

LAO

ທ່ານຍັງສາມາດຂຸດ ແລະ ຕົ້ມໃສ່ໃນສ່ວນປະສົມຂອງເຂົ້າຈີ່ຫວານ ໄດ້ອີກດ້ວຍ.
 ຕັດເປັນຕ່ອນນ້ອຍໆ, ອົບ, ຂົ້ວແລ້ວຄົນ, ເອົາໃສ່ໄມໂຣເວພ, ຕົ້ມໃນແກງ, ຊ່ອສກະທີ່ ຫລື ຊ່ອສອື່ນໆ.
 ນັ້ນແມ່ນຄຽກເນັກ, ແພທທິແພນ ຫຼື ຊັມເມີສແຄວສ໌ເຫຼືອງ. ແຕ່ງກິນຄ້າຍຄືກັບຜັກ ຊຸກຊີນີ,



This is crook neck, patty pan or yellow summer squash. Cook like zucchini. Cut into small pieces, bake, boil, stir fry, microwave, add to soups, curries or other sauces. You can also grate and add to dessert bread recipes.

CROOK NECK, PATTY PAN, OR YELLOW SQUASH

CROOK NECK, PATTY PAN, OR YELLOW SQUASH



This is crook neck, patty pan or yellow summer squash. Cook like zucchini. Cut into small pieces, bake, boil, stir fry, microwave, add to soups, curries or other sauces. You can also grate and add to dessert bread recipes.

ນັ້ນແມ່ນຄຽກເນັກ, ແພທທິແພນ ຫຼື ຊັມເມີສແຄວສ໌ເຫຼືອງ. ແຕ່ງກິນຄ້າຍຄືກັບຜັກ ຊຸກຊີນີ,
 ຕັດເປັນຕ່ອນນ້ອຍໆ, ອົບ, ຂົ້ວແລ້ວຄົນ, ເອົາໃສ່ໄມໂຣເວພ, ຕົ້ມໃນແກງ, ຊ່ອສກະທີ່ ຫລື ຊ່ອສອື່ນໆ.
 ທ່ານຍັງສາມາດຂຸດ ແລະ ຕົ້ມໃສ່ໃນສ່ວນປະສົມຂອງເຂົ້າຈີ່ຫວານ ໄດ້ອີກດ້ວຍ.

LAO