuire                      ทำให้สุก

Faire cuire le poisson 10 à 15 minutes de chaque côté, selon son épaisseur.

faire cuire ... au barbecue            ย่างบนตะแกรง/เตาบาบีคิว

faire cuire ... sur des braises            ย่างบนถ่านที่คุ้แดง

Faire cuire le poisson au barbecue (sur des braises pas trop chaudes) ou au four (200°) pendant 15 à 20 mn.

filet (nm) > filets de poisson            เนื้อปลา

Couper les filets de poisson en petits morceaux.

Emincer le filet de poisson et battre les œufs

glisser (v)                      เลื่อน/ใส่เข้าไป

Glisser les lamelles de citron dans les incisions et répartir le reste du mélange sur le poisson.

grosueur (nf)                      ขนาด ความใหญ่

Cuire les poissons au barbecue ou sous le grill. Compter 3 à 4 minutes de chaque côté selon la grosseur des poissons.

inciser (v)                      ฉีก    ตัด

Inciser la chair du poisson (faire des entailles bien profondes).

introduire (v) ใส่เข้าไป

Introduire la moitié de cette préparation dans les entailles du poisson.

peau (nf) หนัง

Enlevez la peau du thon et les parties brunes.

préparer (v) > préparer le poisson เตรียมปลา

Préparer le poisson : le nettoyer, l'écailler.

mélange (nm) ส่วนผสม

Verser ce mélange sur les filets.

morceau (nm) ชิ้น

morceau > morceaux de poisson ชิ้นปลา

Verser le jus de citron vert et la pincée de sel sur les morceaux de poisson.

morceau > morceaux de saumon ชิ้นปลาแซลมอน

Arroser les morceaux de saumon avec l'huile végétale et les cuire sous le grill durant 4 à 5 minutes. Réserver et laisser refroidir.

passer (v) คลุกเคล้า

Passer les morceaux de poisson dans la farine (faire tomber l'excédant).

recouvrir (v) ปิดคลุม

Recouvrir les poissons avec la citronnelle, les oignons et les piments.

réserver (v) เก็บไว้

Réserver le poisson au chaud dans un plat de service. Réchauffer la sauce et en napper le poisson.

retirer (v) ดึงออก

Retirer les éventuelles arêtes des filets et bien les sécher avec du papier absorbant.

ventre (nm) ท้อง พุง (ปลา)

Badigeonner les poissons avec la sauce en prenant soin qu'elle pénètre bien les entailles et le ventre.

vider (v) ควักไส้ออก

Ecailler, vider et laver les poissons.

## 5

## ส่วนประกอบอาหาร

(Les ingrédients)

algue (nf)

## สำหรับรายละเอียด

Ajouter les algues, saupoudrer de coriandre fraîche et servir.

C'est une soupe d'inspiration thaïe absolument délicieuse, à base de poulet et d'algues, délicatement aromatisée avec du gingembre, des feuilles de citron kaffir et de la citronnelle.

ail (nm)

กระเทียม

ail > ail en saumure

กระเทียมมดอง

3 cuil. à soupe d'ail en saumure.

anchois (nm)

ปลาแอนโชวี

2 boîtes de poissons marinés (sardines, maquereaux, anchois, etc..).

assaisonner (v)

ปรุรงรล

Assaisonner avec le jus de citron et parsemer de ciboulette hachée.

bacon (nm)

เบคอน

Ajouter le riz cuit, le poivron rouge, le bacon, la sauce de poisson et la sauce soya.

beurre (nm)

ឈ្មោះ

Faire fondre le beurre dans un wok (ou une grande poêle).

beurre > beurre de cacahuètes เนยถั่ว

เนยถั่ว

400 g. de beurre de cacahuètes.

A feu très doux, incorporer les différents ingrédients au beurre de cacahuètes.

bière (nf)

เปียร์

bière > bière blonde

เบียร์สด

Dans un saladier, tamiser la farine puis faire un puits au centre et incorporer les œufs battus ainsi que l'huile de tournesol, la moitié de la bière blonde et le sucre en poudre.

bouillon (nm)

ចូបសៃ

Porter le bouillon de poulet à ébullition.

bouillon &gt; bouillon de légumes น้ำซุปผัก

น้ำชุบผัก

Chauffer le bouillon de légumes dans une casserole jusqu'à ébullition.

bouillon &gt; bouillon de poulet      น้ำซุปไก่

น้ำชุบไก่

Ajouter le bouillon de poulet, le lait de coco et le potiron, puis porter le tout à ébullition.

bouillon > bouillon de poule      น้ำซุปไก่    ซุปไก่ก้อน

น้ำชุบไก่ ชุบไก่อีก

Ajouter le bouillon de poule, mélanger soigneusement pour bien chauffer le tout.

bouillon > bouillon de volaille น้ำซุปไก่ ซุปไก่ก้อน

Mélanger le lait de coco, l'eau et le bouillon de volaille et porter à ébullition.

bouillon > bouillon de poisson ซุปปลา สะตอกปลา

Cuire les crevettes dans le bouillon de poisson en ébullition durant 6 minutes.

boyau (nm) เส้นที่หลังกุ้ง

Décortiquer les crevettes en gardant la queue et en enlevant les boyaux.

brisure (nf) de riz gluant ข้าวเหนียวหัก

Dans un wok, sans matière grasse, faire sauter la brisure de riz gluant avec les feuilles de lime et le galanga jusqu'à ce que le riz brunisse un peu.

carcasse (nf) ซี่โครง

1 volaille avec sa carcasse coupée en 4.

Retirer la carcasse; ajouter les pousses de soja et le vermicelle; laisser cuire 2h30.

cébette (nf) ต้นหอม

Nettoyez et coupez les cébettes en quatre dans le sens de la longueur, en laissant 10 cm de queue verte.

champignon (nm) เห็ด

Ajouter les crevettes, le lait de coco, les champignons, le poivre noir, le piment et le nam pla.

Ajouter les champignons et les tomates. Laisser cuire jusqu'à ce que les champignons soient tendres.

champignon > champignons séchés เห็ดแห้ง

Faire tremper les champignons séchés 10 minutes dans de l'eau.

champignon > champignons de paille เห็ดฟาง

50 gr. de champignons de paille (petits champignons asiatiques) ou de champignons de Paris coupés en deux.

champignon > champignons de Paris เห็ดแชมปิญอง

100 gr. de (petits) champignons de Paris.

10 petits champignons de paille (ou à défaut des champignons de Paris ou 3 champignons noirs).

champignon > champignon noir เห็ดหูหนู

Rincer les champignons noirs.

Ajoutez les champignons de paille, les champignons noirs déshydratés, et les blancs de poulet coupés en dés.

champignon > champignons chinois noirs เห็ดหูหนู

15 champignons chinois noirs préalablement réhydratés.

champignon > champignons shiitake เห็ดชิตาเกะ

Nettoyez les shiitakés dans un linge humide.

Laisser mijoter les champignons shiitakes dans le lait de coco pendant 5 minutes.

champignon > champignons parfumés เห็ดหอม

4 champignons parfumés.

colorant (nm) alimentaire สีผสมอาหาร

Quelques gouttes de colorant alimentaire vert, rouge, jaune

condiments (nmp) เครื่องปรุง

Il déverse le contenu de son panier sur une galette de riz déposée au préalable sur son assiette, y ajoute les légumes et condiments crus selon son goût.

copeaux (nmp) de noix de coco เนื้อมะพร้าว

Copeaux de noix de coco grillées.

coriandre (nf) > coriandre en poudre ผงลูกผักชี

1 cuillerée à café de coriandre en poudre (ou racines finement hachées).

crème (nf) ครีม

Versez la préparation du riz dans le fond des ramequins puis ajoutez par-dessus la crème.

crème > crème fraîche ครีมสด

30 cl. de crème fraîche liquide.

crème > crème de coco น้ำกะทิ

Poser les bananes chaudes sur un plat et les arroser avec la crème de coco.

Versez la crème de coco (plus épaisse et sucrée que le lait) par-dessus et servez de suite.

Ajouter la crème de coco, le pomelo, le poivre noir et garnir avec l'autre moitié des crevettes séchées et les cacahuètes.

crème > crème fouettée วิปปิ้งครีม

Servir froid avec de la crème fouettée.

cru (a)ดิบ

Présenter les crevettes crues marinées, parsemées de feuilles de coriandre.

Servir avec un plat constitué de branches de menthe, de branches de basilic, un chou cru coupé en quart, des haricots verts crus.

crudité (nf) ผักสด

Ces crudités permettent de diminuer le feu (la force ou la puissance) du piment !

cube (nm) ก้อน ซุปก้อน

Le bouillon sera préparé de préférence avec une carcasse de poulet, à défaut utiliser un cube, mais le bouillon y perdra de sa saveur, et sera plus salé.

curcuma (nm) > curcuma en poudre ขมิ้นผง

½ cuillère à café de curcuma en poudre

curry (nm) เครื่องแกง

Placez dans une casserole avec le curry, le lait de coco, le bouillon et un peu de sel.

Dans une jatte, versez le lait de coco et ajoutez le curry, la sauce soja et les œufs.

curry > curry en poudre ผงกะหรี่

Mélanger le curcuma et le curry en poudre avec une pincée de sel et le lait de coco.

curry > curry indien เครื่องแกงกะหรี่

Mélanger la poudre de curry indien à la viande. Bien mélanger et laisser mariner au moins 20 minutes.

curry > curry thaï เครื่องแกงไทย

On peut remplacer le curry thaï en pâte par du curry indien en poudre.

eau (nf) น้ำ

Dissoudre le sel dans l'eau très chaude dans une casserole.

Faire sauter l'ail et la citronnelle quelques minutes et ajouter l'eau et la moitié de la sauce de poisson.

eau > eau bouillante น้ำเดือด

Cuire les vermicelles dans de l'eau bouillante durant 2 à 3 minutes.

Délayer les tablettes de bouillon de volaille dans 1 litre d'eau bouillante.

eau > eau froide น้ำเย็น

Dissoudre la maïzena dans l'eau froide et l'ajouter dans le wok.

eau > eau tiède น้ำอุ่น

Faire tremper les vermicelles pendant 10 minutes dans de l'eau tiède.

eau > eau de jasmin น้ำดอกมะลิ

Mélanger 1,5 tasse de farine de riz glutineux, avec 1/2 tasse d'eau de jasmin et une pincée de sel.

ébullition (nf) การต้มจนเดือด

Portez un grand volume d'eau salée à ébullition et faites-y blanchir les pois gourmands pendant 5 minutes.

essence (nf) น้ำมันหอมระเหย

essence > essence de jasmin น้ำมันหอมระเหยกลิ่นมะลิ

Ajouter l'essence de jasmin et mixer longuement le tout.

farine (nf) แป้ง

Mélanger le sel, le poivre et la farine.

farine > farine de riz แป้งข้าวเจ้า

Passer les filets dans la farine de riz, ôter l'excédent et réserver.

Mélanger dans une casserole les 4 premiers ingrédients en réservant 2 cuillères à soupe de farine de riz.

farine > farine de tapioca แป้งมันสำปะหลัง

Saupoudrer avec les 2 cuillères à soupe de farine de riz et avec la farine de tapioca.

fécule (nf) แป้ง แป้งมัน

fécule (nf) de maïs แป้งข้าวโพด

Délaissez les épices et la fécule dans la marinade puis versez dans le wok et laissez bouillir.

Couper les filets de poulet en fines lamelles, puis les saler et les saupoudrer de fécule de maïs.

feuille (nf) แผ่น

feuille > feuille de riz แผ่นแป้งเปาะเปี๊ยะ

Tremper rapidement une feuille de riz dans de l'eau froide et l'étaler sur une surface de travail.

feuille > feuilles de papier de riz แผ่นแป้งเปาะเปี๊ยะ

12 feuilles de papier de riz.

fibreux (a) ที่มีกากใย

Peler et couper en cubes du 5 mm 5-6 cm de jeune gingembre. (il faut qu'il ne soit pas trop fibreux).

frit (a, pp) ซึ่งทอด

frit > ail frit กระเทียมเจียว

Ajouter la citronnelle, les noix de cajou, l'ail frit et la salade. Mélanger délicatement.

frit > oignons frits หัวหอมเจียว

Ajouter le mélange de poudre de piment, oignons frits et ail frit. Bien mélanger.

gélatine (nf) วุ้น

Ajouter la gélatine et la faire fondre.

gélatine > feuilles de gélatine วุ้น/เยลลี่แผ่น

Faire tremper les feuilles de gélatine dans l'eau froide pendant 15 minutes.

germe (nm) เมล็ด

germe > germes de soja ถั่วงอก

Parsemer de germes de soja, de coriandre et de cacahuètes.

glace (nf) น้ำแข็ง

Il ne reste plus que le dressage, mélangez le lait de coco et le sirop parfumé. Pilez de la glace, mélangez.

Lorsque la glace commence à prendre sur les bords, la sortir et la passer au mixer.

hachis (nm) เนื้อสับ

Saler et poivrer ce hachis.

Laisser mariner le hachis une demi-heure au frais.



herbe (nf) สมุนไพร

Servez dans deux larges assiettes et saupoudrez enfin avec les herbes.

huile (nf) น้ำมันพืช

Dans un petit poêlon, faire dorer l'ail haché dans l'huile chaude.

Préchauffez un wok sur feu vif et versez l'huile. Jetez-y les oignons nouveaux ciselés.

huile > huile de friture น้ำมันพืชสำหรับทอด

Chauffer l'huile de friture dans une grande poêle, y déposer le poisson.

Faire chauffer l'huile de friture dans une poêle ou un wok.

huile > huile de palme น้ำมันปาล์ม

Mettre une cuillère à café d'huile de palme dans une poêle et chauffer à feu vif.

huile > huile d'arachide น้ำมันถั่วลิสง

Dans un wok ou un grand faitout, faites chauffer 3 c à soupe d'huile d'arachide.

huile > huile de maïs น้ำมันข้าวโพด

3 cuil. à soupe d'huile de maïs

huile > huile d'olive น้ำมันมะกอก

Dans un wok, colorer les lamelles de poulet à l'huile d'olive, puis déglacer avec le mirin et le laisser s'évaporer.

huile > huile de sésame น้ำมันงา

Ajouter au poulet l'huile de sésame et le galanga.

Mélanger les œufs avec l'eau, le sel et l'huile de sésame.

huile > huile de soja pour friture น้ำมันถั่วเหลืองสำหรับทอด

25 cl. d'huile de soja pour friture (ou d'arachides).

huile > huile de tournesol น้ำมันดอกทานตะวัน

Dans un saladier, tamiser la farine puis faire un puits au centre et incorporer les œufs battus ainsi que l'huile de tournesol, la moitié de la bière blonde et le sucre en poudre.

huile > huile végétale น้ำมันพืช

Mettre l'huile végétale dans un wok.

10 cl. d'huile végétale pour cuisson.

Faire chauffer l'huile végétale dans un poêlon.

Ajouter le sucre et l'huile végétale et moudre encore de façon à bien mêler le tout.

ingrédient (nm) ส่วนผสม เครื่องปรุง

Bien mélanger pour combiner tous ces ingrédients.

Mélanger les ingrédients et laisser cuire 10 minutes à feu moyen jusqu'à ce que la sauce réduise un peu.

Ajouter les autres ingrédients : piments en poudre, poivre noir et la carotte râpée.

ingrédient > autres ingrédient ส่วนผสมอื่นๆ

Dans un saladier, mélanger tous les autres ingrédients à l'exception des noix de cajou et des feuilles de coriandre.

Ajouter le curry en mélangeant bien et mettre ensuite tous les autres ingrédients.

jaune (nm) > jaune d'un œuf ไข่แดง

Prélevez les jaunes et incorporez-les à la préparation.

Ajouter les jaunes des œufs durs dans la préparation et bien mélanger.

jus (nm) น้ำผลไม้

Ajoutez la sauce de poisson et le jus de citron.

Dans un bol, mélanger intimement (uniformément) la pâte de piment, la sauce de poisson, le jus de citron et le sucre de palme.

jus > jus de citron vert น้ำมะนาวเขียว

Garnir le plat avec les feuilles de coriandre, les lamelles de piments et arroser avec le jus de citron vert.

jus > jus de cuisson น้ำสต็อก

Mettre les blancs de poulet bien mélanger et rajouter un peu de jus de cuisson du poulet.

jus > jus de tamarin น้ำมะขามเปียก

Ajouter le reste de lait de coco, la sauce de poisson, le sucre et le jus de tamarin.

lait (nm) นม

lait > lait concentré นมข้น

Au dernier moment, mettre un filet de lait concentré sur la crêpe ainsi qu'une banane coupée en rondelles.

lait > lait de coco น้ำกะทิ

Laissez épaissir puis ajoutez le reste du lait de coco progressivement, tout en remuant.

lait > lait de coco en poudre กะทิผง

Vous pouvez aussi utiliser du lait de coco en poudre

liquide (nm) ของเหลว น้ำ

Ajouter plus de liquide si le mélange devient sec.

Presser les fruits pour obtenir le plus de pulpe possible et passer le liquide épais dans un tamis.

maïzena (nf) แป้งข้าวโพด

Dissoudre la maïzena dans l'eau froide et l'ajouter dans le wok.

Dans un saladier, mélanger tous les ingrédients sauf la maïzena, l'ail frit et l'huile végétale.

- mayonnaise (nf)                      มายองเนส  
 Servez-les avec des petits pains chauds, de la sauce pimentée et de la mayonnaise aromatisée de menthe et de noix de coco.
- mélange (nm)                      ส่วนผสม  
 Égoutter et ajouter ce mélange à la soupe.  
 Piler au mortier ce mélange.
- menthe (nf)                      สะระแหน่  
 10 feuilles de menthe ciselées.
- miel (nm)                      น้ำผึ้ง  
 Dans une poêle, mélanger les bananes, les fruits confits, l'eau, le miel, la vanille, la cannelle et les noix de cajou.
- mixture (nf)                      ส่วนผสม    สิ่งที่ผสมขึ้น    สิ่งที่ปรุงขึ้น  
 Bien mélanger et réserver cette mixture dans une étamine bien ficelée.
- moutarde (nf)                      มัสตาด  
 Dans un plat ou dans un sac refermable, mélanger le jus de citron, la sauce soja, la moutarde, l'ail, le sucre roux et la pâte de curry.
- noix (nf) de coco                      เนื้อมะพร้าว  
 Dans un bol de taille moyenne, mélanger la farine de riz, le tapioca, le sucre, le sel et la noix de coco.
- noix de coco > noix de coco grillée    มะพร้าวคั่ว  
 Ajouter le porc, la noix de coco grillée, l'ail, la ciboulette, les 16 crevettes et la moitié des crevettes séchées.
- noix de coco > noix de coco râpée    มะพร้าวขูด  
 Ajouter la noix de coco râpée.
- noix de muscade                      ลูกจันทน์เทศ  
 Poudrez avec la noix de muscade et la cannelle.
- noix de Saint-Jacques                      เนื้อหอยเชลล์  
 Faire frire les noix de Saint-Jacques pendant 2 minutes de chaque côté.
- nouilles (nfp)                      ก๋วยเตี๋ยว    บะหมี่  
 Ajouter aux nouilles ainsi que les feuilles de coriandre et mélanger.
- nouilles > nouilles chinoises    หมี่ซั่ว  
 Vous pouvez ajouter des nouilles chinoises si vous aimez.
- nouilles > nouilles de riz rondes    ขนมจีน  
 On utilise les nouilles de riz rondes et blanches appelées kanom chin pour ce plat léger et très parfumé.

nouilles > nouilles de riz fraîches เส้นก๋วยเตี๋ยวสด

150 gr. de nouilles de riz fraîches ou déshydratées.

nouilles > nouilles de riz déshydratées เส้นก๋วยเตี๋ยวแห้ง

150 gr. de nouilles de riz fraîches ou déshydratées.

Si utilisation de nouilles déshydratées, les plonger dans de l'eau tiède durant 10 minutes (jusqu'à ce qu'elles ramollissent).

œuf (nm) ไข่

Battre l'œuf en omelette et le cuire dans une poêle.

Casser un œuf, cuire le blanc à la poêle et ajouter le jaune sur les nouilles.

Placez de fines bandes d'œuf cuit sur le dessus avec des oignons hachés.

œuf > œuf de canard ไข่เป็ด

Les œufs salés (Kai Kem) sont traditionnellement réalisés avec des œufs de canard

œuf > œuf dur ไข่สุกแข็ง

Dans une poêle ou un wok, chauffer un peu d'huile sur feu moyen et y faire revenir les œufs durs.

Ajouter les morceaux de canard, le sucre, les deux sauces soja, la sauce de poisson, l'étamine et les œufs durs.

Placer les feuilles de laitue dans un plat de service, ajouter le concombre, l'oignon et les tomates ainsi que le soja, les cubes de pomme de terre et les œufs durs.

œuf > œufs entiers ไข่ทั้งฟอง

Mettre les œufs entiers et les jaunes dans un bol, bien mélanger et ajouter la préparation aux épices.

œuf > œuf salé ไข่เค็ม

Les Thaïs utilisent ces œufs salés pour adoucir les curry épicés et d'autres plats pimentés.

On peut trouver des œufs salés crus dans les marchés thaïlandais.

œuf > blanc d'un œuf ไข่ขาว

Cuire le blanc d'un œuf.

Mélanger le gingembre, le zeste râpé du citron vert, l'ail pressé, 1 cuillerée à soupe de sauce de soja, 1 cuillerée à soupe de nam pla (sauce de poisson) ainsi que les blancs d'œufs.

œuf > jaune d'un œuf ไข่แดง

Prélevez les jaunes et incorporez-les à la préparation.

Ajouter les jaunes des œufs durs dans la préparation et bien mélanger.

œuf > battre les œufs ตีไข่ให้เข้ากัน

Dans un saladier, mettez les œufs. Battez-les avec le sucre et le lait.

omelette (nf) ไข่เจียว

Battre l'oeuf en omelette et le cuire dans une poêle.

ôter (v) เอาออก

Pendant ce temps, ôter la partie dure des feuilles de chou chinois (côte) et les émincer finement.

pâte (nf) ส่วนผสมอาหารที่รวมเป็นเนื้อเดียวกัน

Dans un mixer, mixer le reste des ingrédients pour former une pâte.

pâte > pâte à beignets แป้งสำหรับชุบทอด

Égoutter les rondelles d'ananas au sirop puis les tremper dans la pâte à beignets de façon à ce que les rondelles en soient bien enrobées.

pâte > pâte de crevettes กะปิ

Ajoutez les échalotes grossièrement hachées, l'ail, le galanga, la citronnelle, les piments et la pâte de crevettes.

Assaisonner avec la sauce d'huîtres, la pâte de crevettes, le piment et le jus de citron.

pâte > pâte de curry เครื่องแกง

Ajouter une bonne cuillère de pâte de curry et la brique de lait de coco.

pâte > pâte de curry jaune เครื่องแกงเขียวหวาน

Chauffer le lait de coco et la pâte de curry jaune dans un poêlon à bon feu tout en remuant.

pâte > pâte de curry du Nord (Khaeng Hanglay) เครื่องแกงเหนือ (แกงฮังเล)

Pendant ce temps, préparer la pâte de curry du Nord (Khaeng Hanglay).

pâte > pâte de curry Massamam เครื่องแกงมัสมั่น

Dans une poêle ou un wok, faire revenir la pâte de curry Massamam (variété de curry rouge) dans le reste de lait de coco et remuer jusqu'à épaississement.

pâte > pâte de curry vert เครื่องแกงเขียวหวาน

Mélanger la pâte de curry vert et le lait de coco dans une grande poêle et faire chauffer à feu vif tout en remuant.

pâte > pâte aux piments พริกตำ น้ำพริก

Lorsque l'huile du lait de coco apparaît à la surface, ajouter la pâte aux piments, bien mélanger et laisser cuire quelques instants.

Verser la préparation dans un saladier avec le jus de citron vert, le sel et la pâte de piment.

pâte > pâte de soja เต้าหู้

Versez les crevettes, le radis, la pâte de soja.

pâte > pâte de tamarin มะขามเปียก

Ajoutez le lait de coco, le nuoc-mam, le sucre de palme et la pâte de tamarin.

poivre (nm)                      พริกไทย

poivre > poivre du moulin      พริกไทยป่น

Préparer 4 bols individuels en y versant successivement : viande, vermicelles, coriandre, oignons verts, ail doré, poivre du moulin, piment en poudre, quelques gouttes de vinaigre et enfin le bouillon bien chaud.

poivre > poivre noir              พริกไทยดำ

Ajouter la crème de coco, le pomelo, le poivre noir et garnir avec l'autre moitié des crevettes séchées et les cacahuètes.

poivre > poivre noir moulu      พริกไทยดำป่น

1 cuillerée à café de poivre noir moulu.

poivre > poivre vert              พริกไทยสด

Ajouter l'échalote, les piments et le poivre vert.

poudre (nf)                      ผง

poudre > poudre de curry indien ผงกะหรี่

Faire sauter brièvement et ajouter la poudre de curry indien.

poudre > poudre de riz          ข้าวคั่วป่น

poudre > poudre de piments      พริกป่น

Ajouter le mélange de poudre de riz, la poudre de piments, les échalotes, les feuilles de menthe, les oignons de printemps, la coriandre, le piment frais, le jus de citron vert, la sauce de poisson et le sucre.

poudre > satay en poudre          ผงสะเต๊ะ

4 cuillères à soupe de satay en poudre

poudre > poudre de vanille      ผงวนิลา

1/2 cuillère à café de poudre de vanille

poudre > gingembre en poudre      ขิงป่น

1 litre de bouillon clair de bœuf (avec une pincée de gingembre en poudre).

prune (nf)                      ลูกพรุน

Dans une casserole, mélanger l'eau, les prunes et le jus des prunes.

prune > prunes en boîte          ลูกพรุนกระป๋อง

4 prunes en boîte.

purée (nf)                      บดจนเป็นผง

Dans un mortier, réduire en purée le sel, les piments, le curry, les cacahuètes et les échalotes.

qualité (nf)                      คุณภาพ คุณลักษณะ

Cuire au wok les piments émincés, l'oignon et l'ail pendant 5 à 10 minutes selon la qualité de l'oignon.

racine (nf) > racines de coriandre รากผักชี

2 cuillères à café de racines de coriandre hachées (à défaut de racines, utiliser les tiges).

ragoût (nm) อาหารที่เคี่ยวจนเปื่อย

La soupe doit être assez épaisse, comme un ragoût.

ravioli (nm) ราวีโอลี่ (พาสตาแผ่นบางประกบกันและห่อไส้ข้างใน)

Plonger les raviolis dans le bouillon bien chaud pendant 8 minutes environ.

reste (nm) ส่วนที่เหลือ

Mixez le reste d'ananas et les ingrédients de la marinade.

rum (nm) เหล้ารัม

Ajouter le rum en tournant doucement pour ne pas casser les bananes.

riz (nm) ข้าว

riz > riz blanc ข้าวขาว

Servez bien chaud avec du riz blanc.

riz > riz blanc parfumé ข้าวหอมขาว

Servir avec la sauce, le concombre, la coriandre et du riz blanc parfumé.

riz > riz basmati ข้าวพันธุ์บาสมาตี

Incorporez le riz basmati, puis versez 30 cl d'eau bouillante.

riz > riz thaï parfumé ข้าวหอมไทย

Garnir avec les feuilles de basilic et servir avec du riz thaï parfumé.

riz > riz thaï jasmin ข้าวหอมมะลิไทย

A servir avec un riz thaï au jasmin et des asperges pour un délicieux repas d'été.

riz > riz gluant ข้าวเหนียว

Le riz gluant refroidi peut être réchauffé à la vapeur, mais jamais au four traditionnel ni au four à micro-ondes.

riz > riz grillé ข้าวคั่ว

Servir dans un plat et saupoudrez d'une cuillerée à soupe de riz grillé.

riz > riz gluant grillé ข้าวเหนียวคั่ว

On trouve dans le commerce spécialisé de la poudre de riz gluant grillé

riz > riz sauté ข้าวผัด

Du riz sauté aux oignons accompagne très bien ce plat.

riz > farine de riz แป้งข้าวเจ้า

Dans un bol de taille moyenne, mélanger la farine de riz, le tapioca, le sucre, le sel et la noix de coco.

- riz > feuille de riz แผ่นแป้งที่ทำจากแป้งข้าวเจ้า แผ่นแป้งเปาะเปี๊ยะ  
 Passer les feuilles de riz dans de l'eau tiède.  
 Sur chaque feuille de riz, placer 2 crevettes côte à côte au centre.  
 Passer les feuilles de riz dans de l'eau tiède, les superposer et les couvrir d'un linge humide.
- riz > grains de riz เมล็ดข้าว  
 Ajouter le riz et mélanger jusqu'à ce que les grains de riz se séparent bien.
- riz > nouilles de riz rondes ขนมจีน  
 On utilise les nouilles de riz rondes et blanches appelées kanom chin pour ce plat léger.
- riz > nouilles fraîches de riz ขนมจีนสด  
 À défaut de nouilles fraîches de riz, utilisez des pâtes fraîches du type cheveux d'ange.
- riz > vermicelle de riz วุ้นเส้นที่ทำจากแป้ง  
 Mettez une portion de vermicelle de riz dans des bols individuels.
- safran (nm) หย้าฝรั้น  
 Une pincée de safran.
- salade (nf) สลัด  
 Salade de papaye verte accompagne traditionnellement le kai yang (poulet grillé au BBQ).
- salade mixte สลัดผักรวม  
 Mélanger la chair de crabe avec la salade mixte, la menthe, les échalotes et la coriandre.
- sauce (nf) ซอส  
 Laisser frémir quelques minutes, retirer la sauce de la poêle et réserver.  
 Dans la même poêle, ajouter la sauce soja, le vinaigre, le nam pla (sauce de poisson) et le sucre de palme.
- sauce > sauce aigre-douce ซอสเปรี้ยวหวาน  
 Ajouter la sauce d'huîtres, la sauce soja, le jus de tamarin, le bouillon de volaille et la sauce aigre-douce. Bien mélanger afin que les parfums se mélangent.
- sauce > sauce au citron น้ำจิ้มซีฟู้ด  
 Préparer la sauce au citron : dans un bol, mélanger la sauce de poisson, le jus de citron vert, le sucre, l'ail, les piments et la coriandre.
- sauce > sauce de poisson น้ำปลา  
 Dans la même poêle, ajouter la sauce soja, le vinaigre, le nam pla (sauce de poisson) et le sucre de palme.  
 Mettez dans un petit saladier le citron vert, l'huile, le nam pla, la demi-gousse d'ail, 3 cm de citronnelle émincée et la moitié du piment.



sauce > sauce de haricots      ซอสถั่ว

Ajouter les moules, la sauce de haricots et les piments.

sauce > sauce d'huîtres      ซอสหอยนางรม

Ajouter le bœuf, le brocoli, la sauce de haricots et la sauce d'huîtres.

sauce > sauce de soja      ซอสถั่วเหลือง

Tout en continuant à mélanger ajouter les sauces de soja, le sucre, le bouillon (ou l'eau), le nam pla (sauce de poisson), l'oignon et le piment.

sauce > sauce soja claire      ซีอิ๊วขาว

2 cuillerées à soupe de sauce soja claire (See Aew Siai).

1 cuillerée à soupe de sauce de soja claire.

sauce > sauce soja foncée/douce      ซีอิ๊วดำ

2 cuillerées à soupe de sauce soja foncée/douce (See Aew Dum)

1 cuillerée à soupe de sauce de soja foncée.

sauce > sauce de tamarin      ซอสมะขามเปียก

Les œufs à la sauce de tamarin sont une recette originale thaïlandaise à base de tamarin.

sauce > sauces de tables      เครื่องปรุงรสประจำโต๊ะอาหาร

Servir avec du riz blanc au jasmin et les sauces de tables habituelles.

sauce > sauce Thaï au piment      น้ำปลาพริก

Utiliser de la sauce thaïe au piment pour donner plus de goût

sel (nm)      เกลือ

Ajouter le sel et le sucre dans le lait de noix de coco et remuer jusqu'à dissolution complète.

sésame (nm)      งา

Parsemez de graines de sésame et servez accompagné de fruits frais.

sirop (nm)      น้ำเชื่อม

Égoutter les rondelles d'ananas au sirop puis les tremper dans la pâte à beignets de façon à ce que les rondelles en soient bien enrobées.

Versez le sirop refroidi sur les fruits, mélangez, couvrez de film alimentaire, mettez le saladier et les coques au frais au moins 1 H.

sorbet (nm)      ไอศกรีมผลไม้ เชอเบท

Le sorbet n'est pas encore uniformément lisse et glacé.

sucré (nm)      น้ำตาล

Ajouter le restant de sauce de poisson, le sucre et l'oignon.

Dans un poêlon, faire fondre le sucre à feu doux avec 15 cl. d'eau. Remuer pour bien dissoudre le sucre.

- sucre > sucre brun น้ำตาลทรายแดง  
175 gr. de sucre brun.  
1,5 cuillerées à soupe de sucre de palme (ou à défaut de sucre brun).
- sucre > sucre de palme น้ำตาลปีบ  
1 cuillerée à soupe de sucre de palme (ou sucre brun).  
Dans un bol, mélanger intimement (uniformément) la pâte de piment, la sauce de poisson, le jus de citron et le sucre de palme.
- sucre > sucre de canne น้ำตาลอ้อย  
3 cuillerées à soupe de sucre de palme ou sucre de canne.
- sucre > sucre en poudre น้ำตาลทราย  
1,5 cuillerée à soupe de sucre en poudre.
- sucre > sucre glace น้ำตาลทราย  
Égoutter sur du papier absorbant puis saupoudrer de sucre glace.
- sucre > sucre roux น้ำตาลทรายแดง  
1 cuil. à café de sucre de palme (ou sucre roux)  
Mettez dans une casserole le sucre roux, les clous de girofle, le bâton de cannelle, le jus de citron vert, le sirop de gingembre (ou 2 cuillères à soupe de sucre roux et 1 cuillère à soupe de gingembre fraîchement râpé), les feuilles de menthe et l'eau. Portez à ébullition puis baissez le feu et laissez mijoter 3 à 4 mn.
- thé (nm) ชา  
thé > feuilles de thé ใบชา  
Ajoutez le thé et environ la moitié des feuilles de thé, et laissez cuire encore 1 minute
- tofu (nm) เต้าหู้  
Placer le tofu sur du papier absorbant et tenir au chaud.
- vanille (nf) วานิลลา  
1/2 cuillère à café de poudre de vanille  
Dans une poêle, mélanger les bananes, les fruits confits, l'eau, le miel, la vanille, la cannelle et les noix de cajou.
- vanillé (a) ซึ่งเป็นกลิ่นวานิลลา  
Dans un bol, fouettez les jaunes d'œufs avec le sucre et le sucre vanillé, jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
- vermicelle (nm) วุ้นเส้น  
Cuire les vermicelles dans l'eau bouillante durant 10 minutes. Ensuite les rincer à l'eau froide.
- vermicelle > vermicelles de soja วุ้นเส้นที่ทำจากแป้งถั่วเขียว  
Faire tremper les vermicelles de soja dans de l'eau chaude durant 8 minutes

vermicelle > vermicelle de riz      วุ้นเส้นที่ทำจากแป้ง      เส้นก๋วยเตี๋ยว

Mettez une portion de vermicelle de riz dans des bols individuels.

vin (nm)      ไวน์

Mélangez les gambas avec le jus de citron, le vin blanc, la sauce de soja, le miel,  
le zeste de citron.

vinaigre (nm)      น้ำส้มสายชู

1,5 cuillerée à soupe de vinaigre.

Saumon glacé au gingembre, à l'orange et au vinaigre balsamique.

vinaigre > vinaigre de riz      น้ำส้มสายชูหมักจากข้าว

½ tasse de vinaigre de riz.

whisky (nm)      วิสกี้

Dans un mortier, piler l'ail, le gingembre, la coriandre avec la sauce de poisson et le  
whisky de manière à obtenir une pâte homogène.

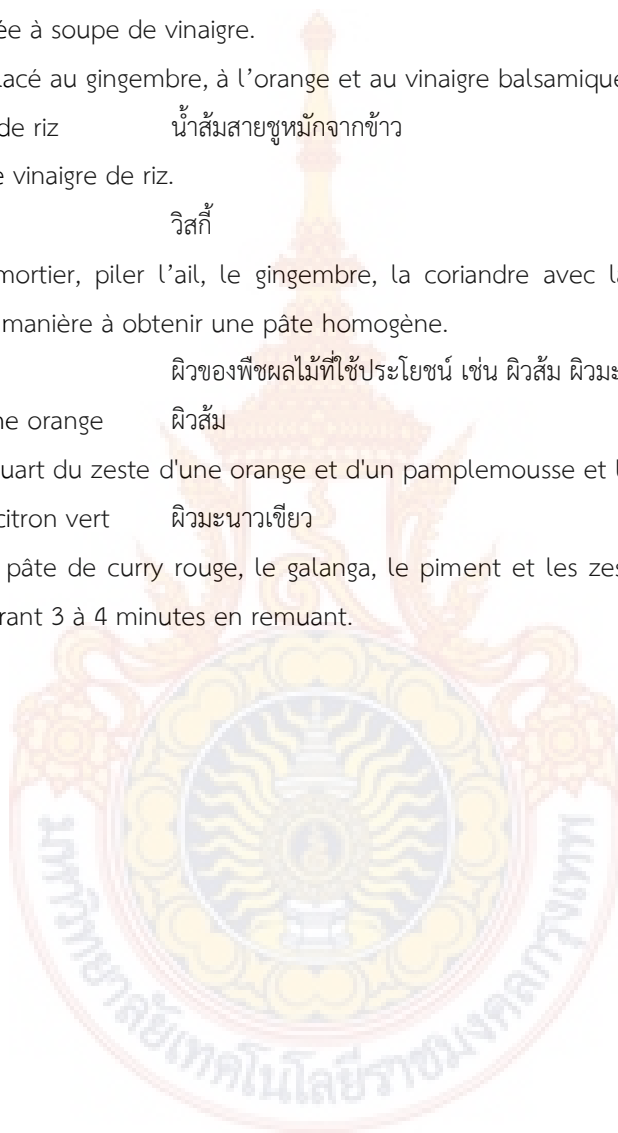
zeste (nm)      ผิวของพืชผลไม้ที่ใช้ประโยชน์ เช่น ผิวส้ม ผิวมะกรูด

zeste > zestes d'une orange      ผิวส้ม

Râper le quart du zeste d'une orange et d'un pamplemousse et les placer dans un bol.

zeste > zestes de citron vert      ผิวมะนาวเขียว

Ajouter la pâte de curry rouge, le galanga, le piment et les zestes de citron vert et faire  
revenir durant 3 à 4 minutes en remuant.



## 6

## วิธีการประกอบอาหาร

## (La préparation)

## Modes de préparation วิธีการเตรียม

abaissier (v)

ลดลง อ่อนตัว

Abaissier la pâte et la découper en cercles de 10 cm de diamètre.

absorber (v)

ซึมซับ ดูดซึม

En cours de cuisson, ajouter une cuillerée à soupe d'eau froide afin que le poulet ne dessèche pas et absorbe les saveurs.

absorbant (v)

ซึ่งสามารถซึมซับ/ดูดซึม

Faire frire les feuilles de basilic dans la friture pendant environ 2 minutes. Laisser ensuite égoutter sur un papier absorbant et réserver.

absorbé (a)

ซึ่งซึมซับ/ดูดซึมไว้

Remuer bien jusqu'à ce que la plupart du liquide soit absorbé.

absorption (nf)

การซึมซับ/ดูดซึม

Dans une casserole, mélangez le riz, le sucre, le lait de coco et l'eau puis faites chauffer à feu moyen jusqu'à ébullition, puis laissez mijoter 30 minutes sans couvrir, en remuant de temps en temps jusqu'à totale absorption du liquide.

accompagné (a, pp)

ซึ่งใส่ไปพร้อมกับ

Enfiler les crevettes sur 4 brochettes de bois, accompagnées de morceaux de citron vert.

accompagner (v)

ไปกันได้ เข้ากัน

Une viande tendre et des légumes croquants, accompagnés d'une délicieuse marinade aux parfums d'Asie.

accompagnement (nm)

เครื่องเคียง สิ่งที่รับประทานร่วมกัน

Le riz gluant sera un excellent accompagnement.

adapter (v)

ปรับ ดัดแปลง

Vous pouvez bien sûr adapter la quantité de piments à votre goût.

alterner (v)

สลับ

alterner &gt; en alternant

โดยสลับ

Enfilez les crevettes sur des brochettes en les alternant avec de petits cubes d'ananas.

ajout (nm)

การเติม

Ajouter le nam pla (sauce de poisson), la sauce de soja, les champignons, le sucre, le poivre blanc tout en mélangeant bien après chaque ajout d'ingrédient.

ajouter (v) > ajoutez                   เติม

Ajoutez le sel, les feuilles de citronnier et les piments verts entiers.

ajouter > ajouter des ingrédients   เติมส่วนผสม

Ajoutez le sucre, le jus de citron et le nuoc-mam. Mélangez bien jusqu'à dissolution du sucre.

ajouter > en ajoutant                   โดยเติม

Battre les œufs en ajoutant un peu de poivre et une cuillère à soupe de sauce soja et réserver.

amener (v)                               นำไป

amener > amener à ébullition   นำไปต้มจนเดือด

Amener à ébullition et ajouter le porc découpé.

aplatir (v)                               แผ่ ทำให้แบนเรียบ

Faire de petites boulettes avec la pâte et les aplatir en galettes minces.

apparaître (v)                       ปรากฏ แสดงให้เห็น

Dès que les parfums apparaissent, ajouter de l'ail et de l'oignon.

Faire chauffer la viande à feu moyen, jusqu'à ce que l'huile apparaisse à la surface.

apparition                               การปรากฏออกมา

Laisser chauffer jusqu'à l'apparition d'huile au-dessus de la sauce.

arrêter (v)                               หยุด

Arrêter la cuisson.

arroser (v)                               ราดน้ำหรือของเหลวอื่นไปบนอาหาร

Arrosez avec le reste de sauce.

Arrosez du lait de coco et ajoutez le bœuf émincé finement.

assaisonnement (nm)               เครื่องปรุงรส

Goûtez et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.

assaisonner (v)                       ปรุงรส

Assaisonner avec le sucre, le nam pla (sauce de poisson), le piment, la sauce d'huîtres et la sauce soja.

assécher (v)                           ทำให้แห้ง

Assécher le porc en ôtant le plus possible de jus du plat (réserver ce jus dans une poêle).

attention (nf)                       ข้อระวัง

Ajouter le sel et bien remuer durant 3 minutes. Attention à ne pas faire bouillir.

badigeonner (v)                   ทา

Badigeonner le poulet avec cette marinade et laisser reposer 4 à 6 heures.

En fin de cuisson, badigeonner la surface de la crêpe avec un pinceau d'huile ou de beurre.

- baigner (v) แช่น้ำ  
Mettre le riz dans le panier et placer celui-ci dans la cocotte au dessus de l'eau (le riz ne doit pas baigner dans l'eau).
- bain (nm) ภาชนะใส่น้ำมันทอด  
Plonger les crevettes dans l'huile par petite quantité (4 à 5 crevettes par bain).
- bain > bain de frites หม้อทอด  
Faites-les revenir dans un bain de frites ou au four pour une version allégée.
- bain > bain marie หม้อนึ่ง  
Placez le moule à manqué au bain marie pendant 3 h (à 100°C).
- battre (v) > battez ตี  
Dans un bol, battez la crème fraîche et le jaune d'œuf ; en fin de cuisson, incorporez-les au bouillon.  
Battez les œufs en ajoutant un peu de poivre et une cuillère à soupe de sauce soja et laissez de côté.
- battre > battre les œufs ตีไข่  
Dans un saladier, mettez les œufs. Battez-les avec le sucre et le lait.
- battu (a, pp) ซึ่งตีให้เข้ากัน  
2 jaunes d'œufs légèrement battus.  
Ajouter les œufs battus et faire cuire en remuant doucement jusqu'à ce que l'œuf fasse des petites lanières.
- beurre (nm) เนย  
Faites revenir 1 oignon émincé dans 15 g de beurre.
- beurrer (v) ทาเนย  
Verser la préparation dans un moule à tarte non beurré.
- bord (nm) ขอบ ริม ด้านข้าง  
Fermez les papillotes en repliant les bords.  
Appuyer sur les bords avec une fourchette.
- boudin (nm) ม้วน  
Diviser le mélange en 12 portions et rouler chacune d'entre elles en boudin.
- boulette (nf) ก้อนกลมเล็กๆ  
Faire de petites boulettes avec la pâte et les aplatir en galettes minces.
- briser (v) ทำแตก  
Ajouter tous les autres ingrédients, bien mélanger et laisser cuire 5 à 7 minutes, en faisant attention de ne pas briser les vermicelles qui commencent à frire.
- brosser (v) แปรง ทำความสะอาดด้วยแปรง  
Brossez et séchez le citron vert.







couler (v) ไหล นอง

Faire couler l'huile sur les côtés du wok.

coupé /e (a, pp) ซึ่งตัด/หั่น

coupé > coupé en dés ซึ่งตัด/หั่นเป็นลูกเต๋า

450 g de filets de poisson coupés en dés

Ajouter les piments, la tomate coupée en dés et le jus de citron vert.

coupé > coupé en morceaux ซึ่งตัด/หั่นเป็นชิ้น

Remuez et ajoutez les escalopes de poulets coupées en morceaux.

coupé > coupé en lamelles ซึ่งตัด/หั่นเป็นแผ่นบางๆ

Ajoutez 150 g de champignons coupés en lamelles et faites cuire 2 minutes environ.

coupé > coupé en tronçons ซึ่งตัด/หั่นเป็นท่อน

Chauffer le bouillon et ajouter les feuilles de bergamote coupées en deux, les tiges de citronnelle coupées en tronçons et les tranches de galanga.

couper (v) ตัด/หั่น

Coupez les crevettes en deux sur la longueur.

couper > couper ... en bandes ตัด/หั่นเป็นชิ้นยาว

Couper les escalopes de poulet en bandes de 1cm de large et réserver.

couper > couper ... en cubes ตัด/หั่นเป็นลูกเต๋า หรือลูกบาศก์

Couper la viande en cubes.

Pelez les patates douces, coupez-les en cubes, lavez-les, puis mettez-les dans une casserole.

couper > couper ... en bâtonnets ตัด/หั่นเป็นท่อนเล็ก ๆ

Éplucher les carottes et les couper en fin bâtonnets.

couper > couper ... en dés ตัด/หั่นเป็นลูกเต๋า

Couper les escalopes de poulet en dés.

couper > couper ... en lamelles ตัด/หั่นเป็นชิ้นบาง

Couper en lamelles fines le poulet.

Coupez le filet de porc en lamelles d'environ 4 cm de large sur 8 cm de long et 5 mm d'épaisseur.

couper > couper ... en grosses lamelles ตัด/หั่นเป็นชิ้นหนา

Couper les champignons en grosses lamelles.

couper > couper ... en longues lanières ตัด/หั่นเป็นเส้นยาว

Coupez les blancs de poulet en longues lanières, déposez-les dans la marinade. Laissez au frigo 3 heures.

couper > couper ... en morceaux ตัด/หั่นเป็นชิ้น

Couper le magret en morceaux de 2 cm d'épaisseur. Le faire dorer sur toutes les faces.

Couper les citrons verts en fins quartiers.

couper > couper ... en rondelles ตัดเป็นแว่น

Lavez et coupez en rondelles les courgettes et les poireaux.

Couper les blancs des œufs durs en demi-rondelles

couper > couper ... en tranches ตัดเป็นแผ่น

couper > couper ... en tronçons ตัดเป็นท่อน ๆ

A l'aide de ciseaux, couper les vermicelles en tronçons.

Tapez doucement sur les tiges de citronnelle avec un pilon pour défaire les fibres, puis coupez-les en tronçons de 5 cm.

couvrir (v) ปิด คลุม

Versez le sirop refroidi sur les fruits, mélangez, couvrez de film alimentaire, mettez le saladier et les coques au frais au moins 1 H.

croquant (a) กรอบ

Préparer le porc rôti croquant en amenant une casserole d'eau à ébullition sur chaleur moyenne.

croustiller (v) กรอบ

Saupoudrer au fur et à mesure la chair du poisson dans l'huile bien chaude (le poisson doit croustiller).

croustillant (a) ที่กรอบ

Servir le poisson croustillant et la salade de mangue séparément.

Ajouter le kana et le porc croustillant, bien mélanger.

débarrasser (v) กำจัด ทิ้ง

Débarrassez la citronnelle de ses feuilles dures et émincez le cœur.

Sortir le poisson de la poêle et le placer sur du papier absorbant afin de le débarrasser de l'excédent de graisse.

déborder (v) ท่วม ล้น ทำจนมากเกินไป

Compléter la brochette avec 5 ou 6 nouilles toujours enroulées autour de la crevette sans déborder sur le reste de la brochette.

déchiqueter (v) ฉีกหรือตัดเป็นชิ้นเล็กๆ

Déchiqueter la chair du poisson à l'aide d'une fourchette.

déchirer (v) ฉีก

Déchirer les feuilles de citron vert.

décortiquer (v) แกะเปลือก

Faites décongeler les crevettes. Décortiquez-les en gardant l'éventail de la queue.

décongeler (v) ทำให้น้ำแข็งละลาย

Pendant ce temps, décongeler séparément au micro-ondes le poisson, les crevettes, les petits pois.

décongeler > faire décongeler      ทำให้ละลาย

Faites décongeler les crevettes.

décorer (v)      ประดับ ตกแต่ง

Décorer avec des pluches de coriandre.

Transférer la salade dans un plat de service et décorer avec les cacahuètes et les feuilles de coriandre.

décorant (p prés)      โดยประดับ/ตกแต่ง

Servir chaud en décorant le plat avec les feuilles de coriandre et les piments en lanières.

décoration (nf)      การประดับ การตกแต่ง

Parsemez de noix de cajou concassées et entières pour la décoration.

découper (v)      ตัด หั่น

Découpez l'aubergine en petits dés, et la courgette en dés un peu plus gros.

découper > découper en cercles      ตัด/หั่นเป็นแว่น

Abaissier la pâte et la découper en cercles de 10 cm de diamètre.

découper > découper... en fines lamelles      ตัด/หั่นเป็นชิ้นบาง

Pendant ce temps, découper la volaille en fines lamelles.

découper > découper... en fines lanières      ตัด/หั่นเป็นเส้นบาง

découper l'omelette en fines lanières.

Cuire le poulet (13 minutes) dans un fond d'eau et le découper en fines lanières.

découpé (a, pp)      ซึ่งตัด/หั่น

Dans un wok avec un peu d'huile, faire cuire et dorer le poulet découpé en morceaux.

décortiquer (v)      เอาเปลือกแข็งออก

Lavez et décortiquez les crevettes en laissant la tête.

500 g de crevettes de taille moyenne décortiquées.

défaire (v)      เอาออก ทำให้หลุดออก

Porter à ébullition 1 à 2 minutes en remuant sans cesse pour défaire la chair des prunes.

(se) dégager (v)      ปล่อย (ส่งกลิ่นหอมออกมา)

Bien mélanger pour que les arômes se dégagent.

dégager > dégager une odeur      ส่งกลิ่นหอมออกมา

Faire revenir à sec 2 cs de crevettes séchées jusqu'à ce qu'elles dégagent une odeur.

déglacer (v)      ทำให้น้ำแข็งละลาย

Dans un wok, colorer les lamelles de poulet à l'huile d'olive, puis déglacer avec le mirin et le laisser s'évaporer.

dégraisser (v)      แยกไขมันออก

Dégraissez la viande et coupez-la en petits cubes de la taille d'une bouchée.

déguster (v)

ປຣຸງຣສ ສີມຣສ

Laissez reposer une bonne heure et dégustez avec une sauce soja.

Mais si vous n'avez pas envie de la déguster froide, vous pouvez aussi la servir chaude en plat principal.

délayer (v)

ทำให้เจือจางลง ละลายในของเหลว

Délayer progressivement le lait de coco et l'œuf et mélanger au fouet jusqu'à obtention d'une pâte homogène.

Délaissez doucement la pâte de curry à la crème de noix de coco sur une source de chaleur basse jusqu'à ce que le liquide soit réduit de moitié.

demi (nm)

കിടം-

demi > un demi-citron vert

## มะนาวครึ่งลูก

Ajouter au dernier moment le jus d'un demi-citron vert, garnir le plat avec les oignons de printemps, les quartiers de citron vert restant et les piments rouges.

démouler (v)

## เอาออกจากพิมพ์

Démoulez avant de servir.

déposer (v)

วาง

Déposer les bananes dans un plat de service et les napper de sauce et de crème de coco.

Retirez les morceaux de poisson avec une écumoire, déposez-les sur le plat de service.

devoir (v)

ต้อง

Les légumes doivent être croquants.

déshydraté (a)

ซึ่งแห่ง

Plonger les champignons chinois noirs déshydratés dans de l'eau chaude durant 15 minutes.

désosser (v)

เลาะกระดุกออก

détacher (v)

ແຍກອອກຈາກ ເອາອອກ

Détachez la chair de chaque quartier en éliminant toutes les parties blanches

détrempé (a, pp)

ซึ่งแช่น้ำ

Servir aussitôt pour éviter que les nouilles frites ne soient trop détrempées.

développer (v)

ดีขึ้น เพิ่มขึ้น

Mettre au réfrigérateur, en mélangeant de temps en temps, pour permettre aux saveurs de se développer.

diluer (v)

## ทำให้เจือจาง

Diluer 5 dl. de lait de coco dans deux verres d'eau, faire chauffer dans une casserole.

disposer (v)

จัดวาง

Disposer sur une assiette 4 raviolis et servir avec un riz parfumé.

Pour servir : disposer les œufs sur un plat, répartir la sauce chaude sur chacun d'eux et garnir avec les échalotes grillées et la coriandre.

- disposant (p prés) โดยจัดวาง  
Servir en disposant la préparation sur les nouilles en cercle.
- disposé (a, pp) ซึ่งจัดวาง  
Disposé sur la table des petits plats dans lesquels vous aurez disposé des œufs durs, du chou émincé, des concombres tranchés, des pousses de soja, une branche de basilic et des morceaux d'ananas.
- dissocier (v) ทำให้แยกออกจากกัน  
Bien remuer jusqu'à ce que l'huile de la crème de coco se dissocie de l'eau.
- dissolution (nf) การทำให้แยกออกจากกัน  
Verser l'eau froide dans un petit bol, ajouter le sucre et remuer jusqu'à dissolution.  
Dans un bol, mélanger tous les ingrédients de la sauce et mélanger jusqu'à dissolution complète du sucre.
- dissoudre (v) ละลาย  
Porter doucement à ébullition et remuer pour dissoudre le sucre.  
Dissoudre le sel dans l'eau très chaude dans une casserole.
- dissous (a, pp) ละลาย  
Mélangez jusqu'à ce que le sucre soit entièrement dissous.
- diviser (v) แบ่ง  
Diviser en 8 boules égales.
- donner (v) ให้ ทำให้เกิด  
Des cacahuètes, du piment, de l'ail et du gingembre donnent à cette marinade d'inspiration asiatique de délicieuses saveurs.
- donner (v) le goût ทำให้มีรสชาติ  
donner (v) plus de goût ทำให้มีรสชาติมากขึ้น  
Utiliser de la sauce thaïe au piment pour donner plus de goût
- dressage (nm) การจัดวาง  
Il ne reste plus que le dressage, mélangez le lait de coco et le sirop parfumé. Pilez de la glace, mélangez.
- dresser (v) จัด จัดวาง  
Dresser la salade sur un matelas de feuilles de laitue, garnir de feuilles de coriandre.  
Dresser les filets de poisson frits sur un plat, couvrir de sauce et servir immédiatement avec du riz blanc.
- écraser (v) ปั่น บด  
Dans un mortier, écrasez le piment vert épépiné, l'ail et un peu de sel, jusqu'à obtenir une pâte.  
Écrasez la viande avec une spatule pour la dissocier en petits morceaux.

effeuiller (v)                      ได้ใบ

Effeuillez, lavez et essorez les cœurs de laitue.

écrasant (p près)      โดยบีให้แตกออก

Ajouter la pâte de curry et bien mélanger en l'écrasant pour éviter la formation de grumeaux.

écrasé (a, pp)                      ซึ่งถูกทุบ

Préparer un assaisonnement à base de jus de citron et sauce soja, de gousses d'ail écrasées et de sucre de palme.

écumer (v)	ตักเอาฟองออก
------------	--------------

Préparer un bouillon (bouillir de l'eau avec un peu de viande - écumer), poivrer.

égoutter (v)	ทำให้สะเด็ดน้ำ
--------------	----------------

Egoutter les épinards.

Faire cuire les nouilles comme indiqué sur le paquet, égoutter et réserver.

Égouttez les tomates avec une écumoire et plongez-les immédiatement dans un saladier d'eau froide pour stopper leur cuisson.

égoutté (a, pp)      ซึ่งสะเด็ดน้ำ

Ajoutez les pousses de bambou égouttées, le poisson choisi et les crevettes.

Faire pocher les blancs de poulet pendant 20 min. dans le bouillon ; les égoutter puis coupez-les en lanières.

égrainer (v)		แยกออก
--------------	---	--------

Ajouter le porc haché. Laisser cuire 5 minutes en remuant fréquemment afin d'égrainer la viande.

éliminer (v)	เอาออก คัดเลือกออก
--------------	--------------------

Rincer le riz gluant à l'eau froide pour éliminer le surplus d'amidon.

éliminant (p prés)      โดยเอาออก

Rouler les noix de Saint-Jacques dans la farine de riz en éliminant l'excédent de farine.

embaumer (v)      ส่งกลิ่นหอม

Faire chauffer la pâte de curry, l'ail et le curcuma dans le wok jusqu'à ce que le mélange embaume.

embrocher (v)                      เสียบ

Embrochez chaque morceau de viande sur un petit pic à brochette.

empêcher (v)                      ป้องกัน    หลีกเลียง

Arroser les fleurs en tranches de jus de citron pour les empêcher de brunir.

Ajouter le riz cuit et continuer à cuire en remuant. Ajouter un filet d'huile afin d'empêcher le riz de coller.

émincer (v)	หั่นซอย
-------------	---------

Emincer les échalotes.

émincer > émincer... en lamelles หั่นซอยบางๆ

Émincer la bavette en lamelles.

Emincez les blancs de poulet en lamelles de 1 petit centimètre.

émincé (a, pp)	ซึ่งหั่นซอย
----------------	-------------

Ajoutez les aubergines émincées, les pins de maïs, le sucre et la sauce soja.

endroit (nm)                      ที่ สถานที่

Remettez les papillotes à l'endroit, ouvrez-les et dégustez.

enduire (v)                      ทา เคลือบ ชูบ

Enduire le porc avec cette préparation et laisser mariner durant une heure à température ambiante.

enfiler (v)                      เสียบ

Enfiler les morceaux de porc sur les brochettes et les disposer sur un plat.

Enfiler les morceaux de poulet sur les brochettes.

enfournier (v) เอาใส่เตา

Préchauffer le four à 100° puis enfourner durant une demi-heure.

Arroser le poulet de la sauce soja, ajouter un petit verre d'eau dans le fond du plat et enfourner le tout pour 1 h 15 à 1 h 30 à 180°

enjoliver (v)      ประดับ ตกแต่ง

Déposer le tout dans un plat et enjoliver le tout en entourant de feuilles de basilic entières.

enlever (v) > enlevant      เอาออก    แกะเปลือก(หอย กุ้งใหญ่)ออก    เอาขน(ไก่, เป็ด)ออก

Décortiquer les crevettes en gardant la queue et en enlevant les boyaux.

enrober (v)                      คลุม ห่อหุ้ม

Mélangez bien pour enrober la viande de marinade, couvrez de film alimentaire et placez au frais au moins 2 heures.

enrobé (a) ซึ่งห่อหุ้ม

La viande doit être bien enrobée.

enrouler (v)                      ห่อ ม้วน

Enrouler les lanières de poulet autour des morceaux d'ananas, puis les piquer sur un pic en bois en alternant avec des rondelles de citron vert pliées en quatre.

enroulé (a, pp)                      ซึ่งห่อ

Placer un quartier de mangué en équilibre sur le scampi et le maintenir à l'aide d'une ou deux nouilles enroulées autour d'elles-mêmes sur l'ensemble.

entailler (v) หั่นบั้ง

Entaillez la face grasse dans le sens de la largeur et sur toute sa longueur.

entaillé (a, pp) ซึ่งหั่นบั้ง

Frir le poisson sur ses deux faces (entaillées perpendiculairement), compter environ 6 à 10 minutes par côté.

entaille (nf) รอยบั้ง

Découper les calmars en rectangles et avec un couteau, réaliser sur le dessus des entailles pour former des losanges.

envelopper (v) ห่อ

Envelopper chaque brochette dans une bande de feuille de bananier et maintenez le tout avec une pique en bois.

épaisseur (nm) ความหนา

Ajouter les steaks de saumon et laisser cuire 3 à 5 minutes de chaque côté selon l'épaisseur des steaks.

Coupez le filet de porc en lamelles d'environ 4 cm de large sur 8 cm de long et 5 mm d'épaisseur.

épaissir (v) ทำให้หนาขึ้น

Laissez épaissir puis ajoutez le reste du lait de coco progressivement, tout en remuant.

Laisser légèrement épaissir cette sauce.

Remuez et laissez cuire encore 5 minutes, jusqu'à ce que la sauce épaississe.

épaississement (nm) การทำให้หนา

Dans une poêle ou un wok, faire revenir la pâte de curry dans le reste de lait de coco et remuer jusqu'à épaississement.

épingler (v) กลัดติด

Relevez les bords sur 4 cm en faisant 4 plis et épinglez-les avec des cure-dents.

éponger(v) เช็ด/ซับให้แห้ง

Lavez les feuilles de chou chinois sous l'eau froide et épongez-les avec du papier absorbant.

éplucher (v) ปอกเปลือก

Épluchez les carottes et détaillez-les en fins bâtonnets.

épluché (a, pp) ซึ่งปอกเปลือกออก

Couper la papaye en deux dans le sens de la longueur, après l'avoir délicatement épluchée.

Dans un plat, disposer les crevettes épluchées et nettoyées et les cuire à la vapeur pendant 10 minutes.

égoutter (v) สะเด็ดน้ำ

Passer les calmars sous l'eau froide et laisser égoutter.



égoutté (a, pp)

ซึ่งสะเด็ดน้ำ

Ajouter les nouilles égouttées et bien remuer.

enfiler (v)

សៀមប

enfiler > enfiler ... sur des brochettes    เสียบไม้

Enfilez les crevettes sur des brochettes en les alternant avec de petits cubes d'ananas.

équivalent (nm)

เท่ากัน เท่ากับ

Chauffer la sauce à feu doux et faire réduire pour conserver l'équivalent de 4 cuillères à soupe.

essorer (v)

بيب كين ريد

Rincer, essorer et faire tremper les lychees dans le jus de citron vert avec un peu de sel.

Faire frire les nouilles à feu moyen dans l'huile chaude. Bien les laisser essorer.

essuyer (v)

๘๘  
เช็ด

Essuyez la poêle avec du papier absorbant et mettez à dorer la noix de coco râpée.

étaler (v)

แผ่ออก กระจายไปทั่ว

Verser une louche de pâte, l'étaler comme une crêpe en inclinant la poêle.

Étaler délicatement les morceaux de melon sur la surface du wok et verser les œufs battus par-dessus.

Egoutter les nouilles et les rincer à l'eau froide. Les étaler pour qu'elles sèchent complètement.

étendre (v)

แม่ คีลี กางออก

Etendre les scampi au maximum en les embrochant sur la 1ère moitié de la brochette.

évidé (a, pp)

ซึ่งคว้านเม็ด/ส่วนที่อยู่ข้างในออก

Verser le liquide dans la citrouille évidée.

Le chic de la recette est de servir cette soupe dans la coque du potiron que vous aurez soigneusement évidée

évider (v)

ตัดออก    คว้านออก

Couper l'ananas en 4 sur sa longueur pour former 4 barguettes, évider.

éviter (v)

ป้องกัน หลีกเลียง

Faire bouillir durant 25 minutes en tournant régulièrement afin d'éviter que les haricots ne collent dans le fond de la casserole.

excédent (nm)

ส่วนที่มากเกินไป ส่วนที่ล้นเกิน

Rouler les noix de Saint-Jacques dans la farine de riz en éliminant l'excédent de farine.

Sortir le poisson de la poêle et le placer sur du papier absorbant afin de le débarrasser de l'excédent de graisse.

Couvrir le poisson de farine en faisant tomber l'excédent.

- exception (nf) ยกเว้น  
 Dans un saladier, mélanger délicatement et intimement (uniformément) tous les autres ingrédients à l'exception des noix de cajou.
- exposé au soleil ตากแดด ผึ่งแดด  
 Enlever la viande et la faire égoutter (en Thaïlande, après avoir été marinée, la viande est exposée au soleil pour la sécher, chez nous cela peut être simulé en la laissant égoutter toute la nuit).
- façon (nf) > de façon à เพื่อจะ  
 Mélanger à nouveau de façon à obtenir une pâte lisse et homogène.
- façonner (v) ทำให้เป็นรูปร่าง  
 Façonnez des boulettes avec vos mains et plongez-les dans l'huile au fur à mesure.  
 Façonner des boulettes de poulet (mains mouillées).  
 Façonner des galettes de 5 cm de diamètre et de 2 cm d'épaisseur.
- faire (v) ทำ  
 faire > faire un puits au centre ทำเป็นหลุมตรงกลาง  
 Dans un saladier, tamiser la farine puis faire un puits au centre et incorporer les œufs battus ainsi que l'huile de tournesol, la moitié de la bière blonde et le sucre en poudre.
- farcir (v) ยัดไส้  
 Un mélange typiquement thaï de porc, de crabe et de noix de coco pour farcir ces œufs durs, enrobés de pâte et frits.  
 Dans un bol, mélanger la viande hachée avec l'œuf, la pâte de coriandre et ail, la sauce soja foncée et farcir les seiches avec cette mixture.  
 Remplir une poche à douille de l'appareil et farcir les calmars en veillant à ne les remplir au-delà des 3/5.
- farce (nf) ไส้ (ยัดอาหารคาวหรือขนม)  
 Ajouter la farce au porc au centre de l'omelette.  
 Laisser mijoter les seiches à couvert durant 5 bonnes minutes à feu doux (la farce doit être cuite).
- farci (a, pp) ซึ่งยัดไส้  
 Les œufs peuvent être farcis 24 heures à l'avance et frits le jour du pique-nique.
- fendre (v) ผ่า ตัดเป็นทางยาว  
 Décortiquer les crevettes en laissant la queue, fendre le dos et ôter le boyau.
- fermer (v) ปิด  
 Fermez les papillotes en rabattant les coins.
- ficeler (v) ผูก มัด  
 Ficelez la papillote, posez-la sur une plaque de cuisson en la retournant.

filtrer (v) กรอง

Bien mélanger et filtrer la crème afin de récupérer les épices entières.

fin/ fine (a) บาง

Garnir le plat avec de fines bandes d'œuf cuit, les oignons hachés, la coriandre et le jus du citron vert.

fondre (v) ละลาย

fondre > faire fondre ทำให้ละลาย

Faire fondre le sucre avec la moitié du lait de coco dans une casserole placée sur feu doux.

former (v) ทำให้เป็นรูปร่าง

Former des cônes avec les demi-cercles de feuilles et les fermer à l'aide des bâtonnets.

fouet (nm) ที่ตีไข่

Mélangez à l'aide d'un fouet le reste des ingrédients : lait concentré, les œufs battus en omelette et le lait de coco chaud.

fouetter (v) ตี

Ôter les crevettes de la soupe, fouetter pendant 1 à 2 minutes la préparation afin de l'émulsionner.

Dans un bol, fouetter les œufs en omelette.

fouettant (p prés) โดยการตี

Pendant ce temps, préparez la crème en fouettant les œufs, le sucre et le lait de coco.

fouetté (a, pp) ซึ่งตีแล้ว

Sortir les ramequins du four, disposer une cuillerée de crème fouettée sur chaque ramequin ainsi de quelques copeaux de noix de coco grillés.

frémir (v) ต้มให้เดือด

frémir > laisser frémir ปล่อยให้เดือด

Ajouter le lait de coco, le sucre de palme et laisser frémir 20 minutes.

Laissez frémir 5 min à feu très doux.

fumer (v) มีควันขึ้นมา

Faire chauffer l'huile dans un wok jusqu'à ce qu'elle fume légèrement et faire frire les papillotes durant 10mn jusqu'à ce qu'elles soient dorées et que le poulet soit cuit.

fumet (nm) กลิ่น

Laisser chauffer jusqu'à ce que le fumet sente bon.

galette (nf) แป้งแผ่นบางๆ

Façonner des galettes de 5 cm de diamètre et de 2 cm d'épaisseur.

Placer un peu de farce au milieu des galettes et recouvrir avec une seconde galette.

garnir (v)	ประดับ ตกแต่ง
Garnir avec la ciboulette et les feuilles de coriandre.	
Garnir avec les feuilles de basilic et servir avec du riz thaï parfumé.	
Garnir un côté du plat de service de feuilles de salade.	
Garnir avec la menthe et les cacahuètes.	
garni (a, pp)	ซึ่งประดับ/ตกแต่ง
Egouttez et placez les nouilles sur des assiettes tièdes avec un côté garni de germes crus.	
garnissant (p prés)	โดยประดับ/ตกแต่ง
Présenter le plat en le garnissant avec les feuilles de coriandre, les rondelles de concombre, les oignons de printemps et des quartiers de lime.	
garniture (nf)	เครื่องตกแต่งอาหาร สิ่งที่ใช้แต่งหน้าอาหาร
Réserver 2 cuillerées à soupe de crème de coco pour la garniture.	
glacer (v)	แช่แข็ง
glacé (a, pp)	ซึ่งแช่แข็ง
Saumon glacé au gingembre, à l'orange et au vinaigre balsamique.	
glisser (v)	สอดเข้าไป
Glisser les lamelles de citron dans les incisions et répartir le reste du mélange sur le poisson.	
gonfler (v)	พองตัว
Faire gonfler les champignons dans un bol d'eau tiède.	
Plonger les vermicelles dans l'huile bouillante jusqu'à ce qu'ils gonflent.	
goutte (nf)	หยด
Assaisonner avec le sel, poivre et quelques gouttes de sauce soja.	
goûter (v)	ชิมรส
Goûtez et ajoutez du citron et du piment à votre goût.	
graisse (nf)	น้ำมัน
Sortir le poisson de la poêle et le placer sur du papier absorbant afin de le débarrasser de l'excédent de graisse.	
graisser (v)	ทาน้ำมัน
Graissez légèrement six ramequins d'une contenance de 125 ml.	
gros (a)	หนา ใหญ่
gros > grosses lanières	เส้นหนา
Émincez finement les oignons, écrasez l'ail et coupez le poivron en grosses lanières.	
gros > gros morceaux	ชิ้นหนา
Ajouter le poisson coupé en gros morceaux dans le curry.	

- grosseur (nf) ขนาด ความหนา  
Cuire les crevettes au wok ( $\pm$  5 à 8 minutes selon la grosseur).
- hacher (v) สับ  
Épluchez les gousses d'ail et hachez-les.  
Au lieu de sortir le robot mixeur ou si vous n'en avez pas, vous pouvez hacher le tout à la main.  
Hacher grossièrement le porc et mettre le hachis dans une cocotte avec un fond d'eau.
- haché (a, pp) ซึ่งสับแล้ว  
Vous pouvez également utiliser de la viande de poulet hachée.  
Parsemer de coriandre hachée.
- hachis (nm) เนื้อหรือหมูสับ  
Hacher grossièrement le porc et mettre le hachis dans une cocotte avec un fond d'eau.
- imprégné (a, pp) ซึ่งแช่น้ำ/ชุ่มน้ำ  
Ajouter le basilic et mélanger pour que toutes les feuilles soient bien imprégnées.
- inciser (v) ตัด บั้ง  
Inciser en diagonales les deux côtés du poisson.  
Incisez la peau des tomates en croix et plongez-les pendant 30 secondes dans une casserole d'eau bouillante.
- inclinant (p prés) โดยการเอียง  
Verser une louche de pâte, l'étaler comme une crêpe en inclinant la poêle.
- incorporer (v) ผสมให้เข้ากัน รวมเข้าด้วยกัน  
Incorporer la chair de pomelo en tournant délicatement.  
Incorporer le jus de tamarin au sucre et au nam pla (la sauce de poisson).
- jeter (v) โยน ทิ้ง  
Jeter la graisse de cuisson.  
Au dernier moment, jeter dans la soupe un bouquet de coriandre et les piments.
- laisser (v) ปล่อยทิ้งไว้  
Placer les crevettes dans la marinade et laisser reposer 1 heure au frais.
- laisser > laisser frémir ปล่อยให้เคี่ยว เคี่ยวทิ้งไว้  
Laissez frémir 5 min à feu très doux.
- lanière (nf) ชิ้นหรือเส้นยาว  
Faire pocher les blancs de poulet pendant 20 min. dans le bouillon ; les égoutter puis coupez-les en lanières. Réserver
- laver (v) ล้าง  
Laver soigneusement les moules.

lavé (a, pp)

ซึ่งล้างแล้ว

Ajouter enfin les crevettes lavées et faire chauffer à feu vif durant 3 minutes.

lier (v)

ทำให้เข้ากัน (ทำซอสให้ข้นขึ้นด้วยการเติมแป้ง)

Faire chauffer la sauce soja avec un peu de fécule pour la lier ; laisser tiédir.

liquide (nm)

ของเหลว

liquide > liquide de cuisson

น้ำสํตอก

Verser les moules et le liquide dans un plat à service et parsemer de coriandre.

Battez jusqu'à ce que la pâte soit suffisamment liquide.

Répartir les nouilles dans quatre bols puis ajouter le poulet avec son liquide de cuisson.

liquide > semi-liquide

๒๓๖

Réduire jusqu'à obtention d'un curry semi-liquide (épaisseur selon le goût).

lit (nm) > lit de salade

งานที่ไปด้วยผักสลัด ผักสลัดที่ปรุงรลงไว้บนจาน

Dresser les brochettes sur un lit de salade et servir accompagnées d'une ou deux sauces au choix.

longueur (nf)

ความยาว

longueur > sens de la longueur

ตามยาว

Couper la papaye en deux dans le sens de la longueur, après l'avoir délicatement épluchée.

macérer (v)

ทำให้เปื่อยยุ่ย

Saler les crevettes et laisser macérer toute une nuit (attention à l'odeur).

main (nf)

શ્રી

main > à la main

ด้วยมือ

Placer le bœuf cru dans un bol et bien le mélanger à la main.

maintenir (v)

เก็บรักษา กักเก็บ

Déposez les morceaux de poisson sur le plat de service et recouvrez-le d'une feuille d'aluminium pour le maintenir au chaud.

marinade (nf)

น้ำซอสปรุงรส

Faire sauter les crevettes et la marinade à feu moyen durant 5 minutes.

Plonger le poulet dans cette marinade et mettre au réfrigérateur pendant au moins 2 heures.

Mettre la viande dans un plat et verser la marinade. Retourner les steaks pour qu'ils soient tous bien enduits. Couvrir et laisser mariner au réfrigérateur pendant au moins 3 heures.

mariner (v)

แช่ในน้ำซอสก่อนนำไปประกอบอาหาร

Couper en lamelles fines le poulet ; le faire mariner 15 minutes dans la sauce soja.

Laisser les blancs de poulet mariner une heure en les retournant fréquemment.

- mêler (v) ผสมให้เข้ากัน  
Ajouter le sucre et l'huile végétale et moudre encore de façon à bien mêler le tout.
- mélangeant (p prés) โดยผสมรวมกัน  
Cuire 10 min. tout en mélangeant.
- mélange (nm) ส่วนผสม  
Faire chauffer le mélange huile, sauce soja, jus de citron, sucre et poivre dans une poêle.  
Verser le mélange brocoli et bœuf sur les nouilles et servir immédiatement.
- mélanger (v) ผสม รวม  
Ajouter la pâte de curry et bien mélanger durant 3 minutes.  
Mélangez le tamarin, l'ail, les piments, le sucre et le jus de citron vert dans un saladier.  
Couvrir et laisser cuire 5 à 8 minutes en mélangeant régulièrement jusqu'à ce que les moules s'ouvrent.  
Mélanger le porc avec les vermicelles et les autres ingrédients (menthe, coriandre, oignon, échalote, long piment, gingembre, cacahuètes et feuille de bergamote).
- mettre (v) ใส่ วาง  
Mettre l'ail, le piment et 2 cuillères à soupe de coriandre.  
Décortiquez les crevettes en mettant de côté les têtes et les carapaces.  
Mettre le poulet dans la marinade pendant 1h en mélangeant bien
- mixte (a) หลากหลายชนิด  
400 gr. de légumes mixtes (carottes, soja, chou-fleur, haricots, etc..) émincés.
- mixer (v) ผสมรวมให้เข้ากัน  
Mixer la soupe avec un mixeur électrique pour qu'elle soit lisse et onctueuse.  
Mixer le poisson avec les œufs, la pâte de curry, le nam pla (sauce de poisson) et la farine.  
Dans un mixer, mélanger l'ail, les piments et le sucre. Mixer jusqu'à obtention d'une pâte.
- mixeur (nm) เครื่องปั่นอาหาร  
Dans un mixeur, réunir le gingembre frais, les échalotes épluchées, le cumin, le curcuma, les clous de girofle, les gousses d'ail épluchées et dégermées, le piment oiseau et la coriandre. Mixer le tout.
- mixture (nf) ส่วนผสม สิ่งที่ได้จากการผสม  
Ajouter la mixture à base d'ail et les fruits de mer.  
Bien mélanger et réserver cette mixture dans une étamine bien ficelée.
- mouiller (v) ทำให้ชุ่ม รด ราด  
Mélanger bien et mouiller avec la sauce soja et le sucre.  
Mouiller la préparation avec le jus de citron vert, le nam pla (sauce de poisson).

- moelleux/moelleuse (a) นุ่ม อ่อนนุ่ม  
Une cuisson douce à l'étouffée est parfaite pour qu'un poisson reste moelleux et conserve toute sa saveur.
- moudre (v) ปั่น บด  
Moudre les épices et les mettre de côté avec les arachides.
- moulu (a, pp) ซึ่งปั่น/บด  
Ajouter le riz moulu dans la cocotte contenant la viande.
- napper (v) เคลือบ ฉาบ ปกคลุม  
Garnissez-les de porc grillé et nappez de sauce au piment et au citron.  
Réserver le poisson au chaud dans un plat de service. Réchauffer la sauce et en napper le poisson.
- nettoyer (v) ทำความสะอาด  
Lavez et nettoyez le poisson.  
Nettoyer les moules et les laver à l'eau froide.
- nettoyé (a, pp) ซึ่งทำความสะอาด  
Dans un plat, disposer les crevettes épluchées et nettoyées et les cuire à la vapeur pendant 10 minutes.
- nouveau/nouvel/nouvelle (a) ใหม่  
nouveau > à nouveau อีกครั้งหนึ่ง  
Ajouter cette sauce au plat et mélanger à nouveau.
- obtenir (v) ได้ ได้รับ  
Ajouter les œufs battus et mélanger jusqu'à obtenir des œufs brouillés.
- obtention (nf) การได้รับ  
Ajouter la pâte de curry rouge et faire cuire un remuant jusqu'à l'obtention d'une sauce onctueuse.  
Dans un mortier, concasser l'ail, les piments rouges, les racines de coriandre et le galanga jusqu'à obtention d'une pâte.
- omelette (nf) ไข่เจียว  
Ajouter l'œuf battu en omelette et la chair de crabe.
- ôtant (p prés) โดยเอาออก  
Assécher le porc en ôtant le plus possible de jus du plat (réserver ce jus dans une poêle).
- ôter (v) เอาออก  
Ôter les crevettes de la soupe, fouetter pendant 1 à 2 minutes la préparation afin de l'émulsionner.  
Passer les filets dans la farine de riz, ôter l'excédent et réserver.



- ouvrir (v) เปิด ผ่าออก  
Ouvrez le piment thaï, supprimez les graines et émincez-le très finement.
- paner (v) ชุบเกล็ดขนมปังก่อนทอด  
Blancs de poulet panés à la Thaï.
- papillote (nf) อาหารที่ห่อด้วยกระดาษฟอยล์เพื่อนำไปทำให้สุก  
Faites cuire les papillotes au cuit – vapeur ou au four pendant 20 minutes.
- parfumer (v) ส่งกลิ่นหอม
- parfumé (a, pp) ซึ่งมีกลิ่นหอม  
Il ne reste plus que le dressage, mélangez le lait de coco et le sirop parfumé. Pilez de la glace, mélangez.
- parsemer (v) โรยหน้า  
Servir dans des bols et parsemer de feuilles de menthe.  
Mettre la préparation dans des assiettes ou bols, parsemer de quelques feuilles de coriandre.
- partager (v) แบ่ง แบ่งส่วน  
Disposer les nouilles au fond de bols individuels, partager dans chaque bol le jus de citron, la coriandre, les oignons éminces et les piments.  
Partagez la préparation en 8 portions.
- passer (v) วางซับ คลุกเคล้า  
Sortir les boulettes, les passer sur du papier absorbant.  
Egoutter les crevettes et les passer dans la farine. Faire tomber l'excédant de farine.
- pâte (nf) แป้ง ส่วนผสมอาหารที่รวมเข้ากัน  
Ajouter l'eau petit à petit et mélanger pour faire une pâte un peu épaisse.
- pâte > pâte de curry เครื่องแกง  
Faire chauffer l'huile dans un wok et y faire revenir la pâte de curry sur feu moyen pendant 3 minutes.
- peler (v) ปอกเปลือก  
Pelez et écrasez l'ail  
Peler et couper les carottes en fins bâtonnets.
- pénétrer (v) ซึมเข้าเนื้อ  
Ceci est une recette thaïlandaise qu'il faut préparer un jour à l'avance, pour que le flan aie bien le temps de prendre et de pénétrer dans la chair de la courge.
- percer (v) เจาะ เจาะ (มะพร้าว)  
Percer les noix de coco et récolter le jus dans un pichet.



placer > placer au frais      แช่เย็น

Placez au frais pendant au moins 1 heure avant de répartir dans des verres et de servir.

plier (v)      พับ

Faites une omelette avec un peu d'huile, mettez la farce au milieu et pliez l'omelette en deux.

plier > plier en triangle      พับเป็นสามเหลี่ยม

Répartir le hachis sur les cercles de pâte et les plier en triangle.

pliant (p prés)      โดยการพับ

Refermer l'omelette en la pliant en deux.

plonger (v)      แช่น้ำ

Plonger les nouilles dans une casserole d'eau bouillante.

Coupez les légumes en morceaux. Mélangez le tout et plongez-les dans l'eau bouillante quelques secondes pour les faire blanchir.

poche (nf)      ถุง

poche > poche à douille      ถุงบีบ

Remplir une poche à douille de l'appareil et farcir les calmars en veillant à ne les remplir au-delà des 3/5.

poivrer (v)      โรยพริกไทย

Salez et poivrez légèrement.

porter (v)      นำไป

porter > porter à ébullition      นำไปต้ม

Porter à ébullition, ensuite réduire à feu moyen.

Porter une cocotte d'eau légèrement salée à ébullition.

Mélanger le lait de coco, l'eau et le bouillon de volaille et porter à ébullition.

poser (v)      วาง

Poser sur le plat de service et garnir avec des feuilles de basilic.

Poser le poisson sur un lit de citronnelle pilée étalée dans le panier à cuisson à la vapeur.

poudrer (v)      โรยผง

Poudrez avec la noix de muscade et la cannelle.

poursuivre (v)      ทำต่อเนื่องไป

Ajouter les pousses de soja, poursuivre la cuisson durant 2 minutes.

Après 15 minutes de cuisson, remuer le riz à l'aide d'une spatule en bois et poursuivre la cuisson pendant 10 à 12 minutes.

pouvoir (v) > peut      สามารถ

Le piment peut aider à abaisser un taux de cholestérol trop élevé.

- précuit (a) ซึ่งทำให้สุกไว้ก่อน  
120 gr. de blanc de poulet précuit et haché.
- prédécoupé (a) ซึ่งตัด  
60 g vermicelles de soja prédécoupés
- prélever (v) ตักขึ้นก่อน  
Prélevez la chair du poisson, incorporez-la à la pâte de piments.
- prélevant (p prés) โดยตักขึ้นไว้  
Parallèlement préparer une crème en prélevant la crème dans un berlingot de 5 dl de lait de coco, la chauffer avec 1/2 cc de sel, cuire à feu doux 5 à 10 minutes.
- préparation (nf) ส่วนผสม อาหารที่จัดเตรียม  
Servir en disposant la préparation sur les nouilles en cercle.
- préparer (v) จัดเตรียม  
Préparer les poivrons : laver, épépiner, détailler en petits morceaux.
- préparé (a, pp) ซึ่งจัดเตรียม  
Le bouillon sera préparé de préférence avec une carcasse de poulet, à défaut utiliser un cube, mais le bouillon y perdra de sa saveur, et sera plus salé.
- présenter (v) จัดแสดง นำเสนอ  
Répartir le curry dans les bols. Présenter avec quelques feuilles de basilic thaï et les rondelles de piment rouge.
- presser (v) กด คั้น  
Presser le citron vert.  
Presser les citrons verts, mélanger le jus des citrons, le nam pla (sauce de poisson) et au sucre.
- prévoir (v) เตรียมไว้ล่วงหน้า  
Prévoyez environ 4 à 5 morceaux d'ananas par brochette.
- procéder (v) ทำ ดำเนินการ  
Procédez de la même manière pour les 3 autres bananes.
- quartier (nm) แบ่งเป็นสี่ส่วน  
Tailler les rondelles de concombre en quartiers.
- rabattre (v) พับ ม้วน  
Rabattez la partie supérieure de la feuille sur la banane puis la partie inférieure et enfin, les côtés.
- rajouter (v) เติม  
Rajouter l'huile de sésame.  
Rajouter les 3 cuillères à soupe de pâte de curry sans cesser de remuer.

ramollir (v)	ทำให้นิ่ม/นุ่ม
--------------	----------------

Laisser tremper les vermicelles dans l'eau chaude pour les faire ramollir.

Passer les feuilles de riz dans de l'eau tiède. Attendre quelques minutes pour leur permettre de ramollir.

râper (v)	ขูด ไส
-----------	--------

Au dessus du bol, râpez la gousse d'ail et le gingembre, préalablement pelés.

râpé (a, pp)	ซึ่งบูด
--------------	---------

Ajouter l'ail, le gingembre râpé, la citronnelle, le piment doux, la coriandre moulue et le cumin.

Former des cônes avec les demi-cercles de feuilles et les fermer. Les remplir avec la pâte de banane et parsemer avec le reste de noix de coco râpée.

reconstituer (v) ประกอบขึ้นใหม่ นำมารวมกันใหม่

Remplir une poche à douille de l'appareil et farcir les calmars en veillant à ne pas les remplir au-delà des 3/5. Remettez les têtes en place afin de reconstituer les calmars.

recouper (v) หั่น/ตัดอีกครั้ง

Découper 15 cercles de 15 cm de diamètre dans les feuilles de bananier et recouper chaque cercle en deux.

recouvrir (v)  หมก  หมัก

Mettre les steaks de saumon dans un plat de service, recouvrir de sauce et garnir avec la crème de coco, les piments, les feuilles de bergamote et le basilic.

recupérer (v) ได้รับ

Bien mélanger et filtrer la crème afin de récupérer les épices entières.

rectifier (v)      ปรงรส

Mélanger tous les autres ingrédients et rectifier l'assaisonnement.

réduire (v)      ทำให้ลดลง โขลกให้เป็นเนื้อเดียวกัน

Mélanger tous les ingrédients dans un mixeur ou un mortier et réduire cette préparation en forme de pâte.

Les sorbets thaïlandais sont très sucrés, on peut réduire de moitié la quantité de sucre pour les palais européens.

réduire > réduire en purée      ทำให้เหลวเป็นเนื้อเดียวกัน

Dans un mortier, réduire en purée le sel, les piments, le curry, les cacahuètes et les échalotes.

réduit (a, pp)	ลดลง เคี้ยวจนงวด
----------------	------------------

Verser le lait de coco et laisser mijoter, jusqu'à ce que la sauce ait réduit.

- réfrigérer (v) แช่เย็น  
Couvrir et réfrigérer pendant 8 heures ou toute la nuit.  
Cuire 1 heure à la vapeur, ensuite réfrigérer une nuit avant de servir en quartier.
- refroidir (v) ปล๋อยให้เย็น  
Rincez pour refroidir.  
Cuire le riz et laisser refroidir.  
Retirer la casserole du feu, laisser refroidir durant 5 minutes puis ajouter les œufs battus.
- rejeter (v) โยนทิ้ง  
Mettre les moules grattées dans une casserole avec 1 cm d'eau. Couvrir et laisser cuire à feu moyen pendant 5 minutes jusqu'à ce qu'elles s'ouvrent. Rejeter celles qui ne sont pas ouvertes.
- remettre (v) นำมาไว้ที่เดิม กลับคืน  
Remplir une poche à douille de l'appareil et farcir les calmars en veillant à ne pas les remplir au-delà des 3/5. Remettez les têtes en place afin de reconstituer les calmars.  
Remettre la glace au froid pendant 30 minutes et mixer à nouveau si le sorbet n'est pas encore uniformément lisse et glacé.
- remplacer (v) แทนที่  
On peut remplacer le porc par du poulet, du bœuf ou de grosses crevettes.
- remplir (v) ใส่ สอดใส่  
Remplir chaque barquette avec la préparation, décorer avec les feuilles de coriandre et servir chaud.  
Former des cônes avec les demi-cercles de feuilles et les fermer. Les remplir avec la pâte de banane et parsemer avec le reste de noix de coco râpée.
- remuer (v) คนช้าๆ  
Bien remuer jusqu'à ce que l'huile de la crème de coco se dissocie de l'eau.
- remuant (p prés) โดยคนช้าๆ  
Laisser chauffer quelques minutes tout en remuant.  
Dans une casserole, mélangez le riz, le sucre, le lait de coco et l'eau puis faites chauffer à feu moyen jusqu'à ébullition, puis laissez mijoter 30 minutes sans couvrir, en remuant de temps en temps jusqu'à totale absorption du liquide.
- rendre (v) ทำให้  
Cuire le porc sous le grill pour le rendre croustillant.
- répartir (v) แบ่ง  
Répartir la crème obtenue dans 4 petits ramequins individuels.  
Répartir et décorer chaque bol avec le jambon, les champignons, l'échalote, le poisson et les crevettes.

- répéter (v) ทำซ้ำ  
Répéter l'opération jusqu'à utilisation complète des crevettes.
- replier (v) พับ ม้วน  
Fermez les papillotes en repliant les bords.
- reposer (v) วาง  
Retirer le poisson et le laisser reposer sur du papier absorbant.
- réserver (v) เก็บไว้  
Réserver un peu de lait de coco.  
Couper les escalopes de poulet en bandes de 1cm de large et réserver.  
Dès que les blancs de poulets sont dorés, enlevez-les et réservez avec un peu de leur jus de cuisson.  
Réserver le poisson au chaud.
- réservé (a, pp) ซึ่งเก็บไว้  
Garnir avec le lait de coco réservé et les feuilles de coriandre.
- restant (nm) ส่วนที่เหลือ  
Au dernier moment, ajouter le restant de feuilles de coriandre dans la préparation.  
Ajouter la pâte de piments, le restant de jus de citron vert, les feuilles de bergamote, les échalotes, le galanga, la citronnelle, la racine de coriandre et les piments rouges.
- restant > le restant de lait de coco กะทิส่วนที่เหลือ  
Ajouter le sucre, le nam pla (sauce de poisson) et le restant de lait de coco.
- restant > un restant d'huile น้ำมันที่เหลือ  
Dans un restant d'huile chaude du poisson, faire revenir l'ail et la citronnelle émincés.
- reste (nm) ส่วนที่เหลือ  
Conservez quelques feuilles de menthe et de basilic pour la décoration et hachez le reste.  
Mélangez la pâte obtenue avec les épices avec le poisson, l'œuf, la sauce de poisson, et vessez ensuite, progressivement, le reste de lait de coco.
- retourner (v) กลับด้าน  
Laisser les œufs prendre durant une minute et à l'aide d'une spatule, retourner la préparation sur son autre côté.
- retournant (p prés) โดยกลับด้าน  
Placer les morceaux de poulet sous un grill ou sur un barbecue et laisser griller environ 30 minutes en les retournant régulièrement.  
Faire griller le magret sous un grill très chaud pendant 5 minutes en le retournant à mi-cuisson, puis le couper en tranches fines.

- rincer (v) ล้างออก  
Rincer à l'eau claire, puis l'essuyer soigneusement.  
Plonger les vermicelles dans de l'eau bouillante durant 5 minutes puis bien rincer.  
Mettre les vermicelles de soja à cuire dans de l'eau bouillante durant 3 à 4 minutes puis les égoutter et les rincer deux fois.
- rouler (v) ม้วน กลิ้ง  
Rouler les boulettes dans la farine.  
Diviser le mélange en 12 portions et rouler chacune d'entre elles en boudin.
- saupoudrer (v) โรย โปรย  
Servir dans un plat et saupoudrez d'une cuillerée à soupe de riz grillé.  
Saupoudrer légèrement de sucre.  
Saupoudrer de cacahuètes concassées et de noix de cajou, et servir chaud.
- saupoudré (a, pp) ซ้ำโรยหน้า  
Servir la soupe chaude, saupoudrée de feuilles de coriandre.
- saler (v) ใส่เกลือ ทำให้เค็ม  
Ajoutez les cubes de tomates. Salez et poivrez.  
Saler les crevettes et laisser macérer toute une nuit (attention à l'odeur).
- sec /sèche (a) แห้ง  
Faire griller à sec les cacahuètes et les piler.  
Trempez les nouilles sèches dans de l'eau tiède durant 10-15 minutes.
- sécher (v) ทำให้แห้ง ผึ่งให้แห้ง  
Quand la viande est refroidie, séchez-la bien et réservez-la.  
En Thaïlande, après avoir été marinée, la viande est exposée au soleil pour la sécher.  
Egoutter les nouilles et les rincer à l'eau froide. Les étaler pour qu'elles sèchent complètement.
- sécher > sécher au soleil ตากแดด ผึ่งแดด  
Faire sécher la galette au soleil (de préférence) durant au moins deux jours de suite.
- sécher > sécher dans un four อบแห้งในเตาอบ  
Si vous désirez manger directement, mettre les morceaux de viande à sécher dans un four chaud durant 10 à 15 minutes.
- secouer (v) เขย่า  
Secouer pour mélanger. Mettre au réfrigérateur pendant 1 heure.
- séparer (v) แยก  
Séparer le tout en 4 portions et les disposer sur des feuilles d'aluminium.



- stopper (v) หยุด  
Égouttez les tomates avec une écumoire et plongez-les immédiatement dans un saladier d'eau froide pour stopper leur cuisson.
- superposer (v) ซ้อน ทับ  
Piquer les tranches de thon avec une fourchette et les disposer dans un plat sans qu'elles ne se superposent.
- surveiller (v) เฝ้าดู  
Surveillez la cuisson et laissez refroidir au frigo.
- taille (nf) ขนาด  
Dégraissez la viande et coupez-la en petits cubes de la taille d'une bouchée.
- tailler (v) ตัดแต่ง  
Taillez les concombres en bâtonnets de 5 cm de long.  
Tailler le piment en fines rondelles.
- taillé (a, pp) ซึ่งตัดแต่ง  
150 gr. de chair de citrouille taillée en dés.
- tamiser (v) ร่อนแป้ง  
Tamisez la farine dans une jatte.
- taper (v) ทาบ  
Tapez doucement sur les tiges de citronnelle avec un pilon pour défaire les fibres.
- tapisser (v) ปู วางเรียง  
Tapissez la grille du four d'aluminium et posez-les dessus.
- tendre (a) นิ่ม นุ่ม  
Faites revenir 5 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que les légumes soient légèrement tendres.
- tiède (a) อุณหภูมิ  
Garnir les 4 bols de vermicelles de soja tièdes, d'endives puis de mélange de viande.
- tiédir (v) ทำให้อุ่น  
Laisser tiédir puis ajouter le jus de citron, le nam pla (sauce de poisson), l'oignon et la coriandre.
- tomber (v) ตก หลุดออก  
Couvrir le poisson de farine en faisant tomber l'excédant.
- tournant (p prés) โดยคน/กวน  
Couper les tomates en deux et les incorporer avec précaution en tournant la salade.
- trancher (v) หั่นเป็นแผ่น  
Trancher la viande en fines lamelles.

tranche (nf) ชิ้นบางๆ

Émincez en fines tranches les oignons blancs.

transférer (v) ย้าย ถ่าย เปลี่ยน

Transférez la viande sur une planche à découper et laissez-la tiédir.

Transférer ce mélange dans un bol et ajouter le jus de citron vert, le sucre et la sauce de poisson.

Transférer la salade dans un plat de service et décorer avec les cacahuètes et les feuilles de coriandre.

Ajouter la sauce, mélanger à nouveau et transférer dans un plat de service.

tremper (v) แช่น้ำ จุ่มน้ำ

Trempez les nouilles sèches dans de l'eau tiède durant 10-15 minutes.

Entre-temps, laisser tremper les vermicelles dans l'eau chaude pour les faire ramollir.

trempe (a, pp) ซึ่งแช่น้ำ

2 piments rouges séchés, épépinés et trempés dans de l'eau froide.

trop (ad) มากเกินไป

Ajouter un peu d'eau si le plat devient trop sec.

utiliser (v) ใช้

Si vous utilisez des feuilles de bananier, nettoyez-les avec un linge humide.

Laisser tremper les vermicelles dans l'eau chaude pour les faire ramollir. Egoutter soigneusement avant de les utiliser.

vérifier (v) ตรวจสอบ เช็ค

Vérifiez le niveau d'eau et rajoutez-en si nécessaire.

verser (v) เท ริน

Verser le lait de coco dans une casserole, ajouter la citronnelle, le galanga, l'échalote, et les feuilles de bergamote.

Pour terminer, verser la crème de coco, mélanger, puis les feuilles de bergamote et de basilic.

Verser ce mélange dans un saladier avec le jus de citron vert, le sel et la pâte de piment.

Verser la sauce sur la salade et mélanger délicatement.

vider (v) เอาออก คั่วไล่ไอน้ำออก

Videz l'huile qui s'échappe du magret, et remettre à cuire quelques minutes.

vidé (a, pp) ซึ่งคั่วไล่ไอน้ำออก ซึ่งว่างเปล่า

16 seiches vidées (demander à votre poissonnier).

zeste (nm) ผิวของเปลือกผลไม้

zeste > zeste du citron ผิวของเปลือกมะนาว

Prélever le zeste du citron avec un économe, le faire blanchir quelques minutes.

zester ชูดผิว  
Zester le citron vert et réserver.

### Modes de cuisson วิธีการทำให้อาหารสุก

bain (nm) de friture น้ำมันสำหรับทอด  
Dans une grande casserole, faire chauffer un bain de friture pendant quelques minutes puis y faire frire les beignets 4 par 4 pendant 5 minutes en les retournant de tous les côtés de façon à ce qu'ils soient bien cuits.

baisser (v) ลดลง  
Baisser le feu et laisser la sauce épaissir un peu.  
Baisser le feu et ajouter les bananes et laisser cuire 10 à 15 minutes jusqu'à ce que les bananes soient tendres.

barbecue (nm) บาร์บีคิว  
Griller les crevettes au barbecue ou sous le grill durant 2 minutes de chaque côté.

barbecue > griller au barbecue ปิ้งแบบบาร์บีคิว  
Faites les griller au barbecue 10 minutes en les retournant plusieurs fois. Salez, poivrez.

blanchir (v) ลวก  
Faites blanchir les pois gourmands 2 minutes à l'eau bouillante.  
Faire blanchir quelques secondes les asperges, les pois, les haricots. Les plonger dans de l'eau avec des glaçons.  
Blanchissez les feuilles de bananier rapidement pour les ramollir et essuyez-les soigneusement.

blobloter (v) เตือด (ปุดๆ)  
Laissez blobloter à feu assez doux à découvert pendant une quinzaine de minutes.

blondir (v) เป็นสีเหลืองทอง  
Ajouter l'ail et laisser blondir.

bouillir (v) ต้มให้เดือด  
Faire bouillir le bouillon avec la moitié du lait de coco.  
A ébullition, ajoutez les crevettes. Laissez bouillir doucement 3 mn.  
Faire bouillir la crème de coco avec l'huile. Laisser réduire jusqu'à ce que la crème se sépare.

bouillant (a) ชึ่งเดือด  
Cuire les grosses crevettes 3 à 4 minutes dans de l'eau bouillante et les égoutter.

bouillon (nm) น้ำซุป น้ำสต็อก

bouillon > bouillon de poisson น้ำซุปปลา

Cuire les crevettes dans le bouillon de poisson en ébullition durant 6 minutes.

braise (nf) ถ่านที่ยังคุอยู่

Mettre les brochettes sur le barbecue (pas trop près des braises et laisser cuire 1 minutes de chaque côté).

Faire cuire le poisson au barbecue (sur des braises pas trop chaudes) ou au four (200°) pendant 15 à 20 mn.

brun (a) สีน้ำตาลเข้ม

brun > brun clair สีน้ำตาลอ่อน

Dans un wok ou une poêle à frire faire chauffer l'huile jusqu'à ce qu'elle prenne une couleur brun clair.

brunâtre (a) สีออกน้ำตาล

La préparation doit être brunâtre et sentir la réglisse.

brunir (v) เป็นสีน้ำตาล ทำให้สุกเกรียม

Faire sauter l'ail pour le faire brunir.

Faire chauffer l'huile, ajouter les échalotes et laisser brunir légèrement.

Ajouter l'ail et laisser frire jusqu'à ce qu'il brunisse.

Faire frire les œufs jusqu'à ce qu'ils brunissent.

brûler (v) เผาไหม้

Mettez à dorer la noix de coco râpée, toujours en remuant, sinon ça brûle très vite!

Faire griller le piment, l'ail et les échalotes au four (220° C) en laissant légèrement brûler la peau.

brûlé (a, pp) ซึ่งเผาไฟ ไหม้เกรียม

Faire cuire les poivrons entiers dans un four très chaud (230°C) jusqu'à ce que la peau soit brûlée.

caramélisé (a) ซึ่งเคี่ยวจนเหนียวเป็นคาราเมล

Faire fondre la moitié du sucre dans 1 poêle avec de l'huile, une fois caramélisé, faire revenir la moitié des oignons et de l'ail quelques minutes.

chauffer (v) ทำให้ร้อน

Dans 1 l d'eau qui chauffe, ajouter successivement les boulettes de viande, le riz, le nam pla (sauce de poisson), la sauce soja, les crevettes, le poivre, le gingembre, la citronnelle.

chauffer > chauffer à blanc ตั้งไฟให้ร้อนจนมีควันขึ้น

Chauffer à blanc une petite poêle. Lorsqu'elle est bien chaude, ajouter l'huile.

chauffer > chauffer à feu doux / à bon feu / à feu fort ตั้งไฟแบบไฟอ่อน / ไฟกลาง / ไฟแรง

Faire chauffer l'huile à bon feu dans une poêle ou un wok.

chauffer > chauffer un wok sans matière grasse      ตั้งกระทะให้ร้อนโดยไม่ใส่น้ำมัน

Faire chauffer un wok sans matière grasse et y faire revenir les crevettes durant 3 à 4 minutes.

chauffé (a, pp)      ซึ่งร้อน

Arroser de jus de coco préalablement chauffé et mélanger délicatement le tout.

coller (v)      ติด เกาะติด

Faire bouillir durant 25 minutes en tournant régulièrement afin d'éviter que les haricots ne collent dans le fond de la casserole.

continuer (v)      ทำต่อไป

Ajouter les aubergines (ou le bambou) et continuer à cuire durant 2 minutes.

continuant (p prés)      โดยทำต่อไปเรื่อยๆ

Tout en continuant à mélanger ajouter les sauces de soja, le sucre, le bouillon (ou l'eau), le nam pla (sauce de poisson), l'oignon et le piment.

couvrir (v)      ปิดฝา

Couvrir et laisser mijoter 10 minutes à feu moyen.

couvrir > sans couvrir      ไม่ปิดฝา

Faire chauffer à feu doux sans couvrir pendant 10 minutes.

couvert (a, pp)      ซึ่งปิดฝา

couvert > à couvert      โดยปิดฝา

Déposez alors les filets de poisson dans cette sauce et laissez pocher entre 5 et 10 min à couvert.

Mettre la viande et le lait de coco dans une casserole et faire chauffer à feu moyen et à couvert durant 30 minutes.

couvert > à demi couvert      โดยแยมฝา โดยเปิดฝาล็กน้อย

Laisser cuire 4 à 5 min à feu moyen à demi couvert.

cuire (v)      ปิ้งให้สุก

Ajouter le bœuf et cuire 2 minutes.

cuire > cuire 3 minutes      ทำให้สุก 3 นาที

Ajouter la viande cuite et laisser encore cuire 3 minutes.

cuire > cuire... dans une cuillerée à soupe d'huile végétale      ทำให้สุกในน้ำมันพืช

Dans un poêlon, cuire le porc dans une cuillerée à soupe d'huile végétale.

cuire > cuire à sec      ทำให้สุกแบบแห้งๆ

Mettre la pâte de curry dans un wok et cuire à sec quelques secondes afin que les arômes se dégagent.

cuire > cuire à l'eau      ทำให้สุกในน้ำ

Cuire les nouilles à l'eau.

cuire > cuire à feu moyen      ทำให้สุกด้วยไฟอ่อน

Laisser cuire à feu moyen pendant 10 minutes.

cuire > cuire à la vapeur      ทำให้สุกโดยนึ่ง      อบไอน้ำ

Cuire à la vapeur ou au barbecue durant environ 15 à 20 minutes.

Faire cuire à la vapeur pendant 10 minutes.

Cuire le poisson à la vapeur ( $\pm$  10 minutes)

Ajouter les moules, couvrir et laisser cuire à la vapeur durant 3 à 4 minutes jusqu'à ce que les moules s'ouvrent et soient cuites.

cuire > cuire à découvert      ทำให้สุกโดยไม่ต้องปิดฝา

Ajouter les crevettes et laisser cuire à découvert 5 minutes.

cuit (a, pp)      ซึ่งสุก

Ajouter la viande aux pommes de terre cuites au lait de coco.

Quand les crevettes sont cuites, ajouter les oignons, carottes, tomates.

Quand le porc est cuit, ajouter le lait de coco.

Dans un wok, faire chauffer la sauce soja et faire sauter le porc jusqu'à ce qu'il soit cuit.

cuisson (nf)      การทำให้สุก

Laisser mijoter doucement à couvert, jusqu'à cuisson du poulet. Mélangez et poursuivez la cuisson de 3 minutes.

Vous pouvez prolonger la cuisson en fonction de votre goût.

cuisson > mi-cuisson      การทำให้สุกครึ่งหนึ่ง

Arroser régulièrement lors de la cuisson et tourner la viande à mi-cuisson.

Laisser mijoter encore 5 minutes en retournant les bananes à mi-cuisson.

Faites cuire 15 minutes position moyenne au four à micro ondes, en remuant à mi-cuisson.

cuisson > poursuivez la cuisson      ทำให้สุกต่อไป

Ajoutez l'oignon, les dés de tomates et les crevettes et poursuivez la cuisson 3 min.

découvrir (v)      เปิดฝา

découvrir > à découvert      โดยเปิดฝา

Faire bouillir à nouveau puis baisser le feu et laisser cuire 5 à 10 minutes à découvert avant d'ajouter les aubergines et les petits pois.

Faites cuire doucement à découvert pendant 10 minutes.

dégager (v)      ส่งกลิ่นหอม

Faites chauffer à feu moyen jusqu'à ce que le curry dégage son arôme.

déglacer (v)      ปรงรสอาหาร

Dans un wok, colorer les lamelles de poulet à l'huile d'olive, puis déglacer avec le mirin et le laisser s'évaporer.

devenir (v) กลายเป็น

Maintenez la cuisson doucement en remuant régulièrement jusqu'à ce que la surface devienne brillante et rouge.

diminuer (v) ลดลง

Laissez sur le feu jusqu'à ce que les pâtes soient complètement cuites et que le liquide ait bien diminué de volume.

dissoudre (v) ละลาย

Quand le sucre est dissout, retirer du feu et laisser refroidir.

Dans un autre poêlon faire fondre le sucre à feu doux avec 15 cl. d'eau. Remuer pour bien dissoudre le sucre.

dissous (a, pp) ซึ่งละลาย

Quand le sucre est dissous, ajouter la coriandre ciselée.

dorer (v) เป็นสีเหลืองทอง

Faire frire le poisson dans l'huile contenue dans un wok jusqu'à ce qu'il dore.

Laissez sauter pendant 5 min jusqu'à ce que les crevettes dorent.

Mettez à dorer l'échalote en remuant constamment.

dorer > faire dorer ทำให้เป็นสีเหลืองทอง

Couper le magret en morceaux de 2 cm d'épaisseur. Le faire dorer sur toutes les faces.

Dans de l'huile, faire dorer légèrement l'ail.

eau (nf) น้ำ

eau > eau bouillante น้ำเดือด

Cuire les légumes les plus durs (carottes, chou-fleur, etc.) pendant 10 secondes dans de l'eau bouillante.

égoutter (v) สะเด็ดน้ำ

Faites blanchir les germes de soja dans de l'eau bouillante, puis égouttez-les.

Sortir les filets de l'huile et les égoutter sur du papier absorbant.

enduire (v) ทา เคลือบ ทำให้ชุ่มด้วยน้ำหรือของเหลวเล็กน้อย

Mettre de côté quelques cuillères à soupe du mélange pour en enduire les steaks pendant la cuisson.

enduit (a, pp) ซึ่งทาเคลือบ

Retourner les steaks pour qu'ils soient tous bien enduits.

enfournier (v) นำใส่เตาอบ

Enfournez pour 12 minutes.

enlever (v) ยกขึ้น เอาออก

Enlever la viande de l'huile et réserver.

éteindre (v)	ดับไฟ ปิดไฟ
--------------	-------------

Éteignez le feu et laissez reposer 5 minutes.

étouffée > à l'étouffée      เคี้ยว หลน ต้ม

Une cuisson douce à l'étouffée est parfaite pour qu'un poisson reste moelleux et conserve toute sa saveur.

éviter (v)	หลีกเลี่ยง
------------	------------

Égouttez et rincez immédiatement sous l'eau froide pour éviter à la cuisson de se poursuivre.

face (nf)                      ด้าน ข้าง ซีก

Laisser cuire 10 à 15 secondes sur chaque face.

Couper le magret en morceaux de 2 cm d'épaisseur. Le faire dorer sur toutes les faces.

faire (v)	ทำ
-----------	----

faire > faire cuire au four      ทำให้สุกด้วยการอบ

faire > faire cuire à la cocotte      ทำให้สุกในหม้อตุ๋น

faire > faire revenir      ผู้ด

Faites revenir 5 minutes, en remuant souvent.

Faire revenir la pâte de curry sur feu moyen pendant 3 minutes.

Faites-y revenir la viande de 2 à 4 minutes de chaque côté, selon le degré de cuisson désiré.

Faire revenir les feuilles de basilic non découpées dans de l'huile pas plus de 1mn.

faire > faire revenir... avec un peu d'huile ผัดกับน้ำมันเล็กน้อย

Faire revenir le poulet avec un peu d'huile. Ajouter le curry et la moitié du cumin, saler.

faner (v)                      เห็น ยับลง

Ajouter le chou chinois et le faire cuire 5 à 10 minutes, jusqu'à ce qu'il commence à faner.

farce (nf)      ไร้สาระสำหรับยัดอาหารหรือขม

Ingrédients pour la farce.

feu (nm)

Lavez le wok puis remettez un peu d'huile à chauffer. Remettre la poêle avec un peu d'huile d'olive sur le feu.

feu &gt; feu vif                      ໑໗໙໓໘

Ajoutez la viande et la faire sauter pendant 5 minutes sur feu vif.

feu > feu moyen                      ไฟปานกลาง

Mettre le jus d'orange dans une petite casserole à feu moyen.

feu > feu doux                      ไฟอ่อน

Laissez 2 minutes sur feu doux, le temps de réchauffer les petits pois.

Ajouter le homard. Continuer à cuire à feu très doux durant 8 à 10 minutes.



feu > bon feu ไฟพอดี

Chauffer l'huile à bon feu dans un wok ou une poêle.

fondre (v) ละลาย

fondre > faire fondre ทำให้ละลาย

Faire fondre le sucre avec la moitié du lait de coco dans une casserole placée sur feu doux.

frémir (v) เดือดปุดๆ

Laisser frémir quelques minutes, retirer la sauce de la poêle et réserver.

Quand le mélange est homogène, ajoutez les feuilles de citron et laissez frémir 5 mn en remuant souvent.

frémissant (a) ซึ่งเดือดปุดๆ

Faire pocher les boulettes pendant 8 à 10 mn dans le bouillon frémissant.

frémissement (ad) โดยปล่อยให้เดือดปุดๆ

Portez à frémissements sur feu moyen à doux.

frire (v) ทอด

Ajouter la viande et laisser frire en remuant jusqu'à ce qu'elle soit cuite.

Faire frire l'ail, les tiges de coriandre et le poivre dans la même huile.

frire > frire... sur les deux faces ทอดทั้งสองด้าน

Frire le poisson sur ses deux faces (entaillées perpendiculairement), compter environ 6 à 10 minutes par côté.

frit > frit de façon croquante ทอดให้กรอบ

Verser dans un plat de service et garnir avec les piments rouge coupés en diagonale et les feuilles de basilic sacré frites de façon croquante.

friture (nf) หม้อทอด

Formez des petits pâtés et faites-les cuire dans la friture jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés. Chauffer une huile végétale dans le wok ou une friture et plonger 2 ou 3 brochettes, au maximum, à la fois durant 5 minutes.

fumer (v) มีควันขึ้น

Chauffer un wok jusqu'à ce que sa surface fume de chaleur.

Chauffer l'huile dans un wok. Quand elle commence à fumer, ajouter tous les ingrédients et laisser frire 20 à 30 secondes.

Chauffer l'huile dans un wok à haute température jusqu'à ce qu'elle fume.

fumant (a) ซึ่งมีควันขึ้น

Chauffer un wok ou une grande poêle et lorsqu'elle est fumante, verser l'huile.

grille (nf)

ตะแกรงย่าง

Huiler très légèrement la grille. Faire griller les steaks 5 minutes de chaque côté en badigeonnant régulièrement avec le reste de marinade.

griller (v)

ปิ้งย่างบนตะแกรง

Griller les brochettes au barbecue ou sous la grille pendant trois minutes de chaque côté. Faites griller les cacahuètes dans une poêle chaude jusqu'à ce qu'elles aient une légère coloration.

griller &gt; griller au barbecue

ปิ้งย่างบนเตาบาร์บีคิว

Faites les griller au barbecue 10 minutes en les retournant plusieurs fois. Salez, poivrez.

griller &gt; griller à sec

คั่ว

Faire griller à sec les cacahuètes et les piler.

Pendant ce temps, faire griller à sec dans une poêle le riz gluant jusqu'à obtention d'une couleur grise beige.

grillé (a, pp)

ซึ่งปิ้งย่าง

Saupoudrer la salade avec les cacahuètes grillées.

Cette sauce accompagne idéalement les poissons grillés.

homogène (a)

เป็นเนื้อเดียวกัน

homogène &gt; obtenir une texture homogène ได้เป็นเนื้อเดียวกัน

Pour la sauce : mélanger tous les ingrédients ensemble dans un poêlon. Porter à ébullition à feu moyen, mélanger constamment afin d'obtenir une texture homogène.

huile (nf)

น้ำมันพืช

Ajoutez un peu d'huile dans le wok et faites chauffer.

Faites sauter le tout au wok, dans la même huile, pendant environ 5 minutes.

huiler (v)

ทาน้ำมัน

Huiler très légèrement la grille. Faire griller les steaks 5 minutes de chaque côté en badigeonnant régulièrement avec le reste de marinade.

imprégner (v)

ดูดซึมเข้าเนื้อ

Ajouter les morceaux de bœuf et les imprégner entièrement du mélange.

Faire revenir le tout 5 minutes tout en remuant afin que les saveurs imprègnent toute la préparation.

incliner (v)

เอียง

incliner &gt; en inclinant la poêle

ด้วยการเอียงกระทะ

Verser une louche de pâte, l'étaler comme une crêpe en inclinant la poêle.

- incorporer (v) รวมเข้าด้วยกัน ผสม  
Incorporez le riz basmati, puis versez 30 cl d'eau bouillante.  
Incorporer le reste du lait de coco et réserver jusqu'à ce que le mélange soit complètement froid.  
Incorporez la crème de coco. Laissez frémir pendant 5 minutes.
- infuser (v) แห่หรือจุ่มในน้ำร้อนเพื่อให้คุณประโยชน์กระจายลงในน้ำ  
Placez les feuilles de thé dans un verre-mesureur résistant à la chaleur et versez dessus de l'eau bouillante. Laissez-les infuser pendant 15 minutes.
- laisser (v) ปล่อยทิ้งไว้  
Laisser réduire à feu doux.  
Laisser mijoter 15 à 20 minutes en ajoutant un peu d'eau si le lait de coco s'épaissit.
- laisser > laisser frémir ปล่อยให้เดือด  
Verser le lait de coco et l'eau. A ébullition, laisser frémir quelques minutes en remuant.
- légèrement (ad) อย่างค่อยๆ อย่างเบาๆ ทีละเล็กละน้อย  
Cuire jusqu'à ce que la pâte sèche et devienne légèrement brune en dessous.
- mijoter (v) เคี่ยว ต้มจนเปื่อย  
Ajouter le poulet et faire mijoter quelques minutes pour réchauffer la volaille.
- mijoter > laisser mijoter ปล่อยให้เคี่ยวจนเปื่อย  
Porter à ébullition et laisser mijoter pendant environ 20 min.  
Laissez mijoter sur feu vif pendant 3 minutes, jusqu'à ce qu'elle épaississe.
- obtenir (v) ได้ ได้รับ  
Ajouter l'eau et laisser cuire encore quelques minutes pour obtenir une soupe relativement épaisse.
- obtenir > obtenir une sauce homogène ได้น้ำซอสที่เครื่องปรุงรวมเป็นเนื้อเดียวกัน  
Bien mélanger les deux ingrédients pour obtenir une sauce homogène.
- ouvrir (s'ouvrir) เปิดออก  
Ajouter les moules, couvrir et laisser cuire à la vapeur durant 3 à 4 minutes, jusqu'à ce que les moules s'ouvrent et soient cuites.
- placer (v) ใส่ วาง  
Dans une casserole, placez 180 g de sucre, mouillez légèrement avec un peu d'eau.
- plonger (v) จุ่ม  
Plonger les vermicelles dans de l'eau bouillante légèrement salée durant 5 minutes.  
Plonger les boulettes en plusieurs fois dans la friture chaude et laisser frire durant 2 à 3 minutes.
- pocher (v) ลวก  
Pocher les saucisses pendant 5 minutes dans une casserole d'eau bouillante.  
Faire pocher les blancs de poulet pendant 20 min.

- porter (v) มีผล แสดงผล ทำให้เกิด  
Portez à ébullition et laissez mijoter à couvert 20 minutes.
- poursuivre (v) ดำเนินต่อไป  
Égouttez et rincez immédiatement sous l'eau froide pour éviter à la cuisson de se poursuivre.
- préchauffer (v) ทำให้ร้อนไว้ก่อน  
Faire cuire le saumon dans le four préchauffé pendant 10 à 15 minutes.  
Dans un wok préchauffé versez 2 à 3 cs d'huile et faites cuire en 2 ou 3 fournées les calmars farcis durant 4 à 5 minutes, Retirez du wok et réservez.
- pré-cuire (v) ทำให้สุกไว้ก่อน  
Pré-cuire les blancs de poulet (10 minutes dans l'eau bouillante).
- prendre (v) มี ได้  
Quand l'ail commence à prendre couleur, ajouter les crevettes et le sucre.
- préparer (v) เตรียม ปูรง  
Préparer la sauce avec les autres ingrédients (jus de citron vert, nam pla, piments, sucre et huile de sésame).
- présenter (v) นำเสนอ จัดวาง  
Présenter les crevettes dans un plat de service en parsemant de feuilles de basilic.
- prolonger (v) ขยายเวลา  
Vous pouvez prolonger la cuisson en fonction de votre goût.
- rajouter (v) เติม เพิ่ม  
Couvrir et cuire avec un léger bouillon jusqu'à ce que le canard soit tendre (rajouter du bouillon de volaille si nécessaire).
- ramener (v) นำกลับไป  
Ajouter le bouillon de poulet, porter à ébullition, puis ramener à feu moyen et laisser mijoter pendant 5 minutes.
- ramollir (v) ทำให้นิ่ม/นุ่มลง  
Ajouter le restant de sauce soja et faire sauter encore une à deux minutes jusqu'à ce que le melon commence à se ramollir.  
Si utilisation de nouilles déshydratées, les plonger dans de l'eau tiède durant 10 minutes (jusqu'à ce qu'elles ramollissent).
- réchauffer (v) อุ่นให้ร้อน  
Avant de servir, réchauffer les crevettes dans la soupe, puis verser une louche de soupe dans des bols.

- réduire (v) เคี้ยวให้งวด ลดลง  
Faites réduire la marinade 5 mn dans la même poêle.  
Faire cuire 10 à 15 minutes, jusqu'à ce que cela ait réduit de moitié.  
Vous pouvez réduire la quantité, le curry rouge étant relevé
- refroidir (v) เย็นลง  
refroidir > laisser refroidir ปล๋อยให้เย็น ทิ้งไว้ให้เย็น  
Quand le sucre est dissout, retirer du feu et laisser refroidir.
- remettre (v) เอากลับไปวาง  
Remettre la poêle avec un peu d'huile d'olive sur le feu.  
Laver le wok puis le remettre au feu avec de l'huile bien chaude.
- remplir (v) ใส่ เต็ม  
Remplissez d'eau le fond d'un cuiseur à vapeur et portez à ébullition.  
Remplir de petites tasses, le presser et réchauffer au bain-marie ou à la vapeur avant de servir.
- remuer (v) คน กวน ผัด  
Remuer délicatement et servir bien chaud.  
Ajouter les morceaux de poisson sans remuer, les champignons, les tomates et laisser frémir deux minutes de plus.
- remuant (p prés) โดยคนให้เข้ากัน  
Verser le lait de coco et l'eau. A ébullition, laisser frémir quelques minutes en remuant.
- remuant > en remuant à mi-cuisson คนให้เข้ากันเมื่ออาหารสุกไปได้ครึ่งหนึ่ง  
Faites cuire 15 minutes en position moyenne au four à micro ondes, en remuant à mi-cuisson.
- répartir (v) แบ่ง  
Répartir le tout dans 4 bols et garnir avec les tranches de mangue.
- répéter (v) ทำซ้ำ  
Répéter l'opération pour réaliser les autres rouleaux.
- replier (v)พับ ม้วน  
Replier les bords de la feuille de manière à constituer une saucisse (opération délicate pour ne pas déchirer la feuille).
- reposer (v) วางไว้ วางพักไว้  
Incorporer le lait de coco au riz et laisser reposer 1 heure à couvert.
- retirer (v) เอาออก  
retirer > retirer du feu เอาออกจากเตา  
Retirer du feu et garnir avec les piments rouges.  
Retirer la casserole du feu et ajouter les feuilles de bergamote, la pâte de piment et le jus de citron.

retirer > retirer ... de la poêle ตักออกจากกระทะ

Retirer la viande de la poêle et la réserver au chaud.

retournant (p prés) โดยพลิกกลับไปกลับมา

Laisser mijoter encore 5 minutes en retournant les bananes à mi-cuisson.

Faites les griller au barbecue 10 minutes en les retournant plusieurs fois. Salez, poivrez.

rissoler (v) ทอดบนไฟแรงให้สุกเหลือง

Plonger les papillotes dans l'huile de friture bien chaude et laisser rissoler durant 10 minutes.

rose (a) สีสชมพู

Laisser mijoter sur feu doux encore 5 minutes jusqu'à ce que les crevettes soient roses et tendres.

rosir (v) เป็นสีชมพู

Faire mijoter jusqu'à ce que les crevettes rosissent et soient cuites.

rôti (a, pp) ย่างด้วยไฟแรง

Préparer le porc rôti croquant en amenant une casserole d'eau à ébullition sur chaleur moyenne.

rôtir (v) ย่างด้วยไฟแรงบนตะแกรงย่างหรือในเตาอบ

Laisser rôtir de chaque côté jusqu'à coloration, environ 30 secondes.

saisi (a, pp) ซึ่งสุกด้วยไฟแรงเพียงชั่วครู่

Lorsque la viande est saisie, versez la sauce d'huître et la sauce soja.

saisir (v) ทำให้สุกด้วยไฟแรงเพียงชั่วครู่

Saisissez rapidement les lamelles de filet de bœuf égouttées.

Dans la même huile, faire saisir quelques minutes l'oignon, les noix de cajou, les piments et les oignons de printemps.

salé (a, pp) ซึ่งเค็ม

Plonger les vermicelles dans de l'eau bouillante légèrement salée durant 5 minutes.

saler (v) ใส่เกลือ

Salez et poivrez légèrement.

sauter (v) ผัด

Ajoutez la viande et la faire sauter pendant 5 minutes sur feu vif.

Laissez sauter pendant 5 min jusqu'à ce que les crevettes dorent.

Faites chauffer l'huile à feu moyen dans une petite poêle, puis y faire sauter le mélange d'ail pendant une minute.

Faire sauter l'ail et la citronnelle quelques minutes et ajouter l'eau et la moitié de la sauce de poisson.

- sauté (a, pp)                      ซิงผัด  
Epicé avec finesse, mélangé avec un peu de lait de coco, il sera parfait accompagné de nouilles sautées ou de riz.
- sécher (v)                            แห้ง  
Cuire jusqu'à ce que la pâte sèche et devienne légèrement brune en dessous.
- sortir (v)                            เอาออก (จากเตา)  
Sortir le porc du four, le découper en fines tranches.  
Sortir le poisson de la poêle et le déposer sur un papier absorbant.  
Dès que les nouilles sont colorées, les sortir et les réserver au chaud.
- servir (v)                            เสิร์ฟ  
Servir dans un plat et garnir avec les feuilles de coriandre.  
Servir les boulettes chaudes avec du riz blanc parfumé, des rondelles de concombre et de la sauce.
- température (nf)                   อุณหภูมิ  
Retirer du feu et laisser refroidir à température ambiante.
- terminer (v)                        ทำให้เสร็จ  
Pour terminer, ajouter les feuilles de basilic et les piments.
- tiédir (v)                            อุ้น  
Dans une casserole, faire tiédir le lait de coco avec le sel.
- tournée (nf)                        การพลิกกลับไปกลับมา  
Faire chauffer l'huile dans un wok et faire frire 100 g de nouilles en plusieurs tournées jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes.
- transférer (v)                      ย้าย เปลี่ยน  
Lorsque les barquettes sont cuites, transférez-les sur un plat.
- vapeur (nf)                        ไอน้ำ  
Cuire à la vapeur ou au barbecue durant environ 15 à 20 minutes.  
Servir directement dans le wok avec des pâtes chinoises, du riz ou des légumes vapeur.
- vérifier (v)                        ตรวจสอบ ตรวจสอบเช็ค  
Vérifier que les aubergines sont tendres.  
Vérifier la cuisson de la viande.

## 7

## การชั่งตวงวัด เวลา และอุณหภูมิ

(Les mesures, le temps de cuisson et la température)

## Les mesures การชั่งตวงวัด

bâton (nm) ก้าน ท่อน แท่ง

2 bâtons de citronnelle

bâtonnet (nm) ท่อนเล็กๆ

Ajouter les bâtonnets de tofu et laisser frire jusqu'à ce qu'ils deviennent croustillants.

boule (nf) ลูกทรงกลม

boule &gt; boule de glace ไอศกรีมตักเป็นก้อนกลม

Déguster tièdes avec éventuellement une boule de glace vanille.

brin (nm) ชิ้นเล็กๆ กิ่งไม้เล็กๆ

brin &gt; brin de menthe กิ่งใบสะระแหน่

Garnir avec le citron vert utilisé pour en extraire le jus, d'un brin de menthe fraîche et d'un bâtonnet garni de morceaux de fruits.

brochette (nf) ไม้เสียบ

Faites tremper 16 brochettes en bois dans un récipient d'eau froide: cela leur évitera de brûler à la cuisson.

calculer (v) คำนวณ

Calculer 2 cuillères à soupe minimum de lamelles de poulet par bol à soupe pour servir en potage; doubler pour un repas léger.

centre (nm) จุดศูนย์กลาง ตรงกลาง

Déposez chaque banane au centre d'un rectangle de feuille de bananier.

cercle (nm) วงกลม

Découper 15 cercles de 15 cm de diamètre dans les feuilles de bananier et recouper chaque cercle en deux.

centilitre (nm) เซ็นติลิตร

centilitre &gt; cl. เซ็นติลิตร

30 cl. de lait de coco.

25 cl. d'huile de soja pour friture (ou d'arachides).

centimètre (nm) เซ็นติเมตร

centimètre &gt; cm เซ็นติเมตร

Mettre les moules grattées dans une casserole avec 1 cm d'eau.

Mettre les moules dans une casserole avec 1 cm d'eau.



court (a) สั้น

Pendant ce temps, coupez le poulet en lanières assez fines et suffisamment courtes pour tenir dans une cuillère à soupe.

cuillerée (nf) ช้อน ปริมาณเต็มช้อน

- 1 cuillerée à café de sucre de palme.
- 2 cuillerées à soupe de sauce soja claire.
- 3 cuillerées à soupe d'huile d'arachides.
- 1 cuillerée à soupe de sauce soja foncée.
- 5 cuillerées à soupe de bouillon de volaille.

cuillerée > cuillerée à café ปริมาณหนึ่งช้อนชา

- 1 cuillerée à café de poivre noir moulu.
- Réserver 4 cuillerées à café de lait de coco et deux cuillerées à café de feuilles de coriandre.

cuillerée > cuil. ช้อน ปริมาณเต็มช้อน

cuillerée > cuil. à café ช้อนชา

Sur chaque banane, ajoutez du zeste de citron, ½ cuil. à café de sucre et 4 cuil. à soupe de lait de coco.

cuillerée > càc (cuillerée à café) ปริมาณหนึ่งช้อนชา

Arroser le poulet de sauce de soja et d'huile de sésame et la moitié d'une càc de sucre.

cuillerée > c. à café (cuillerée à café) ปริมาณหนึ่งช้อนชา

1/4 de c. à café de graines de coriandre grillées écrasées

cuillerée > cc (cuillerée à café) ปริมาณหนึ่งช้อนชา

Faire un sirop avec 4 dl de lait de coco, 200 g de sucre de palme et 1/2 cc de sel.

cuillerée > cs ปริมาณหนึ่งช้อนโต๊ะ

Piler au mortier pour en faire une pâte 1/2 cs de galanga émincé et 4 échalotes émincées, les ajouter dans une casserole à 1 tasse d'eau, 1 tasse de sucre de palme et 1 cs de sauce de poisson.

cuillerée > cuil. à soupe ปริมาณหนึ่งช้อนโต๊ะ

Mélangez 2 cuil. à soupe d'huile de tournesol et 2 cuil. à soupe de sauce soja claire.

cuillerée > cuillerée à soupe ปริมาณหนึ่งช้อนโต๊ะ

Chauffer la sauce à feu doux et faire réduire pour conserver l'équivalent de 4 cuillères à soupe.

Faire chauffer une poêle et saupoudrer d'une cuillère à soupe de sucre.

Réserver 2 cuillerées à soupe de crème de coco pour la garniture

dé (nm) ลูกเต๋า

Enrouler chaque dé de poulet dans une feuille de bananier maintenue par un cure-dents.

demi (nm)	ครึ่งหนึ่ง	Disposer les œufs durs coupés en demi ou en quart sur un petit plat de service.
demi-tasse (nf)	ครึ่งถ้วย	Ajouter une demi-tasse de chair de noix de coco dans le pichet contenant le jus et réserver dans le réfrigérateur.
diamètre (nm)	เส้นผ่าศูนย์กลาง	Il faut pouvoir en faire des petites boulettes d'environ 1 cm de diamètre. Confectionner des boulettes de 2 cm de diamètre environ. Confectionner des boulettes de bœuf d'environ 1,5 cm de diamètre.
épaisseur (nf)	ความหนา	Coupez le filet de porc en lamelles d'environ 4 cm de large sur 8 cm de long et 5 mm d'épaisseur.
équivalent (nm)	เทียบเท่ากับ	Chauffer la sauce à feu doux et faire réduire pour conserver l'équivalent de 4 cuillères à soupe.
feuille (nf)	ใบ	3 feuilles de citron vert thaï déchirées en morceaux (à défaut, des feuilles de citron vert)
dizaine (nf)	ประมาณสิบ	Placez dans le four pour une dizaine de minutes.
décilitre (nm)	เดซิลิตร	
décilitre > dl.	เดซิลิตร (1 เดซิลิตร = 100 ซีซี)	une boîte de 40 dl. de lait de coco Diluer 5 dl. de lait de coco dans deux verres d'eau, faire chauffer dans une casserole.
doubler (v)	สองเท่า ทวีคูณ	Calculer 2 cuillères à soupe minimum de lamelles de poulet par bol à soupe pour servir en potage; doubler pour un repas léger.
gousse (nf)	กลีบ	7 gousses d'ail hachées
goutte (nf)	หยด	Quand c'est bien chaud, servir dans une assiette et mettre quelques gouttes de sauce de poisson pur.
gramme (nm)	กรัม	
gramme > g.	กรัม	200 g de filet de poulet, découpé en lanières
gramme > gr.	กรัม	125 gr. de cacahuètes grillées.

graine (nf) เมล็ด

1/4 de c. à café de graines de coriandre grillées écrasées

grosseur (nf) ขนาด ความหนา

Laissez cuire à couvert 4 à 5 mn selon la grosseur des gambas.

hauteur (nf) ความสูง

hauteur > mi-hauteur ความสูงครึ่งหนึ่ง

Dans un grand plat à four, disposer les ramequins et verser de l'eau chaude jusqu'à mi-hauteur des ramequins.

horizontal (a) แนวนอน

Couper chaque œuf en deux moitiés horizontales.

lamelle (nf) ชิ้นบางๆ

3 lamelles de galanga fraîchement hachées

largeur (nf) ความกว้าง

largeur > dans le sens de la largeur ตามแนวกว้าง

Peler les bananes et les couper en 3 dans le sens de la largeur, puis chaque tronçon en 3 dans le sens de la longueur.

litre (nm) ลิตร

1 litre de lait de coco

1 litre de bouillon clair de bœuf (avec une pincée de gingembre en poudre).

Mixez le piment, l'ail et les échalotes, puis mettez-les dans une casserole avec 1/4 de litre du bouillon de cuisson des crevettes, les crevettes broyées.

litre > L. ลิตร

Mettez les 3 bouillons cube de volaille, le galanga émincé en rondelle et les feuilles de citronnier dans 1,5L d'eau.

longueur (nf) ความยาว

longueur > dans le sens de la longueur ตามแนวยาว

Pelez les bananes puis coupez-les en deux dans le sens de la longueur.

millilitre (nm) มิลลิลิตร

millilitre > ml มิลลิลิตร

Dans un bol moyen, mélangez le nam pla (sauce de poisson), le sel, le sucre et 15 ml d'huile.

moitié (nf) ครึ่งหนึ่ง

Cuire jusqu'à ce que le mélange aie réduit de moitié.

Chauffer la moitié de l'huile dans une grande poêle.

Prélevez la moitié du zeste du citron, et coupez-le en fins bâtonnets.

- morceau (nm)                      ก้อน ชิ้น ท่อน  
 Peler les bananes et les couper dans le sens de la longueur en 3 ou 4 morceaux.  
 Placer les morceaux de poisson dans un bol avec une cuillerée à soupe de jus de citron vert et un peu de sel. Bien mélanger.
- peu (nm) (ad)                      เล็กน้อย นิดหน่อย  
 Ajouter la pâte de curry rouge, le vinaigre, le nam pla (sauce de poisson), un peu de poivre et le gingembre.
- pincée (nf)                      หยิบมือหนึ่ง ปริมาณที่หยิบด้วยปลายนิ้ว  
 Ajouter une pincée de piment si vous aimez et servir avec du riz.
- poignée (nf)                      กำมือหนึ่ง  
 Ajoutez une petite poignée de coriandre et des quartiers de citron vert.
- portion (nm)                      ส่วน  
 Partagez la préparation en 8 portions.
- quartier (nm)                      หนึ่งในสี่ เศษหนึ่งส่วนสี่  
 Tailler les rondelles de concombre en quartiers.  
 Cuire 1 heure à la vapeur, ensuite réfrigérer une nuit avant de servir en quartiers.  
 Avec une citrouille, on peut faire entre 8 et 12 quartiers.
- quantité (nf)                      ปริมาณ จำนวน  
 Vous pouvez réduire la quantité, le curry rouge étant relevé.  
 Arroser avec le nam pla (sauce de poisson). Quantité selon le goût.  
 Vous pouvez réduire la quantité, le curry rouge étant relevé.
- quantité > petite quantité                      จำนวนเล็กน้อย  
 Faire frire l'échalote par petite quantité jusqu'à une coloration dorée et réserver (attention, ça brûle très vite).
- quart (nm)                      หนึ่งในสี่  
 Placez au fond de chaque barquette 2 à 3 feuilles de basilic thaï et remplissez-les aux trois quarts.  
 Disposer les œufs durs coupés en demi ou en quart sur un petit plat de service.
- rectangle (nm)                      สี่เหลี่ยมผืนผ้า  
 Lavez les feuilles de bananier, séchez-les puis coupez-les en 4 rectangles de 20 sur 30 cm.
- taille (nf)                      ขนาด  
 taille > taille moyenne                      ขนาดกลาง  
 1 piment vert de taille moyenne.
- tasse (nf)                      ถ้วย  
 tasse > 1 tasse                      หนึ่งถ้วย  
 1 tasse de feuilles entières de basilic sacré (Kaprow).

tasse > demi-tasse                      ครึ่งถ้วย

Ajouter une demi-tasse de chair de noix de coco dans le pichet contenant le jus et réserver dans le réfrigérateur.

tasse > 2/3 de tasse (nf)                      2/3 ถ้วย

Verser environ les 2/3 de tasse de cette crème dans une poêle de taille moyenne.

tiers (nm)                                      เศษหนึ่งส่วนสาม

1 tiers de tasse d'oignons nouveaux émincés sur 4 cm environ

tige (nf)                                      ก้าน ลำต้น

1 tige de citronnelle fraîchement hachée.

tranche (nf)                                      แผ่น/ชิ้นบางๆ

Tranchez le citron vert en 8 tranches.

trancher (v)                                      หั่นเป็นแว่น/ชิ้นบางๆ

Tranchez le citron vert en 8 tranches.

verre (nm)                                      แก้ว

verre > demi-verre                      ครึ่งแก้ว

Versez un demi-verre d'eau chaude, baissez le feu et laissez cuire à feu très doux en remuant.

volume (nm)                                      ปริมาณ

Dans un saladier, faire ramollir les feuilles de riz dans un grand volume d'eau tiède.

### Le temps de cuisson    เวลาในการประกอบอาหาร

année (nf)                                      ปี

Ainsi préparée, le kapi peut être conservé durant des années.

attendre (v)                                      รอ คอย

Passer les feuilles de riz dans de l'eau tiède. Attendre quelques minutes pour leur permettre de ramollir.

au bout de (prép)                                      หลังจาก

au bout de > au bout de 45 minutes    หลังจาก 45 นาที

Au bout de 45 minutes de cuisson, filtrez la soupe à travers une passoire et remettez le liquide dans la casserole.

au moins (ad)                                      อย่างน้อย

au moins > au moins 3 heures    อย่างน้อย 3 ชั่วโมง

Mettre la viande dans un plat et verser la marinade. Retourner les steaks pour qu'ils soient tous bien enduits. Couvrir et laisser mariner au réfrigérateur pendant au moins 3 heures.

augmenter (v)	เพิ่มขึ้น	Augmenter ces temps si vous utilisez un récipient en plastique, car ce matériau a des propriétés isolantes
aussitôt (ad)	ทันที	Au dernier moment, incorporer les pousses de soja et servir aussitôt.
avant (ad)	ก่อน ก่อนที่จะ	Laisser mariner une heure avant de servir. Cette recette utilise des piments chauds, mais vous pouvez adoucir les choses en enlevant les graines du piment avant cuisson.
avant > juste avant	ทันทีก่อนที่จะ	Garnir avec les feuilles de coriandre juste avant de servir. Saupoudrer de coriandre hachée juste avant de servir.
compter (v)	นับ	Laisser cuire jusqu'à ce que le bœuf soit tendre et laisser réduire la sauce (compter 45 minutes environ).
d'abord (ad)	ก่อนอื่น เริ่มแรก	Préparer d'abord l'accompagnement : mélangez le vinaigre blanc et le sucre et portez à ébullition, puis laissez refroidir.
demi-heure (nf)	ครึ่งชั่วโมง	Laissez mariner au moins une demi-heure.
demi-minute (nf)	ครึ่งนาที	Mélanger bien et laisser revenir encore une demi-minute.
dernier (a)	สุดท้าย	
dernier > au dernier moment	ในช่วงสุดท้าย	
dernier > dans la dernière étape	ในขั้นตอนสุดท้าย	Ajouter au dernier moment les oignons de printemps et les feuilles de basilic. Il suffit de les rincer à l'eau claire et de les cuire comme décrit dans la dernière étape de la recette.
dès que (conj)	ทันทีที่ ตอนที่	Servir dès que les vermicelles sont ramollis.
diminuer (v)	ลดลง	Chauffer à feu vif puis diminuer sur feu doux durant 10 minutes.
dizaine (nf)	ประมาณสิบ	
dizaine > dizaine de minutes	ประมาณ 10 นาที	Ajouter les filets de poisson et laisser cuire à feu moyen durant une dizaine de minutes.

durant (prép)	ในระหว่าง เป็นระยะเวลา
durant > durant 3 minutes	เป็นระยะเวลา 3 นาที
	Plonger les seiches et les crevettes dans de l'eau bouillante durant 3 minutes.
encore (ad)	ยังคง อีกครั้ง
	Mélanger les crevettes encore chaudes avec le mélange citronnelle, coriandre et menthe.
	Verser le jus de tamarin (ou de citron), le sucre et laisser mijoter encore une quinzaine de minutes à feu doux.
enfin (ad)	ในท้ายที่สุด สุดท้าย
	Ajouter enfin le riz, bien mélanger.
ensuite (ad)	หลังจากนั้น ถัดไป
	Cuire les vermicelles dans l'eau bouillante durant 10 minutes. Ensuite les rincer à l'eau froide.
	Versez de l'eau chaude dans le plat jusqu'à mi-hauteur des ramequins. Couvrez ensuite les ramequins d'une feuille d'aluminium.
entre ... et.... (prép)	ระหว่าง...และ...
	Déposez alors les filets de poisson dans cette sauce et laissez pocher entre 5 et 10 min à couvert.
entre-temps (ad)	ระหว่างนั้น ในขณะที่เดียวกัน
	Entre-temps, laisser tremper les vermicelles dans l'eau chaude pour les faire ramollir.
environ (ad)	ประมาณ
	Attendre une heure environ afin que la chair du poisson sèche quelque peu.
	Mettre la citrouille cuire à la vapeur pendant environ vingt minutes, le flan doit être bien ferme.
fin (nf)	สุดท้าย
fin > à la fin	ตอนสุดท้าย
	A la fin, hors du feu, remettre la ciboule et saupoudrer avec le reste de coriandre.
	Mélangez bien pendant 5 a 6 minutes, mettez la ciboulette à la fin de la cuisson.
fin > avant la fin	ก่อนสุดท้าย ก่อนที่จะเสร็จ
	3 minutes avant la fin de cuisson, ajouter les feuilles de salade.
fin > en fin de	เมื่อสิ้นสุด
	Ajouter en fin de cuisson les crevettes, le nam pla (sauce de poisson) et le sucre.
	En fin de cuisson, ajouter les oignons de printemps au bouillon.
fois (nf)	ครั้ง
fois > dernière fois	ครั้งสุดท้าย
	Mélanger une dernière fois et garnir avec les noix de cajou.

fois > chaque fois                      แต่ละครั้<sup>๕</sup>

A chaque fois que je vais dans un restaurant thaï, je prends ce dessert couvert de glace à la noix de coco ou du miel.

fois > une fois                      เมื่อ

On peut faire revenir les œufs dans une petite poêle. Une fois cuits, tranchez-les et mettez avec le plat.

fréquemment (ad)                      บ่อยๆ

Ajouter les épinards et continuer à cuire durant 3 minutes en remuant fréquemment.

instant (nm)                      ครู่หนึ่ง ขณะหนึ่ง

Laisser bouillir un tout petit instant et couper la source de chaleur.

instant > quelques instants                      เวลาสักครู่หนึ่ง

Faire revenir un oignon émincé, ajouter les morceaux de poulet et les poivrons, laisser dorer quelques instants.

jour (nm)                      วัน

Le troisième jour, placer la pâte de crevettes dans un pot hermétique et laisser en attente durant deux mois.

jour > deux jours de suite                      2 วันติดต่อกัน

Faire sécher la galette au soleil (de préférence) durant au moins deux jours de suite.

journée (nf)                      ระยะเวลา 1 วัน ช่วงวัน

C'est un met sucré qui se mange en Thaïlande pendant la journée.

Placer les morceaux de viande sur un plateau et le placer en plein soleil durant une journée (ou à défaut, durant 1h30 à 2h environ sous le grill d'un four).

jusqu'à... (prép)                      จนกระทั่ง

Baisser le feu et laisser cuire doucement jusqu'à cuisson des légumes.

jusqu'à ce que... (conj)                      จนกระทั่ง

Laisser mijoter jusqu'à ce que les crevettes soient cuites (5-6 minutes).

Faire chauffer l'huile dans un wok jusqu'à ce qu'elle fume légèrement et faire frire les papillotes durant 10 mn jusqu'à ce qu'elles soient dorées et que le poulet soit cuit.

heure (nf)                      ชั่วโมง

Mélanger le tout pour bien les enrober, placer au frais au moins une heure.

Les œufs peuvent être farcis 24 heures à l'avance, et frits le jour du pique-nique.

heure > une demi-heure                      ครึ่งชั่วโมง

Préchauffer le four à 100° puis enfourner durant une demi-heure.

Augmenter encore la chaleur à 180° et laisser encore cuire une demi-heure jusqu'à une belle coloration dorée.



laisser (v)	ปล่อยทิ้งไว้
laisser > laisser mijoter	ปล่อยให้เคี่ยวจนเปื่อย
	Réduire le feu et laisser mijoter 20 minutes jusqu'à ce que la sauce épaississe.
lorsque (conj)	เมื่อ
	Lorsque le bœuf est cuit (et tendre), ajouter la pâte de curry.
	Cuire le porc dans de l'eau bouillante et lorsqu'il est cuit, l'émincer en fines tranches.
	Griller le poulet au barbecue (ou sous le grill). Lorsqu'il est cuit, laisser refroidir durant 5 minutes et ensuite l'émincer.
mi-cuisson (nf)	การทำอาหารที่สุกไปแล้วครึ่งหนึ่ง
	Faire griller le magret sous un grill très chaud pendant 5 minutes en le retournant à mi-cuisson, puis le couper en tranches fines.
	Faites cuire 15 minutes en position moyenne au four à micro ondes, en remuant à mi-cuisson.
minimum (nm)	จำนวนน้อยที่สุด
minimum > au minimum	อย่างน้อยที่สุด
	Laisser reposer les crevettes décortiquées durant 15 minutes au minimum.
minute (nf)	นาที
	Faire bouillir durant 7 à 10 minutes, le sirop doit prendre une couleur dorée.
	Placer le porc dans le four avec la marinade et compter 35 minutes de cuisson.
	Incorporer le poulet et l'oignon et les faire revenir en remuant constamment pendant environ 5 minutes.
moins (ad)	น้อยกว่า
moins > au moins (ad)	อย่างน้อย
	Couvrir les brochettes avec la marinade et laisser reposer durant au moins deux heures.
	Ajouter le poulet, mélanger et laisser mariner au moins une heure.
moment (nm)	ช่วงเวลา
moment > dernier moment	ช่วงสุดท้าย
	Au dernier moment, ajouter le restant de feuilles de coriandre dans la préparation.
	On peut parsemer de coriandre fraîche ou de persil au dernier moment.
moment > au moment de servir	ช่วงเวลาเสิร์ฟ
	Ajouter les feuilles de coriandre pour garnir au moment de servir.
	Au moment de servir, ajoutez quelques feuilles de coriandre.
nuit (nf)	กลางคืน
	Verser la moitié de la préparation au curry sur les blancs de poulet et laisser mariner toute une nuit.
	Salier les crevettes et laisser macérer toute une nuit (attention à l'odeur).

- nuit > toute une nuit      ทั้งคืน หนึ่งคืนเต็ม  
 Rincez abondamment le riz puis mettez-le dans un récipient, couvrez-le d'eau et laissez-le tremper toute une nuit. Le lendemain, égouttez-le bien.
- pendant (prép)      ในระหว่าง  
 Pendant ce temps, préparer la pâte de curry.  
 Cuisez le steak au barbecue préchauffé à puissance maximum, pendant 4 à 6 minutes de chaque côté.
- poursuivre (v)      ทำต่อไป  
 Ajouter les pousses de soja, poursuivre la cuisson durant 2 minutes.
- prolonger (v)      ขยายเวลาออกไป  
 Prolongez la cuisson pendant 1 minute en la mélangeant sans cesse.  
 Prolonger la cuisson encore une à deux minutes.  
 Prolonger la cuisson sans couvrir, jusqu'à ce que le potiron soit cuit.
- puis (ad)      หลังจากนั้น  
 Ajouter le nam pla, le sucre de palme et le jus de tamarin puis les cacahuètes pilées.  
 Mettre la pâte dans une casserole, puis ajouter 3 cuillerées à soupe d'eau et les tranches de canard.
- quand (conj)      เมื่อ  
 Quand les crevettes sont cuites, ajouter les oignons, carottes, tomates.  
 Chauffer l'huile dans un wok. Quand elle commence à fumer, ajouter tous les ingrédients et laisser frire 20 à 30 secondes.
- quelques (dét. ind.)      2-3  
 quelques > quelques secondes      2-3 วินาที  
 Ajouter la maïzena et laisser encore frire quelques secondes.
- quelques > quelques minutes      2-3 นาที  
 Faire frire tous les légumes en même temps, ainsi que l'ail pendant quelques minutes.
- quinzaine (nf)      ประมาณสิบห้า  
 quinzaine > quinzaine de minutes      ประมาณ 15 นาที  
 Verser le jus de tamarin (ou de citron), le sucre et laisser mijoter encore une quinzaine de minutes à feu doux.
- seconde (nf)      วินาที  
 Cuire les légumes les plus durs (carottes, chou-fleur, etc.) pendant 10 secondes dans de l'eau bouillante.
- seconde > pendant 30 secondes      เป็นเวลา 30 วินาที  
 Ajoutez la pâte de curry rouge et faites revenir pendant 30 secondes.

seconde > quelques secondes 2-3 วินาที

Ajouter la maïzena et laisser encore frire quelques secondes.

semaine (nf) สัปดาห์

Après six semaines, sortir les œufs de l'eau salée.

Cette sauce se conserve une semaine au réfrigérateur

temps (nm) เวลา

temps > en même temps ในเวลาเดียวกัน

Faire frire tous les légumes en même temps, ainsi que l'ail pendant quelques minutes.

temps > de temps à autre บางครั้งบางครั้งว เป็นพักๆ

Laisser cuire quelques minutes à feu doux en remuant de temps à autre.

Plonger les nouilles frites dans l'eau bouillante durant 3 à 4 minutes en remuant de temps à autre.

temps > de temps en temps บางครั้งบางครั้งว เป็นพักๆ

Pendant que ça cuit, il faut remuer de temps en temps.

Porter à ébullition et laisser mijoter à feux doux en remuant de temps en temps, jusqu'à ce que le sucre soit complètement dissous et que la sauce épaississe.

Dans une casserole, mélangez le riz, le sucre, le lait de coco et l'eau, puis faites chauffer à feu moyen jusqu'à ébullition, puis laissez mijoter 30 minutes sans couvrir, en remuant de temps en temps jusqu'à totale absorption du liquide.

toujours (ad) เสมอ ตลอดเวลา

Ajouter la sauce soja, le sucre et les feuilles de basilic, toujours à feu vif.

veille (nf) ก่อนหน้านั้นหนึ่งวัน

Faire tremper les haricots dans de l'eau froide au moins une heure, si possible la veille.

## La température อุณหภูมิ

allumer (v) จุดไฟ ติดไฟ

Allumez le gril du four.

Allumer le barbecue

augmenter (v) เพิ่ม

Augmentez la température et remuez bien l'ensemble pendant 5 minutes.

baisser (v) ลด

baisser > baisser le feu ลดไฟลง

Baisser le feu et laisser cuire 5 à 10 minutes à découvert avant d'ajouter les aubergines et les petits pois.

baisser > baisser la température ลดอุณหภูมิลง

Baisser la température à feu doux et ajouter le jus de citron vert et les bananes.

bouillant (a) เดือด กำลังเดือด

Incorporez le riz basmati, puis versez 30 cl d'eau bouillante.

briquet (nm) ไฟแช็ก

briquet > essence à briquet น้ำมันไฟแช็ก

brûler (v) เผาไหม้

Faire griller le piment, l'ail et les échalotes au four (220° C) en laissant légèrement brûler la peau.

Faire frire l'échalote par petite quantité jusqu'à une coloration dorée et réserver (attention ça brûle très vite).

chaleur (nf) ความร้อน อุณหภูมิ

chaleur > baisser la chaleur ลดความร้อน ลดอุณหภูมิ

Baisser la chaleur et ajouter les crevettes, l'oignon émincé en fines lamelles et les champignons au bouillon.

chaleur > augmenter la chaleur เพิ่มความร้อน เพิ่มอุณหภูมิ

Augmenter la chaleur du four à 150° pour une nouvelle demi-heure.

chaud (a) ร้อน

Remplir chaque barquette avec la préparation, décorer avec les feuilles de coriandre et servir chaud.

La soupe thaïe peut se consommer chaude ou tiède et peut se conserver quelques jours au réfrigérateur, puis réchauffer.

chaud > bien chaud ร้อนได้ที่

Disposez-les sur une assiette avec la sauce bien chaude.

chaud > très chaud ร้อนมาก

Pour préparer la pâte, faire rôtir les échalotes, l'ail, le galanga, la citronnelle et les piments rouges sur la plaque d'un four très chaud pendant 4 minutes.

chaud > maintenir au chaud เก็บรักษาความร้อน

Déposez les morceaux de poisson sur le plat de service et recouvrez-les d'une feuille d'aluminium pour les maintenir au chaud.

chauffé (a) ซึ่งร้อน

Dressez le tout sur un plat chauffé et servez immédiatement.

chauffer (v) ร้อน ทำให้ร้อน

Faire chauffer l'huile dans un poêlon sur feu vif.

Attendre quelques secondes que l'huile chauffe, ajouter alors l'ail suivi, après quelques secondes, des piments et du poulet.

congelé (a)

ថ្ងៃរៀនរៀន

Si les crevettes sont congelées, décongelez-les.

cuire (v)

ทำอาหาร ทำให้อายุยืน

Faire cuire 45 minutes au four (200°) en couvrant avec le reste de la marinade.

cuire > cuire au barbecue

## อย่างแบบบาร์บิคิว

cuisson (nf)

## การทำอาหาร

Réduire le feu et poursuivre la cuisson pendant 2 min.

cuisson > mi-cuisson

## การทำอาหารที่สุกไปแล้วครึ่งหนึ่ง

Faire griller le magret sous un grill très chaud pendant 5 minutes en le retournant à mi-cuisson, puis le couper en tranches fines.

cuit (a)

ស្តុក

cuit > cuit à point

สุกปานกลาง    สุกกำลังดี

Amenez à ébullition et laissez bouillir jusqu'à ce que les ingrédients soient cuits à point.

décongeler (v)

## ละลายน้ำแข็ง

Décongeler vos gambas, décortiquer-les, les placer dans un plat à gratin.

degré (nm)

องค์า

Faites cuire 40 minutes à 100 degrés jusqu' à ce que la crème soit ferme.

Faites-y revenir la viande de 2 à 4 minutes de chaque côté, selon le degré de cuisson désiré.

degré > degré celsius

องค์าสเซลเซียส

Faites préchauffer le four à 100°C.

enfournier (v)

อบ

Enfournez pour 12 minutes.

enlever (v)

ເອາອອກ

enlever > enlever du feu

เอาออกจากเตา

Porter à ébullition et enlever immédiatement du feu.

éteindre (v)

ปิดไฟ ดับไฟ

Éteignez le feu et laissez reposer 5 minutes.

Portez à ébullition puis baissez le feu et laissez mijoter 3 à 4 mn. Éteignez le feu, laissez refroidir.

faire (v)

ทำ

Verser le lait de coco dans un poêlon et faire chauffer à feu doux.

Faire chauffer à feu doux sans couvrir pendant 10 minutes.

fev (nm)

ไฟ เต่าไฟ

Lavez le wok puis remettez un peu d'huile à chauffer. Remettre la poêle avec un peu d'huile d'olive sur le feu.

- feu > feu vif                                      ไฟแรง ความร้อนสูง  
Ajoutez la viande et la faire sauter pendant 5 minutes sur feu vif.  
Faire chauffer l'huile dans un poêlon sur feu vif.
- feu > feu moyen                                      ไฟปานกลาง ความร้อนปานกลาง  
Mettre le jus d'orange dans une petite casserole à feu moyen.  
Ajouter l'ail. Faire frire à feu moyen durant 1 minute jusqu'à ce que l'ail brunisse un peu.
- feu > feu modéré                                      ไฟปานกลาง ความร้อนปานกลาง  
Laisser mijoter 15 minutes à feu modéré (la sauce doit épaissir et rougir).
- feu > feu doux                                      ไฟอ่อน ความร้อนต่ำ  
Remuez bien, portez à frémissement et faites cuire 5 minutes à feu doux.
- feu > feu très doux                                      ไฟอ่อนมาก ความร้อนต่ำมาก  
Laissez frémir 5 min à feu très doux.
- feu > bon feu                                      ไฟพอดี  
Chauffer l'huile à bon feu dans un wok ou une poêle.  
Retirer du feu à la reprise de l'ébullition.
- feu > à petit feu                                      ไฟอ่อนๆ  
Potiron et crevettes sont cuits à petit feu dans un bouillon crémeux parfumé au lait de coco.
- feu > feu entre moyen et vif                                      ไฟปานกลางถึงไฟแรง  
Ajoutez 2 cuil. à soupe de lait de coco et remuez pendant 2 minutes, sur feu entre moyen et vif.
- feu > retirer du feu                                      ยกออกจากเตา  
Baisser le feu et laisser frémir encore quelques minutes et retirer du feu.
- froid (a)                                      เย็น  
Mettre les pousses de soja dans de l'eau froide.  
Faire tremper les feuilles de gélatine dans l'eau froide pendant 15 minutes.
- fort (a)                                      แรง ร้อนแรง  
Faire chauffer le wok avec de l'huile ; quand le feu est bien fort, ajouter les blancs de poulets.
- four (nm)                                      เตาอบ  
Préchauffez votre four à 180°C.  
Si vous désirez manger directement, mettre les morceaux de viande à sécher dans un four chaud durant 10 à 15 minutes.
- frais / fraîche (a)                                      เย็น สด  
Mettez dans des coupes individuelles et laissez au frigo pendant 2 heures. Servez frais.

frais > placer au frais                      แช่เย็น

Mélangez bien pour enrober la viande de marinade, couvrez de film alimentaire et placez au frais au moins 2 heures.

frais > réserver au frais                      แช่เย็น

Répartissez la crème dans de petites coupes et réservez 2 heures au frais avant de servir.

frigo (nm)    ตู้เย็น

Placer la sauce dans un pot hermétique et la placer au frigo durant une semaine.

frire (v)    ทอด

Frir les tranches de poisson marinées dans l'huile chaude durant 10 à 15 minutes.

Frir les galettes à 160° C pendant quelques minutes jusqu'à ce qu'elles prennent une couleur brune.

friture (nf)    หม้อทอด

Cuire les rouleaux à la friture (180°) durant quelques minutes.

froid (a)    เย็น

Retirez les ramequins de l'eau. Laissez tiédir, puis placez au réfrigérateur jusqu'à ce qu'ils soient froids.

fumer (v)    เป็นควัน

fumer > commencer à fumer                  เริ่มมีควัน

Sur feu vif, faites chauffer un wok. Ajoutez l'huile. Quand elle est chaude et commence à fumer, ajoutez l'ail.

glacer (v)    แช่แข็ง

Saumon glacé au gingembre, à l'orange et au vinaigre balsamique.

gril (nm)    เครื่องปิ้งย่าง

Allumez le gril du four

griller (v)    ปิ้งย่าง

Faire griller les travers sous le grill à mi-hauteur du four ± 10 minutes sur les 4 faces (on peut aussi les griller au barbecue).

griller > griller .... au barbecue              ย่างบาร์บีคิว

Griller le bœuf au barbecue durant quelques minutes de chaque côté.

hors (ad)    ภายนอก

hors > hors du feu                                  เอาออกจากเตา

A la fin, hors du feu, remettre la ciboulette et saupoudrer avec le reste de coriandre.

Hors du feu, battre les œufs avec le mélange lait/sucre jusqu'à obtention d'un mélange homogène.

poursuivre (v)                                      ทำต่อไป

Réduire le feu et poursuivre la cuisson pendant 2 min.

- préchauffer (v)                      ทำให้ร้อนก่อน  
 Préchauffer le barbecue (très chaud).  
 Préchauffer le four à 220°.  
 Préchauffer le four (180°C) si possible en combinant chaleur et gril. Faire cuire 5 minutes, retourner les brochettes et cuire encore 3 minutes.
- préchauffé (a)                      ซึ่งทำให้ร้อนก่อน  
 Faire cuire le saumon dans le four préchauffé pendant 10 à 15 minutes.
- puissance (nf)                      กำลังกระแสไฟฟ้า  
 Cuisez le steak au barbecue préchauffé à puissance maximum, pendant 4 à 6 minutes de chaque côté.
- ramener (v)                      ย้อนกลับมา  
 ramener > ramener à feu moyen    กลับมาที่ความร้อนปานกลาง ลดความร้อนเป็นปานกลาง  
 Ajouter le bouillon de poulet, porter à ébullition puis ramener à feu moyen et laisser mijoter pendant 5 minutes.
- réchauffage (nm)                      การทำให้ร้อน  
 La crevette n'aime pas le réchauffage.
- réchauffer (v)                      ทำให้ร้อน  
 Laissez 2 minutes sur feu doux, le temps de réchauffer les petits pois.
- réduire (v)                      ลด  
 réduire > réduire le feu              ลดไฟลง ลดความร้อนลง  
 Ajouter le jus de tamarin (ou de citron) et réduire le feu.  
 Dans une casserole, mettre les épices, la crème fraîche et l'eau. Porter à ébullition et réduire aussitôt le feu.
- réfrigérateur (nm)                      ตู้เย็น  
 La soupe thaïe peut se consommer chaude ou tiède et peut se conserver quelques jours au réfrigérateur puis réchauffer.
- réfrigérer (v)                      แช่เย็น  
 Réfrigérer pendant 30 minutes.
- refroidi (a)                      ซึ่งเย็น  
 Ajouter la sauce refroidie à cette pâte. Mélanger pour obtenir une sauce homogène.
- refroidir (v)                      ทำให้เย็น  
 Rincez pour refroidir.  
 Surveillez la cuisson et laissez refroidir au frigo.  
 Portez à ébullition puis baissez le feu et laissez mijoter 3 à 4 mn. Éteignez le feu, laissez refroidir.



- refroidir > laisser refroidir      ปล๋อยไว้ให้เย็น  
Griller le poulet au barbecue (ou sous le grill). Lorsqu'il est cuit, laisser refroidir durant 5 minutes et ensuite l'émincer.
- reposer (v)      วางพักไว้  
Éteignez le feu et laissez reposer 5 minutes.
- retirer (v)      ยกออก เอาออก  
retirer > retirer du feu      ยกออกจากเตา  
Retirer du feu et garnir avec les piments rouges.  
Retirer la casserole du feu, ajouter le jus de citron vert et garnir avec le reste de feuilles de coriandre.
- source (nf)      แหล่ง แหล่งให้ความร้อน  
Enlever le poulet mais laissez la crème de noix de coco sur une source de chaleur très basse.
- température (nf)      อุณหภูมิ  
Refroidir à température ambiante.
- température > basse température      อุณหภูมิต่ำ ความร้อนต่ำ  
Pendant ce temps, faire chauffer la barquette d'ananas au four à basse température.
- température > température moyenne      อุณหภูมิปานกลาง ความร้อนปานกลาง  
Chauffer l'huile dans un wok à température moyenne.
- température > température ambiante      อุณหภูมิห้อง  
Laisser reposer à température ambiante pendant six semaines.  
Retirer du feu et les laisser refroidir à température ambiante.
- tenir (v)      เก็บ เก็บรักษา  
tenir > tenir au chaud      เก็บความร้อน  
Enlever du feu et tenir au chaud.
- thermostat (nm)      เทอร์โมสแตท เครื่องควบคุมอุณหภูมิ  
Préchauffez le four à 240°C (thermostat 8).
- tiède (a)      อุ้น  
Trempez les nouilles sèches dans de l'eau tiède durant 10-15 minutes.  
Garnir avec l'échalote grillée, la coriandre et servir tiède.  
Faire gonfler les champignons dans un bol d'eau tiède.
- tiédir (v)      อุ้น เย็นลง  
Transférez la viande sur une planche à découper et laissez-la tiédir.  
Retirez les ramequins de l'eau. Laissez tiédir, puis placez au réfrigérateur jusqu'à ce qu'ils soient froids.

## 8

รสชาติและการปรุงรส  
(Les saveurs et l'assaisonnement)

accompagner (v) เข้ากันกับ... เสริฟพร้อมกับ...

Cette sauce accompagne principalement les salades ou entrées frites.

Ce plat est un peu sec de consistance. Vous pouvez l'accompagner de sauce aux piments ou de sauce au concombre.

acide (a) เปรี้ยว

Les Thaïs utilisent normalement les mangues vertes claires acides pour préparer ce plat.

acidité (nf) ความเปรี้ยว รสเปรี้ยว

Très riche en saveurs, ce curry thaï allie le feu (la force ou la puissance) des épices, la douceur du lait de coco et l'acidité du tamarin.

acidulé (a) ซึ่งมีรสเปรี้ยว

Dans un bol, mélanger tous les autres ingrédients hormis les noix de cajou et la coriandre (si ce n'est pas assez salé, ajouter un peu de sauce de poisson - si ce n'est pas assez acidulé, ajouter un peu de jus de citron vert).

aigre-doux (a) เปรี้ยวหวาน

C'est un coleslaw avec un mélange aigre-doux de saveurs asiatiques.

ajouter (v) เติม เพิ่ม

Ajouter un peu de zeste de citron finement émincé.

Ajouter le nam pla (sauce de poisson), le jus de citron et la poudre de piment séché.

apparaître (v) ปรากฏ เกิดขึ้น

Dès que les parfums apparaissent, ajouter de l'ail et de l'oignon.

arôme (nm) กลิ่นหอม

Bien mélanger pour que les arômes se dégagent.

Il existe de nombreuses variantes de cette recette (en ajoutant des haricots verts ou du soja, avec ou sans crevettes séchées, avec ou sans tamarin qui donne un arôme plus acidulé) selon les goûts de chacun.

aromate (nm) กลิ่นหอม

Le blanc de poulet haché, les herbes fraîches et les aromates additionnent ici leurs bienfaits.

aromatisé (a) ซึ่งมีกลิ่นหอม

Un sauté de nouilles au gambas aromatisé d'un mélange de miel et d'épices.

Servez-les avec des petits pains chauds, de la sauce pimentée et de la mayonnaise aromatisée de menthe et de noix de coco.

- arroser (v) ราดน้ำ ใส่ น้ำ  
Mettez une portion de vermicelle de riz dans des bols individuels. Arrosez la sauce juste avant de servir.  
Juste avant de servir, arroser la salade de papaye avec la sauce et garnir avec les tomates, les cacahuètes et les feuilles de coriandre.
- assaisonner (v) ปูรงรส  
Baisser le feu et assaisonner avec le sucre et la sauce de poisson.  
Assaisonner de sauce nam pla, sucre de canne et jus de citron et poursuivre la cuisson une dizaine de minutes.  
Assaisonner avec 2 cuillérées à soupe de sauce soja, la sauce d'huître et du poivre.
- assaisonnement (nm) เครื่องปูรงรส  
Servir la soupe accompagnée des assaisonnements traditionnels
- condiment (nm) เครื่องปูรงรส  
Déverser le contenu de son panier sur une galette de riz déposée au préalable sur son assiette, y ajouter les légumes et condiments crus selon son goût.
- coriandre (nf) ผักชี  
coriandre > coriandre fraîche ผักชีสด  
Pour un résultat encore plus savoureux, décorez-la avec de la coriandre fraîche.
- croquant (a) กรอบ สดกรอบ  
Les légumes doivent être croquants.
- curry (nm) แกง เครื่องแกง  
curry > curry en poudre เครื่องแกงที่เป็นผง ผงกะหรี่  
Assaisonner de curry en poudre.
- dégager (v) ปล่อยออก  
dégager > dégage ses arômes สังกลิ่นหอม  
Ajouter la pâte de curry et bien mélanger jusqu'à ce que le curry dégage ses arômes.  
Ajouter la pâte de curry et remuer jusqu'à ce qu'elle dégage ses arômes.
- délicatement (ad) อย่างเบาๆ  
Ajouter le jus de citron vert, le sucre et la sauce soja. Mélanger délicatement.
- délice (nm) ความพึงพอใจ รสชาติเป็นที่น่าพอใจ  
Un repas très, très simple mais un vrai délice pour un prix plus que modique.  
Cette salade froide est un délice à consommer par beau temps ensoleillé !!
- délicieux / délicieuse (a) อร่อย  
Délicieuses et légèrement épicées, ces moules sont prêtes en moins de 30 minutes.

désirer (v)	ต้องการ ปรารถนา
Goûter et rectifier selon que l'on désire piquant (piments), doux (citron/sauce poisson) ou sucré.	
dissolution (nf)	การละลาย
Dans un grand bol, mélanger le jus de citron, le sel et le sucre (bien mélanger jusqu'à la dissolution complète du sucre).	
doux / douce (a)	นุ่มนวล ละมุนละไม
Cette sauce typiquement thaïlandaise est douce, sucrée et pimentée en même temps	
épice (nf)	เครื่องเทศ
Moudre les épices et les mettre de côté avec les arachides.	
épicé (a)	เผ็ดร้อน รสจัด
Délicieuses et légèrement épicées, ces moules sont prêtes en moins de 30 minutes.	
figner (v)	ปรับแต่งรสชาติ
Placez sur la table la coriandre fraîche et le 1/2 citron vert restant pour figner selon les goûts de chacun.	
fort (a)	เผ็ด รสจัด
Pour un plat plus relevé, laissez les graines de piments ou utilisez un piment thaï, très fort.	
goût (nm)	รสนิยม ความพอใจ รสชาติ
Il existe de nombreuses variantes de cette recette (en ajoutant des haricots verts ou du soja, avec ou sans crevettes séchées, avec ou sans tamarin qui donne un arôme plus acidulé) selon les goûts de chacun.	
goût > donner le goût	ให้รสชาติ
Utiliser de la sauce thaïe au piment pour donner plus de goût.	
goût > selon vos goûts	ตามรสชาติที่ชอบของคุณ ตามรสนิยมของคุณ
Ajoutez le jus de tamarin, le sucre et le sel selon vos goûts.	
goûter (v)	ชิม ลิ้มรส
Goûter pour rectifier l'assaisonnement en sel et poivre.	
goutte (nf)	หยด ปริมาณนิดหน่อย
Assaisonner avec le sel, poivre et quelques gouttes de sauce soja.	
herbe (nf)	สมุนไพร
Servez dans deux larges assiettes et saupoudrez enfin avec les herbes.	
infusé (a, pp)	ซึ่งแช่จนซึมเข้าเนื้อ
Laisser mijoter pendant 10 minutes ou jusqu'à ce que les saveurs soient infusées.	

libérer (v) ปล่อยออก

Mettre la pâte de curry dans le wok. Attendre que les parfums se libèrent.

Ajouter la pâte de curry vert et faire sauter en mélangeant durant deux minutes jusqu'à ce que les parfums du curry se libèrent.

mayonnaise (nf) มายองเนส

Servez-les avec des petits pains chauds, de la sauce pimentée et de la mayonnaise aromatisée de menthe et de noix de coco.

mélanger (v) ผสมเข้าด้วยกัน

Mélanger intimement (uniformément) tous les ingrédients de la sauce (nam pla, huile, vinaigre, sucre, jus de citron et piments).

miel (nm) น้ำผึ้ง

Ce mélange est donc à base de miel, de cannelle, de fenouil, d'anis, de poivre de sichuan, de gingembre, girofle et coriandre.

morceau (nm) ก้อน ชิ้น

Baisser le feu et ajouter les morceaux de sucre.

moutarde (nf) มัสตาด

Dans un plat ou dans un sac refermable, mélanger le jus de citron, la sauce soja, la moutarde, l'ail, le sucre roux et la pâte de curry.

pandanus (nm) ใบเตย

Les feuilles de pandanus ne se mangent pas, mais permettent une cuisson particulière au poulet, ainsi qu'à aromatiser.

parfum (nm) กลิ่นหอม รส

½ cuillère à café de poudre aux 5 parfums.

Cuire jusqu'à ce que le parfum se dégage.

Laisser cuire en mélangeant jusqu'à ce que les parfums se dégagent, environ 3 à 4 minutes.

Ajouter le curry et faire cuire dans la crème de coco quelques minutes jusqu'à ce que le parfum se dégage.

parfumé (a, pp) ซึ่งมีกลิ่นหอม

On utilise les nouilles de riz rondes et blanches appelées kanom chin pour ce plat léger et très parfumé.

parfumer (v) ทำให้มีกลิ่นหอม ปรงแต่งรส

On peut parfumer davantage le bouillon en ajoutant 1 cuillère à café d'huile de sésame.

pâte (nf) สิ่งที่ได้จากการผสม ส่วนผสม

pâte > pâte de crevettes กะปิ

Assaisonner avec la sauce d'huîtres, la pâte de crevettes, le piment et le jus de citron.

piment (nm)                      พริก

piment > poudre de piments séchés    พริกป่น

1 cuillerée à café de poudre de piments séchés.

piment > piment en poudre      พริกป่น

Ajouter les dés d'ananas, les échalotes et le piment en poudre et laisser cuire 3 nouvelles minutes.

pimenté (a)                      ซึ่งมีรสเผ็ด

Les Thaïs utilisent ces œufs salés pour adoucir les curry épicés et d'autres plats pimentés.

pincée (nf)                      หยิบมือ

Dans une jatte, versez le lait de coco tiédi, le sucre et la pincée de sel.

piquant (a)                      ซึ่งมีรสเผ็ด

Goûter et rectifier selon que l'on désire piquant (piments), doux (citron/sauce poisson) ou sucré.

Dans un saladier, combiner le beurre de cacahuètes, la sauce de soja, le jus de citron vert, le sucre, la poudre de curry, l'ail et la sauce piquante.

poivre (nm) พริกไทย

Ajoutez la sauce d'huître, la sauce soja, le nuoc-mam, le sucre de palme et le poivre blanc.

poivrer (v)      โรยพริกไทย

Verser cette préparation sur le poisson et poivrer généreusement.

Poivrer et ajouter la marinade et le jus de citron restant.

poudre (nf)      粉

poudre > poudre de riz      ข้าวคั่วปน

poudre > piment en poudre      พริกป่น

Ajouter ensuite la poudre de riz, le piment en poudre, les oignons émincés, les feuilles de menthe et la coriandre.

préparer (v)	เตรียม ประกอบ ประง
--------------	--------------------

Préparer la sauce avec les autres ingrédients (jus de citron vert, nam pla, piments, sucre et huile de sésame).

rectifier (v)                      ปรับปรสชาติ

Rectifier l'assaisonnement (nam pla, sucre).

relevé (a) ซึ่งเผ็ด/รสจัด

Pour un plat plus relevé, laissez les graines de piments ou utilisez un piment thaï, très fort.

salée (a)                      ซึงเค็ม

Ajouter délicatement les œufs entiers dans l'eau salée.

Plonger les vermicelles dans de l'eau bouillante légèrement salée durant 5 minutes

saler (v) ใส่เกลือ

Salez et poivrez légèrement.

sauce (nf) ซอส น้ำปรุงรส น้ำจิ้ม

Dans la même poêle, ajouter la sauce soja, le vinaigre, le nam pla (sauce de poisson) et le sucre de palme.

sauce > sauce au citron น้ำจิ้มซีฟู้ด

Préparer la sauce au citron : dans un bol, mélanger la sauce de poisson, le jus de citron vert, le sucre, l'ail, les piments et la coriandre.

sauce > sauce au concombre อาจาด

Servir avec une sauce au concombre.

sauce > sauce aux piments น้ำปลาพริก

Servir accompagné de la sauce aux piments.

sauce > sauce de cuisson น้ำสต็อก

Disposer les seiches sur un plat de service, verser la sauce de cuisson par-dessus, garnir avec les feuilles de coriandre et servir avec du riz thaï parfumé.

sauce > sauce de poisson น้ำปลา

Dans la même poêle, ajouter la sauce soja, le vinaigre, le nam pla (sauce de poisson) et le sucre de palme.

Ajouter ensuite les champignons, la sauce d'huître, le sucre, la sauce de poisson et 10 cl d'eau.

sauce > sauce d'huîtres น้ำนํหอย

Ajouter le bœuf, les brocolis, la sauce de haricots et la sauce d'huîtres.

Ajouter les moules, la sauce d'huîtres et la sauce de poisson.

sauce > sauces de soja ซีอิ๊ว

Tout en continuant à mélanger, ajouter les sauces de soja, le sucre, le bouillon (ou l'eau), le nam pla (sauce de poisson), l'oignon et le piment.

sauce > sauce soja claire ซีอิ๊วขาว

1 cuillerée à soupe de sauce soja claire.

sauce > sauce de soja foncée ซีอิ๊วดำ

1 cuillerée à soupe de sauce de soja foncée.

Dans un bol, mélanger la viande hachée avec l'œuf, la pâte de coriandre et ail, la sauce soja foncée et farcir les seiches avec cette mixture.

sauce > sauce de tamarin ส้มมะขาม

Les œufs à la sauce de tamarin sont une recette originale thaïlandaise à base de tamarin

sauce > sauces de tables เครื่องปรุงรสประจำโต๊ะอาหาร

Servir avec du riz blanc au jasmin et les sauces de table habituelles.

sauce > sauce thaï au piment น้ำปลาพริก

Utiliser de la sauce thaïe au piment pour donner plus de goût.

saupoudrer (v) โรย

Saupoudrer de piment en poudre (selon ses goûts).

Saupoudrer de coriandre hachée juste avant de servir.

saveur (nf) รส รสชาติ

Des saveurs thaïes donnent à ces burgers de dinde un goût vraiment délicieux.

Très riche en saveurs, ce curry thaï allie le feu (plutôt : force ou puissance) des épices, la douceur du lait de coco et l'acidité du tamarin.

La saveur aigre des mangues vertes, mêlée à d'autres épices, fait ressortir le goût du poisson frit.

savoureux (a) ที่มีรสชาติ

Pour un résultat encore plus savoureux, décorez-la avec de la coriandre fraîche.

Les poulets sont servis accompagnés d'une savoureuse Som Tam à la mode locale (salade de papaye et de carottes).

sel (nm) เกลือ

Ne mettez que très peu de sel, le nuoc mam étant très salé.

sel > sel de glutamate ผงชูรส

Salez au sel de glutamate et bien mélangez.

sensibilité (nf) ความรู้สึก ประสบาสัมผัส

On peut bien entendu l'adapter au goût et à la sensibilité de chacun.

sucré (nm) น้ำตาล

Faire chauffer une poêle et saupoudrer d'une cuillère à soupe de sucre.

sucré > sucre blanc น้ำตาลทรายขาว

1 cuillerée à café de sucre blanc.

sucré > sucre de canne น้ำตาลอ้อย

Assaisonner de sauce nam pla, sucre de canne, et jus de citron et poursuivre la cuisson une dizaine de minutes.

sucré > sucre de palme น้ำตาลปีบ

Incorporer la sauce de poisson, de soja, le sucre de palme et le jus de citron.

Ajoutez la sauce d'huître, la sauce soja, le nuoc-mam, le sucre de palme et le poivre blanc.

sucré > sucre roux น้ำตาลทรายแดง

Dans le bol, combiner le poisson, la farine, la sauce aux piments, la sauce au poisson, le sucre roux, et l'œuf.



- sucré (a) ซึ่งมีรสหวาน  
 Cette sauce typiquement thaïlandaise est douce, sucrée et pimentée en même temps  
 Goûter et rectifier selon que l'on désire piquant (piments), doux (citron/sauce poisson) ou  
 sucré.
- tamarin (nm) มะขาม  
 tamarin > jus de tamarin น้ำมะขามเปียก    น้ำส้มมะขาม  
 Ajouter le jus de tamarin, le nam pla (sauce de poisson), le sucre de palme, le poivre  
 moulu. Bien mélanger et laisser frir encore 1 minute.
- verser (v) เท ริน ราด  
 Verser la sauce sur la salade et mélanger délicatement.  
 Verser la sauce de tamarin encore chaude sur les œufs et garnir avec les feuilles de  
 coriandre ciselées.
- vinaigre (nm) น้ำส้มสายชู  
 Saumon glacé au gingembre, à l'orange et au vinaigre balsamique.
- vinaigre > vinaigre de riz น้ำส้มสายชูจากข้าว  
 3 cuillerées à soupe de vinaigre de riz.  
 Ajouter le vinaigre de riz, le nam pla (sauce de poisson), le sucre de palme, les cacahuètes,  
 le jus de citron et le sel.
- vinaigré (a) ซึ่งมีน้ำส้มสายชู  
 Ajouter le piment et le concombre à l'eau vinaigrée.
- vinaigrette (nf) น้ำสลัดน้ำใส  
 Vous pouvez ajouter à la vinaigrette un peu de piment oiseau éépépiné et très finement  
 ciselé.
- vin (nm) ไวน์  
 vin > vin chinois ไวน์จีน  
 Ajouter la sauce de soja, le vin chinois et la sauce de poisson.

## 9

คำคุณศัพท์บอกลักษณะและกริยาวิเศษณ์

(Les adjectifs et les adverbes)

absorbant (a)

ซึ่งสามารถชิมได้

Laisser frire 3 minutes, jusqu'à ce qu'elles commencent à dorer, égoutter sur du papier absorbant.

acide (a)

เปรี้ยว

Les Thaïs utilisent normalement les mangues vertes claires acides pour préparer ce plat.

agréable (a)

สวย น่าดู น่ากิน

Il est important de faire bouillir le lait de coco pour séparer le lait de la crème et rendre le dessert plus agréable.

aisé (a)

ง่าย

Le passage au congélateur va permettre une découpe plus aisée de la viande.

aromatisé (a)

รสชาติ    ประุงรส

C'est une soupe d'inspiration thaïe absolument délicieuse, à base de poulet et d'algues, délicatement aromatisée avec du gingembre, des feuilles de citron kaffir et de la citronnelle.

asiatique (a)

ខេត្ត

asiatique > repas asiatique

## อาหารเอเชีย

Vous étonnerez vos invités et cela vous permet de finir un repas asiatique de façon différente.

autre (a)

อื่นๆ

Mélanger le concombre et les crevettes avec les autres ingrédients.

Ajouter les autres ingrédients et porter à ébullition dans un poêlon en remuant délicatement.

beau (a)

สวดยงาม

beau &gt; beau temps

สภาพอากาศที่ดี

Cette salade froide est un délice à consommer par beau temps ensoleillé.

belle (a)

## สวຍງາມ

Ajouter l'ail et faire frire jusqu'à obtenir une belle couleur brune.

bien (ad)

อย่างดี ถูกต้อง เหมาะ

Lorsque la sauce commence à épaissir, ajouter les crevettes, bien mélanger.

Cette pâte de curry convient particulièrement bien pour les curry de bœuf et de crevettes

blond (a) สีทอง

Dans un wok, faire griller la noix de coco râpée à sec jusqu'à l'obtention d'une jolie couleur blonde.

bon (a) ดี ถูกต้อง อร่อย

bon > bonne

Faire chauffer un wok, sans matière grasse, à bonne température.

Incorporer progressivement la bière restante et une bonne pincée de sel.

blanc (a) สีขาว

¼ de tasse de vinaigre blanc.

bouillant (a)เดือด

Incorporez la maïzena puis versez le lait bouillant en fouettant lentement.

Plonger les vermicelles dans de l'eau bouillante durant 5 minutes puis bien rincer.

brèvement (ad) ชั่วครู่ สักพัก

Ajouter les crevettes et les cuire brièvement en remuant régulièrement jusqu'à ce qu'elles deviennent opaques.

brun (a) สีน้ำตาล

brun > brune

Frir l'ail jusqu'à obtenir une belle couleur brune.

brun > brun clair สีน้ำตาลอ่อน

Quand l'huile est à bonne température, faire frir les beignets de bananes. Ils doivent obtenir une belle couleur brun clair.

brun > brun-doré สีน้ำตาลทอง

Ajouter l'ail et faire frir jusqu'à obtenir une belle couleur brun-doré.

caractéristique (a) ลักษณะเฉพาะ ลักษณะเด่น

C'est un plat particulièrement raffiné, tout à fait caractéristique de la cuisine thaïe.

Le goût caractéristique du Pad thaï lui vient de la pâte de tamarin, que l'on peut se procurer dans les épiceries asiatiques.

ce (dét. dém.) นี่ นั้น

Ce dessert favori des enfants thaïs est fait de bananes enduites de farine de riz et de noix de coco, puis frites. Croustillantes à l'extérieur, douces et moelleuses à l'intérieur.

ce > cette

Ajouter à cette citronnelle l'échalote, les feuilles de coriandre grossièrement hachées et les feuilles de menthe.

célèbre (a) มีชื่อเสียง โด่งดัง

Recette de Mac Dang, célèbre critique gastronomique thaï.

- chaque (a) แต่ละ  
chaque > chaque côté แต่ละข้าง  
Ajouter les steaks de saumon et laisser cuire 3 à 5 minutes de chaque côté selon l'épaisseur des steaks.
- chaud (a) ร้อน  
Placer le brocoli et les champignons au fond de chaque bol, ajouter le bœuf et la coriandre et verser dessus le bouillon chaud.
- chaud > chaude  
Plonger les papillotes dans l'huile de friture bien chaude et laisser rissoler durant 10 minutes.  
Quand l'huile est très chaude et commence à fumer, mettre la moitié du thon dans le wok.  
Poser les bananes chaudes sur un plat et les arroser avec la crème de coco.
- clair (a) ใส  
Présenter le poulet avec le chou frit, du riz thaï parfumé et de la sauce soja claire.  
Enlever les pépins à l'aide d'une petite cuillère. Rincer à l'eau claire, puis l'essuyer soigneusement.
- collant (a) เหนียว ติดแน่น  
Le riz est cuit lorsqu'il est translucide et parfaitement collant.
- comestible (a) ที่กินได้  
Il vous faudra un paquet de 100g de bai chaplu (on peut éventuellement les remplacer par une autre feuille comestible).
- complet / complète (a) สมบูรณ์ ทั้งหมด  
Après cuisson complète, servir avec la sauce Satay et des tranches de concombre.  
Répéter l'opération jusqu'à utilisation complète des crevettes.  
Dans un grand bol, mélanger le jus de citron, le sel et le sucre (bien mélanger jusqu'à dissolution complète du sucre).
- complètement (ad) อย่างสมบูรณ์ โดยทั้งหมด  
Laissez sur le feu jusqu'à ce que les pâtes soient complètement cuites.  
Couvrir et mettre de côté pendant 1 heure pour permettre au lait de noix de coco de se mélanger complètement au riz.
- constamment (ad) ตลอดเวลา อย่างต่อเนื่อง  
Mettez à dorer l'échalote en remuant constamment.
- croquant (a) กรอบ  
Préparer le porc rôti croquant en amenant une casserole d'eau à ébullition, a chaleur moyenne.

- croustillant (a) กรอบ  
C'est une recette exquise préparée avec des pâtes croustillantes.  
Ajouter le kana et le porc croustillant, bien mélanger.  
Cette petite salade rafraîchissante accompagne à merveille tous les plats frits (rouleaux de printemps, croustillants de poissons, etc.).
- cru (a) ดิบ  
Présenter les crevettes crues marinées, parsemées de feuilles de coriandre.  
Servir avec un plat constitué de branche de menthe, de branche de basilic, un chou cru coupé en quart, des haricots verts crus.
- cuit (a) สุก  
Ajouter la viande aux pommes de terre cuites au lait de coco.
- délicate (a) ประณีต  
Replier les bords de la feuille de manière à constituer une saucisse (opération délicate pour ne pas déchirer la feuille).
- délicatement (ad) อย่างประณีต อย่างพิถีพิถัน  
Ajouter les tomates-cerises et mélanger délicatement une dernière fois.  
Ajouter la sauce à la soupe et mélanger délicatement.
- dernier (a) สุดท้าย  
Ajouter les légumes au dernier moment avant de servir.
- dernier > au dernier moment ช่วงสุดท้าย  
Ajouter au dernier moment le jus d'un demi-citron vert, garnir le plat avec les oignons de printemps, les quartiers de citron vert restant et les piments rouges.
- différent (a) แตกต่าง  
Vous trouverez les feuilles de pandanus dans toutes les boutiques asiatiques. A défaut, on peut utiliser des feuilles de bananier mais l'arôme sera différent.
- divers (a) ต่างๆ หลากหลาย  
Piler ces divers ingrédients pour former une pâte.
- doré (a) เป็นสีทอง  
Faire frire les filets de poisson dans l'huile bouillante jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés et croustillants.  
Ajouter le poisson et faire frire jusqu'à ce qu'il obtienne une belle couleur dorée.
- doux / douce (a) อ่อน นุ่ม เบา  
doux > feu doux ไฟอ่อนๆ  
Faire chauffer le lait de coco dans une poêle à feu doux durant 3 minutes.  
Ajouter le homard. Continuer à cuire à feu très doux durant 8 à 10 minutes.

- doucement (ad)                      อย่างเบาๆ ค่อยๆ  
Faire chauffer doucement le lait de coco dans un poêlon.  
Faire cuire doucement à couvert durant 5 minutes.
- dur (a)                                  แข็ง  
Cuire les légumes les plus durs (carottes, chou-fleur, etc.) pendant 10 secondes dans de l'eau bouillante.  
Le riz gluant refroidi peut être réchauffé à la vapeur, mais jamais au four traditionnel ni au four à micro-ondes. Sinon, il devient dur et immangeable.
- énergiquement (ad)                  อย่างแรง  
Ajouter le lait de coco, porter à ébullition en remuer énergiquement afin d'arriver à une sauce homogène.
- entier (a)                              ทั้งหมด  
2 piments séchés entiers.  
Mélanger les nouilles au mélange porc – crevettes et les piments séchés entiers.  
Mettre les œufs entiers et les jaunes dans un bol, bien mélanger et ajouter la préparation aux épices.
- entier > entière
- Parsemez de noix de cajou concassées et entières pour la décoration.
- entièrement (ad)                      โดยทั้งหมด  
Verser la marinade sur les crevettes et bien mélanger afin d'enrober entièrement les crevettes.  
Porter l'eau et le sucre à ébullition dans une casserole en remuant jusqu'à ce que le sucre soit entièrement dissous.
- épais (a)                               หนา ขึ้น  
4 filets de poisson assez épais (si possible sans arêtes).  
Presser les fruits pour obtenir le plus de pulpe possible et passer le liquide épais dans un tamis.
- éventuel (a)                           ที่มีทางเป็นไปได้  
Retirer les éventuelles arêtes des filets et bien les sécher avec du papier absorbant.
- éventuellement                      โดยมีทางเป็นไปได้  
Déguster tièdes avec éventuellement une boule de glace vanille.
- excellent (a)                          ดีเลิศ ยอดเยี่ยม  
Le riz gluant sera un excellent accompagnement.  
Cette recette est un excellent accompagnement pour tous les plats en sauce.

exotique (a) มาจากภูมิภาคอื่น ต่างถิ่น

exotique > fruits exotiques ผลไม้ต่างถิ่น

De quoi épater vos convives avec cette salade de fruits exotiques rafraichissante.

extrêmement (ad) อย่างที่สุด อย่างยิ่ง

Cette recette typique du sud de la Thaïlande est extrêmement simple à réaliser.

facilement (ad) อย่างง่ายดาย อย่างสะดวก

Passez-les sous l'eau froide pour les écaler plus facilement.

facultatif (a) ให้เลือกได้ ไม่จำเป็น

Ajouter le jus de tamarin (facultatif), le nam pla (sauce de poisson), le sucre de palme et le jus de citron vert. Bien mélanger.

favori (a) ที่ชื่นชอบ ที่โปรดปราน

Ce dessert favori des enfants thaïs est fait de bananes enduites de farine de riz et de noix de coco, puis frites. Croustillantes à l'extérieur, douces et moelleuses à l'intérieur.

ferme (a) แน่น แข็ง

La papaye doit être vert foncé et bien ferme.

Laissez cuire jusqu'à ce que les crevettes soient roses et fermes, mais pas plus d'une minute.

fibreux (a) ที่มีกากใย

Peler et couper en cubes du 5 mm 5-6 cm de jeune gingembre (il faut qu'il ne soit pas trop fibreux).

final (a) สุดท้าย

Réserver 4 cuillères à café de lait de coco, les piments et la moitié des feuilles de bergamote pour la décoration finale.

fine (a) บาง ละเอียด

Couper le citron en fines tranches. Réserver.

Piler ensemble les graines de cumin et les graines de coriandre, la citronnelle, le galanga, les échalotes, la pâte de crevettes, l'ail, la sauce tomate et le sucre pour obtenir une pâte fine.

fine > fines lanières เป็นชิ้นยาวบางๆ

Décorer avec les feuilles de bergamote découpées en fines lanières.

fine > fines rondelles เป็นแว่นบางๆ

Découper en très fines rondelles le cœur de citronnelle.

finement (ad) อย่างบางๆ อย่างละเอียด

3 cuillerées à café de cœur de tiges de citronnelle très finement émincées.

1 piment rouge finement émincé.

Hors du feu, incorporez le zeste finement râpé du citron vert.

foncé (a) (สี) เข้ม

La papaye doit être vert foncé et bien ferme.

fort (a) (รสชาติ) เผ็ด

Pour un plat plus relevé, laissez les graines de piments ou utilisez un piment thaï, très fort.

fortement (ad) อย่างมาก อย่างยิ่ง

Cette recette typique du sud de la Thaïlande est fortement influencée par la cuisine musulmane et indienne.

fréquemment (ad) บ่อยๆ

Laisser mijoter encore quelques instants à feu moyen en remuant fréquemment.

Ajouter le porc haché. Laisser cuire 5 minutes en remuant fréquemment afin d'égrainer la viande.

frais (a) เย็น สดชื่น

Servir avec du riz thaï parfumé au jasmin et le jus de noix de coco frais comme boisson.

Laisser mariner dans un endroit frais durant au moins une heure.

frais > fraîche

Ajouter la coriandre fraîche émincée selon votre goût.

froid (a) เย็น

Passer les calamars sous l'eau froide et laisser égoutter.

Cette salade froide est un délice à consommer par beau temps ensoleillé.

gastronomique (a) ที่เกี่ยวข้องกับอาหารการกิน

Recette de Mac Dang, célèbre critique gastronomique thaï

généralement (ad) โดยทั่วไป โดยปกติ

C'est un curry de poisson très populaire consommé dans toute la Thaïlande, où il est préparé généralement avec un poisson local (pla chon).

généreusement (ad) อย่างทั่วๆ อย่างทั่วถึง อย่างมาก

Verser cette préparation sur le poisson et poivrer généreusement.

gluant (a) เหนียว

Après 1 heure, égouttez les châtaignes. Mélangez-les à la farine de tapioca. Elle est indispensable pour donner cette couleur brillante et cette enveloppe très légèrement gluante.

grande (a) ใหญ่

Faire chauffer à feu moyen en tournant jusqu'à obtenir une grande boule.

Faire chauffer l'huile dans un wok ou une grande poêle jusqu'à ce qu'elle commence à fumer.





- important (a) สำคัญ  
Il est important de couper les légumes de la même dimension pour que la cuisson soit homogène.
- impressionnant (a) ซึ่งน่าประทับใจ  
Evidemment, les proportions de cette recette sont impressionnantes, mais pour fêter le Nouvel An chinois en bonne et due forme, cette recette est idéale.
- indien (a) อินเดีย  
indien > cuisine indien อาหารอินเดีย  
Cette recette typique du sud de la Thaïlande est fortement influencée par la cuisine musulmane et indienne.
- intimement (ad) (ผสม) ให้ทั่ว อย่างทั่วถึง  
Mélanger intimement la maïzena et le bouillon de volaille.  
Mélanger intimement tous les ingrédients de la sauce (nam pla, huile, vinaigre, sucre, jus de citron et piments).
- jaune (a) สีเหลือง  
1 cuillerée à soupe de poudre de curry jaune (indien).
- joli (a) สวย  
Dans un wok, faire griller la noix de coco râpée à sec jusqu'à l'obtention d'une jolie couleur blonde.
- léger/ légère (a) เบา  
léger > repas léger อาหารว่าง  
Calculer 2 cuillères à soupe minimum de lamelles de poulet par bol à soupe pour servir en potage; doubler pour un repas léger.
- léger > légère coloration brune สีนํ้าตาลอ่อน  
Faire chauffer l'huile dans une petite casserole à frire jusqu'à obtenir une légère coloration brune.
- légèrement (ad) อย่างค่อยๆ อย่างเบาๆ  
Ajouter les morceaux de haricots et les écraser légèrement.
- lentement (ad) อย่างช้าๆ  
Ajoutez la pâte de curry et amenez lentement à ébullition, en remuant constamment.
- lisse (a) เป็นมัน  
Mixer ensemble oignon, ail, ananas et piment pour obtenir une pâte onctueuse et lisse.
- même (a) อันเดียวกัน  
Plonger les crevettes dans le même bouillon pendant 5 minutes.
- mince (a) บาง  
Faire de petites boulettes avec la pâte et les aplatir en galettes minces.

moelleux / moelleuse (a) อ่อนนุ่ม

Ce dessert favori des enfants thaïs est fait de bananes enduites de farine de riz et de noix de coco, puis frites. Croustillantes à l'extérieur, douces et moelleuses à l'intérieur.

moyen (a) ปานกลาง

moyen > feu moyen ไฟปานกลาง

Faire cuire à feu moyen en tournant constamment jusqu'à ce que le liquide ait bien réduit.

mûr (a) สุกอม

350 gr. de mangue verte, coupée en allumettes (à défaut de mangue verte, une autre mangue convient pour autant qu'elle ne soit pas trop mûre).

musulman (a) มุสลิม

musulman > cuisine musulman อาหารมุสลิม

Cette recette typique du sud de la Thaïlande est fortement influencée par la cuisine musulmane et indienne.

nappant (a) มีลักษณะเป็นครีม

Ajouter un peu de lait de coco si nécessaire, pour obtenir une sauce nappante.

nécessaire (a) จำเป็น

Ajouter un peu de lait de coco si nécessaire, pour obtenir une sauce nappante.

nombreuse (a) มากมาย

Il existe de nombreuses variantes de cette recette (en ajoutant des haricots verts ou du soja, avec ou sans crevettes séchées, avec ou sans tamarin qui donne un arôme plus acidulé, etc.) selon les goûts de chacun.

normalement (ad) โดยปกติ

Attention : ce plat, spécialité du nord-est (Issan) est normalement très relevé.

onctueux / onctueuse (a) เป็นน้ำมัน

Ajouter la pâte de curry rouge et faire cuire en remuant jusqu'à l'obtention d'une sauce onctueuse.

opaque (a) สีขุ่นๆ

Ajouter la viande de poulet, mélanger et cuire jusqu'à ce que la viande devienne légèrement opaque.

ordinaire (a) ธรรมดาทั่วไป

A défaut de Krachai, on peut utiliser du gingembre ordinaire.

original (a) ดั้งเดิม

Les œufs à la sauce de tamarin sont une recette originale thaïlandaise à base de tamarin.

parfaitement (ad) อย่างสมบูรณ์ อย่างดีที่สุด

Cette petite salade d'épinards accompagne parfaitement les plats de poissons et fruits de mer.

- parfumé (a) ซึ่งมีกลิ่นหอม  
Il ne reste plus que le dressage, mélangez le lait de coco et le sirop parfumé. Pilez de la glace, mélangez.
- particulièrement (ad) โดยเฉพาะอย่างยิ่ง  
Cette sauce convient particulièrement aux plats frits (rouleaux de printemps) et aux plats enrobés (beignets, rouleaux de printemps crus, etc.).
- perpendiculairement (ad) เป็นแนวตั้งฉาก  
La viande doit être coupée perpendiculairement à la fibre.  
Frire le poisson sur ses deux faces (entaillées perpendiculairement), compter environ 6 à 10 minutes par côté.
- petit (a) เล็ก  
Peler l'ananas et le découper en petits triangles.  
Donner à cette pâte une forme d'une petite galette.
- petit à petit (ad) ทีละน้อย  
Faites cuire la pâte de curry pendant 2 minutes, baissez le feu et versez petit à petit le lait de coco.
- piquant (a) เผ็ด  
Goûter et rectifier selon que l'on désire piquant (piments), doux (citron/sauce poisson) ou sucré.
- plusieurs (a) หลาย มากมาย  
Cette sauce se conserve plusieurs jours au réfrigérateur.
- populaire (a) เป็นที่นิยม  
Ce plat est très populaire dans le sud de la Thaïlande.
- possible (a) เป็นไปได้  
Presser les fruits pour obtenir le plus de pulpe possible et passer le liquide épais dans un tamis.
- préalablement (ad) ล่วงหน้า  
15 champignons chinois noirs préalablement réhydratés.  
Versez le bouillon dans une marmite, ajoutez la citronnelle, le galanga et les feuilles de bergamote préalablement coupées en petits morceaux.
- profond (a) ลึก  
Inciser la chair du poisson (faire des entailles bien profondes).  
Faire chauffer l'huile dans une sauteuse profonde ou dans un wok à 190°C.
- rapidement (ad) อย่างรวดเร็ว  
Les crevettes devant maintenant être cuites, chauffer rapidement à feu vif afin de réduire le liquide.

- régulièrement (ad) อย่างสม่ำเสมอ ทั่วๆ  
Huiler très légèrement la grille. Faire griller les steaks 5 minutes de chaque côté en badigeonnant régulièrement avec le reste de marinade.
- relevé (a) เฝ็ด รสจัด  
Présenter les papillotes avec une ou plusieurs sauces bien relevées.  
Le curry rouge est légèrement relevé ; si vous préférez un plat plus doux, réalisez la même recette avec une pâte de curry jaune.
- rose (a) สีส้มพู  
Laisser mijoter sur feu doux encore 5 minutes jusqu'à ce que les crevettes soient roses et tendres.
- rouge (a) สีแดง  
Ajouter la pâte de curry rouge, le vinaigre, le nam pla (sauce de poisson), un peu de poivre et le gingembre.
- saignant (a) (เนื้อ) ดิบๆ สุกๆ ยังไม่สุก  
Faire griller le rumsteak légèrement saignant.
- salé (a) เค็ม  
Vous allez découvrir que le lait de coco, même pour les desserts, doit être salé pour pouvoir accueillir les autres parfums.
- savoureux (a) อร่อย มีรสชาติ  
Pour un résultat encore plus savoureux, décorez-la avec de la coriandre fraîche.
- savoureux > savoureuse  
Les poulets sont servis accompagnés d'une savoureuse Som Tam à la mode locale (salade de papaye et de carottes).
- sec (a) แห้ง  
Pendant ce temps, faire griller à sec dans une poêle le riz gluant jusqu'à obtention d'une couleur grise beige.  
1 cuillerée à soupe de radis secs en conserve (à trouver dans les magasins de produits asiatiques).
- sec > sèche  
Trempez les nouilles sèches dans de l'eau tiède durant 10-15 minutes.
- séparément (ad) โดยแยกจากกัน  
Servir la soupe en proposant les feuilles de coriandre séparément.
- simple (a) ง่าย ธรรมดา  
Cette recette typique du sud de la Thaïlande est extrêmement simple à réaliser.  
Un pur délice, frais, croquant et si simple à préparer.

- sirupeuse (a) เหนียวเหมือนน้ำเชื่อม  
Mélangez les différents ingrédients et faites-les cuire pendant 4 minutes jusqu'à ce qu'ils aient une consistance sirupeuse.
- soigneusement (ad) อย่างพิถีพิถัน อย่างละเอียดถี่ถ้วน  
Laver soigneusement les moules.  
Ajouter la saucer et mélanger soigneusement afin d'enrober toutes les fleurs.
- successivement (ad) อย่างต่อเนื่อง เป็นลำดับ  
Dans 1 l d'eau qui chauffe, ajouter successivement les boulettes de viande, le riz, le nam pla (sauce de poisson), la sauce soja, les crevettes, le poivre, le gingembre, la citronnelle.
- sucré (a) หวาน  
Cette sauce typiquement thaïlandaise est douce, sucrée et pimentée en même temps.
- suffisamment (ad) อย่างพอเพียง อย่างเหมาะสม  
Pendant ce temps, coupez le poulet en lanières assez fines et suffisamment courtes pour tenir dans une cuillère à soupe.
- supplémentaire (a) เพิ่มขึ้น  
Laisser mijoter 5 minutes supplémentaires.
- tendre (a) อ่อนนุ่ม ยุ่ย เปื่อย  
Vérifier que les aubergines sont tendres.  
Baisser le feu et ajouter les bananes et laisser cuire 10 à 15 minutes jusqu'à ce que les bananes soient tendres.
- thaï (a) ไทย  
1 tasse de feuilles de basilic thaï (Horapa), grossièrement hachées.  
Son goût unique accompagne très bien les mets d'apéritifs, tels que brochettes de sateh, chips aux crevettes, Po Pia (rouleaux de printemps thaïs).
- thaïlandais (a) ไทย  
Servir avec du riz thaïlandais parfumé.  
1 c à soupe de curry vert thaïlandais.  
Servir avec du riz parfumé thaïlandais et des rondelles de concombre nature.
- tiède (a) อุ้น  
Chauffer le tout légèrement afin de servir cette salade tiède.
- tous (dét. ind.) ทั้งหมด  
Dans un grand plat, mettez tous les ingrédients avec l'huile d'olive, la sauce soja et le jus de citron vert.
- traditionnel / traditionnelle (a) ดั้งเดิม ที่เคยทำกันมาแต่โบราณ  
Ce plat, spécialité du nord-est de la Thaïlande (Issan), est une variante de la traditionnelle Yam Nua et est normalement très relevé.

traditionnellement (ad) แบบดั้งเดิม

Ce plat s'accompagne traditionnellement d'oignons frits, de sucre roux et de cacahuètes hachées.

transversalement (ad) ตามขวาง ทะแยง

Entailler transversalement les flancs de poissons tous les deux centimètres environ.

typique (a) ตามแบบฉบับ

Recette typique du sud de la Thaïlande.

uniquement (a) เท่านั้น

Oignon de printemps (ou ciboule) dont on utilise uniquement la tige verte à couper en morceaux de 2,5 cm.

varié (a) หลากหลาย แตกต่างกันไป

200 gr. de légumes variés, émincés.

vert (a) สีเขียว

Mettre l'oignon égoutté dans un saladier avec les nouilles, l'oignon vert et les feuilles de coriandre.

vert > bananes vertes กล้วยดิบ

petites bananes un peu vertes

vert > pâte de curry verte พริกแกงเขียวหวาน

Ajoutez la pâte de curry verte et faites chauffer jusqu'à ce que la pâte commence à se séparer, tout en remuant constamment.

vif > feu vif ไฟแรง

Faire sauter le tout 2 minutes (3 minutes pour des moules de grande taille) à feu vif en remuant constamment.

vigoureusement (ad) (คน/ตี) อย่างแรงๆ

Ajoutez l'huile de sésame, remuez encore vigoureusement deux ou trois fois et continuez la cuisson encore 3 minutes.

vivement (ad) (ผัดไปมา) อย่างรวดเร็ว อย่างกระฉับกระเฉง

Faire chauffer l'huile et faire revenir vivement le calmar, l'échalote, l'ail et la carotte taillée.

## เกี่ยวกับผู้วิจัย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อารี ลาภวงศ์ราษฎร์

- การศึกษา - ศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาภาษาฝรั่งเศส มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
- ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (ศึกษาศาสตร์-การสอน) มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
  - ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาการบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยสยาม
  - ประกาศนียบัตรการสอนภาษาฝรั่งเศสในฐานะภาษาต่างประเทศ  
Centre de linguistique appliquée มหาวิทยาลัย Franche-Comté  
ประเทศฝรั่งเศส

## ผลงาน

- เอกสารประกอบการสอนวิชาภาษาฝรั่งเศสพื้นฐาน (2547)
- กริยาภาษาฝรั่งเศส (2547)

## งานวิจัย

- การจัดการท่องเที่ยวอย่างยั่งยืนของชุมชนสวนหลวง 1 กรุงเทพมหานคร (2556)
- การพัฒนาและแก้ไขความเหลื่อมล้ำทางสังคมในกรุงเทพมหานคร  
: ชุมชนบ้านมั่งคั่งสวนพลู ชุมชนหน้าสมาคมธรรมศาสตร์ ชุมชนกาลเทกซ์  
ชุมชนสวนหลวง 1 (2555)
- การพัฒนารูปแบบการบริหารจัดการศูนย์ภาษาของสถาบันอุดมศึกษาไทย  
(2551)
- การสร้างแบบทดสอบวัดความสามารถในการอ่านเอกสารจริงภาษาฝรั่งเศสธุรกิจ  
สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนรัฐบาล เขตกรุงเทพมหานคร (2538)

## ปัจจุบัน

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประจำสาขาวิชาภาษาต่างประเทศ คณะศิลปศาสตร์  
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ