Lunes

Sinabawang Inasinang Karne na may Pechay Baguio at Sotanghong Munggo

Mga Sangkap:

Pechay baguio (hiniwa ng pira-piraso)	12 taels
Sotanghong munggo (binabad)	1 bigkis
Inasinang karne (hiniwa)	1 tael

Mga Hakbang:

1. Iprito ang ginayat na luya; ilagay ang pechay baguio at tubig at pakuluan.
2. Ilagay ang sotanghong munggo at inasinang karne at pakuluin.
3. Ihain sa mangkok at budburan ng tinadtad na dahon ng sibuyas.

Pritong Pinaghalong Kabute na may Pusit

Mga Sangkap:

Pusit	10 taels
Kabuteng ginikan (hiniwa ng kalahati)	4 taels
Kabute	3 taels

Mga Hakbang:

1. Hugasan ang pusit; hiwain na parang bulaklak; hugasan ang kabuteng ginikan at kabute at banlian.
2. Ilagay ang mantika at iprito ang luya at bawang hanggang bumango; ilagay ang lahat na mga sangkap at sandaling gisahin.
3. Ilagay ang asin at giniling na puting paminta; timplahan ng asin at ihain.

Pritong Sugpo na may Sitaw

Mga Sangkap:

Sugpo	8 taels
Puting sitaw	6 taels

Mga Hakbang:

1. Hugasan ang puting sitaw at hiwain sa mga bahagi; ibabad ang sugpo sa asin at paminta.
2. Ilagay ang mantika at gisahin ang sugpo at itabi muna.
3. Ilagay ang mantika at iprito ang hiniwang bawang hanggang bumango; ilagay ang puting sitaw at sandaling igisa; ilagay ang hipon sa kawali at gisahin; timplahan ng asin at ihain sa plato.

Pritong Usbong ng Patani na may Kabuteng Shitake

Mga Sangkap:

Usbong ng patani	1 catty
Sariwang kabuteng shitake	4

Mga Hakbang:

1. Pakuluan ang usbong ng patani na may pangunang-sabaw at ilagay sa plato at itabi muna.
2. Ilagay ang mantika at iprito ang tinadtad na bawang hanggang bumango; iprito ang kabuteng shitake; sandaling pakuluan na may pangunang-sabaw.
3. Palaputin ang sabaw at ibuhos sa usbong ng patani.

Martes

Sinabawang Giniling na Karneng Baboy na may Alugbating Intsik

Mga Sangkap:

Alugbating intsik	5/6 catty
Giniling na karneng baboy	1/3 catty

Mga Hakbang:

1. Magpakulo ng tubig at ilagay ang karneng baboy, sotanghong munggo, sabaw at hiniwang luya at pakuluan ito.
2. Ilagay ang alugbating intsik at pakuluan; timplahan ng asin.
3. Budburan ng tinadtad na dahon ng sibuyas at ihain.

Pritong Lechong Baboy na may Gabi

Mga Sangkap:

Lechong baboy (hiniwa ng pira-piraso)	8 taels
Gabi (ginayat)	4 taels

Mga Hakbang:

1. Iprito ang lechong baboy hanggang bumango; ilagay ang luya at bawang at gisahin; ilagay ang ginayat na gabi at gisahin.
2. Timplahan ng asin at pakuluan.

Pinasingawang Talong na may Tahini

Mga Sangkap:

Talong (ginayat)	2

Mga Hakbang:

1. Ihalong mabuti ang tahini o sesame paste, asin at mantika ng sesame.
2. Ilagay ang talong sa plato; ilatag ang tahini.
3. Pasingawan ng 8 minuto at ihain.

Pritong Tuyong Sutla ng Isda na may Kundol

Mga Sangkap:

Giniling na karpang putik	1/4 catty
Kundol	2/3 catty

Mga Hakbang:

1. Lagyan ng paminta ang karpang putik; iprito ang karpang putik na parang empanadang isda at gayatin.
2. Igisa ang luya, bawang at kundol; lagyan ng kaunting dami ng tubig at gisahin hanggang maluto.
3. Ilagay ang ginayat na karpang putik; timplahan ng asin at ihain.

Miyerkules

Sinabawang Karneng Baka na may Kamatis at Sibuyas

Mga Sangkap:

Kamatis (hiniwa ng pira-piraso)	1
Karneng baka (hiniwa ng pira-piraso)	1/3 catty
Sibuyas (hiniwa ng pira-piraso)	kalahati

Mga Hakbang:

1. Ilagay ang mantika; ilagay ang sibuyas at karneng baka at sandaling gisahin; idagdag ang sabaw.
2. Ilagay ang kamatis at pakuluan sa malakas na init; timplahan ng asin at ihain.

Pritong Hiniwang Karneng Baboy na may Siling Pukingan

Mga Sangkap:

Karneng baboy (hiniwa)	6 taels
Siling pukingan (ginayat)	1 sa bawat isa

Mga Hakbang:

1. Ilagay ang mantika at iprito ang hiniwang luya hanggang bumango; iprito ang karneng baboy hanggang sa maluto; ilagay ang lahat na siling pukingan at gisahin.
2. Timplahan ng asin at ihain sa plato.

Pritong Ginayat na Manok na may Pechay

Mga Sangkap:

Pitso ng manok (ginayat)	4 taels
Puting repolyo	8 taels

Mga Hakbang:

1. Iprito ang luya at bawang hanggang bumango; ilagay ang puting repolyo at gisahin; timplahan ng asin at ilagay sa plato at itabi muna.
2. Ibabad ang manok; igisa ang ginayat na sili hanggang bumango.
3. Ilatag sa ibabaw ng pechay at ihain.

Pinakuluang Tokwang may Itlog na may Sugpo

Mga Sangkap:

Tokwang may itlog (hiniwa ng pira-piraso)	2
Sugpo	4 taels
Sariwang kabuteng shitake (hiniwa)	4

Mga Hakbang:

1. Iprito ang luya nat bawang hanggang bumango; sandaling igisa ang kabuteng shitake; ilagay ang sugpo at gisahing mabuti.
2. Timplahan ng asin, pangunang sabaw at malinaw na tubig; pakuluan hanggang sa masipsip ang lasa ng lahat na sangkap; ilagay ang tokwa.
3. Ihain kapag ang sarsa ay kumulo na.

Huwebes

Sinabawang Baga ng Baboy na may Aprikot

Mga Sangkap:

Baga ng baboy	1
Buti ng aprikot	4 taels
Mansanitas	mangilan-ngilan

Mga Hakbang:

1. Ilagay ang butil ng aprikot at tubig sa mixer para makuha ang katas ng aprikot; igisa sa kawali ang hiniwang luya at baga ng baboy para lumabas ang tubig nito; hugasan ang baga ng baboy at itabi muna.
2. Magpakulo ng tubig; ilagay ang mansanitas at baga ng baboy; pakuluan sa mahinang apoy hanggang sa maging puti ang sabaw.
3. Ilagay ang katas ng aprikot at pakuluan; timplahan ng asin at ihain.

Prinitong Sariwnag Isda na may Tangkay ng Bawang

Mga Sangkap:

Pusit (hiniwa ng pira-piraso)	6 taels
Tangkay ng bawang (hiniwa sa mga bahagi)	8 taels

Mga Hakbang:

1. Ilagay ang mantika at igisa ang luya at bawang hanggang bumango; ilagay ang sariwang pusit at tangkay ng bawang at gisahing mabuti.
2. Timplahan ng asin at ihain sa plato.

Pinasingawang Baka na may Ugat ng Mustasa

Mga Sangkap:

Karneng baka (giniling)	6 taels
Ugat ng mustasa	kaunting dami

Mga Hakbang:

1. Gilingin ang karneng baka; lagyan ng mantika; toyong maputla, asukal, kaunting dami ng katas ng luya at haluing mabuti; pitpitin sa plato ang giniling na karneng baka.
2. Hugasan ang ugat ng mustasa at gayatin; ilagay ang giniling na karneng baka.
3. Pasingawan ng 12 minuto hanggang maluto.

Prinitong Manok na may Pinitpit na Mani

Mga Sangkap:

Piniritong mani (pinitpit)	1 tael
Pitso ng manok (diced)	4 taels

Mga Hakbang:

1. Ibabad ang pitso ng manok; igisa hanggang bumango.
2. Ilagay ang tinadtad na pulang siling labuyo, luya at bawang at gisahin hanggang bumango.
3. Palaputin ang sabaw; budburan ng tinadtad na dahon ng sibuyas at tinadtad na mani; gisahing mabuti at ihain.

Biyernes

Sinabawang Bola-Bolang Isda na may Kundol

Mga Sangkap:

Bola-bolang isda	1/4 catty
Kundol (hiniwa ng pira-piraso)	1

Mga Hakbang:

1. Gisahin ang ginayat na luya hanggang bumango; ilagay ang kaunting dami ng malinaw na tubig at kundol.
2. Ilagay ang bola-bolang isda pagkatapos kumulo; timplahan ng asin kapag luto na.

Pritong Tadyang ng Baboy na may Tokwa

Mga Sangkap:

Tokwa (hiniwa)	2 piraso
Tadyang ng baboy	6 taels

Mga Hakbang:

1. Ilagay ang mantika at iprito ang tokwa sa mababang init hanggang maging kulay brown; ilagay sa plato at itabi muna.
2. Ibabad ang tadyang ng baboy; igisa ang dahon ng sibuyas at bawang hanggang bumango at maluto.
3. Ilatag ang tadyang ng baboy sa ibabaw ng tokwa; wisikan ng toyong maputla, asukal at sarsa ng harina ng caltrop.

Diced na Kabute na Binalot sa Esparrago

Mga Sangkap:

Esparrago	12 na hiwa
Kabute	4 taels
Kabuteng ginikan	4 taels
Lomo ng baboy (giniling)	4 taels

Mga Hakbang:

1. Iprito ang giniling na malalaking buto ng sitaw hanggang bumango; idagdag ang kabuteng ginikan, kabute at lomo ng baboy.
2. Palaputin ang sabaw; takpan at pakuluin.
3. Ihalo sa esparrago at ihain

Pritong talaba

Mga Sangkap:

Talaba	8
Itlog ng manok	2
Pulbos na pangprito	kaunting dami

Mga Hakbang:

1. Painitin ang kawali na pinahiran ng mantika.
2. Pahiran ang talaba ng sapal ng itlog at pulbos na pangprito; ilagay sa kawali at igisa hanggang maging kulay brown.

Sabado/Linggo

Sinabawang Kalapati na may Buto ng Lotus at Mansanitas

Mga Sangkap:

Kalapati (hiniwa ng pira-piraso)	1
Mansanitas	2/3 tael
Buto ng lotus	1 & 3/5 taels

Mga Hakbang:

1. Iprito ang hiniwang luya sa mainit na mantika hanggang bumango; sandaling igisa ang mga piraso ng kalapati at lagyan ng tubig.
2. Ilagay ang mansanitas at buto ng lotus at pakuluan ng 35 minuto hanggang maluto; timplahan ng asin at ihain.

Pritong Bola-Bolang Sugpo na may Sariwang Prutas

Mga Sangkap:

Sugpo	12 taels
Pinya	2 hiwa
Mansanas	2
Kamatis na seresa	mangilan-ngilang dices

Mga Hakbang:

1. Ibabad ang sugpo; ibabad sa mantika at itabi muna.
2. Iprito ang nilamas na bawang hanggang bumango; ilagay ang sugpo sa kawali; ilagay ang sariwang prutas at gisahing mabuti.
3. Palaputin ang sabaw na may toyong maputla, asin, asukal, sarsa ng harinang caltrop; ihain sa plato.

Pinasingawang Baboy na may Burong Mustasa

Mga Sangkap:

Karneng baboy (giniling)	8 taels
Burong mustasa	naaangkop na dami

Mga Hakbang:

1. Gilingin ang karneng baboy at ihalo sa mantika, toyong maputla, asukal at tubig.
2. Hugasan ang burong mustasa at tadtarin; ihalong mabuti sa giniling na karneng baboy; pitpitin sa plato.
3. Pasingawan hanggang maluto.

Pinakuluang Tokwa na may Krema ng Alimango

Mga Sangkap:

Tokwa (hiniwa ng pira-piraso)	2 piraso
Laman ng alimango	2 taels
Pula ng maalat na itlog	1
Kabute	4 taels

Mga Hakbang:

1. Pahiran ng harinang mais ang tokwa at iprito ang magkabilang bahagi hanggang maging kulay brown; idagdag ang pula ng maalat na itlog at gisahin.
2. Ilagay ang laman ng alimango, kabute at malinaw na sabaw at pakuluan.
3. Timplahan ng asin at palaputin ang sabaw.