

# Gourmet & Cuisine

กูร์เมต & คุซีน

FOOD, TRAVEL & ENTERTAINING MAGAZINE • ISSUE 307 • FEBRUARY 2026 • 100 Bht.

หวานอย่างสุภาพดี

## SWEETNESS *on Valentine*



กินหวานให้ดีประโยชน์ **18**

เมนูของขวัญของคน 2 Gen **46**

ชวนไปเด็ดตัดแกลมในวันแห่งความรัก **82**



ชื่อวารสาร : กูร์เมท์ แอนด์ คิวซีน

ฉบับที่ : 307

เดือน : กุมภาพันธ์

พ.ศ. : 2569

สารสังเขป

นำเสนอเนื้อหาเกี่ยวกับ **Cover Story** EAT WELL SWEET WELL คู่มือกินหวาน (กำลัง) ดี **Recipes** Every Shade of Sweetness หอมหวานจากน้ำตาลหลากหลาย Yogurt Berry Oat Tarte ทาร์ตท้าวโอดเบอรรี่ โยเกิร์ต Canelé Miso Chocolate Ganache กานอเลคาราเมลมิโสะช็อกโกแลตกานาช Swicy Chocolate Cake เค้กช็อกโกแลตพริก **Daily Dishes** หมูกรอบเคลือบคาราเมล **Drinks** Love Shot แก้วนี้ให้คุณ **Eat Well Live Well** Chocolate Power Balls ช็อกโกแลตพาวเวอร์บอล **Chef's Signature Dish** เชฟเป่า-สุรากร สุวรรณโชติ แห่งห้องครัว 8213 Dessert Bar **Delish Delight** Chinese New Year 2 Gen ไหว้รุ่นก่อน เสิร์ฟรุ่นใหม่ Deep Fried Duck Leg with Braised Five-Spice Sauce ขาเป็ดทอดกับซอสพะโล้ Roasted Pork Belly with Grilled Salad สลัดผักย่างกับหมูสามชั้นอบ **imply Sweet** Simply Lazy Cake เค้กขี้เกียจ **Interview** Special Guest เชฟทีล-บุญศิริ ธรรมเศรษฐ เมื่อฮ้อยจ้อปูสั่งได้แบบออนไลน์ **Articles** Food for life เจาะลึกเกลือทะเลเซเลติก องค์กรประกอบ แร่ธาตุ และประโยชน์ต่อสุขภาพ **Miscellaneous** Nice to Know SWICY คู่ต่างขั้ว ลงตัวได้ไง? Last But Not Least แนวคิดการบริหารเงินในยุค AI **Eating Out & Traveling** Eating Out G&C Recommendation ABBA Bangkok บรรยากาศสบายๆ ตั้งแต่เข้าจรวดเย็น Xin Xe Goi แปลงโฉมคอมฟอร์ตฟู้ดให้สนุกยิ่งขึ้น Jing Bangkok ห้องอาหารจีนโมเดิร์น ผสานกว้างตั้งและเสถียร SOL Phuket คลับเฮาส์ที่นิยมมากกว่าร้านอาหารของเกาะภูเก็ต Sally's Breakfast and Bakery แลนด์มาร์ก มื้อแรกในเชียงใหม่ที่ห้ามพลาด **Legendary** การเดินทางของ Shogun ร้านอาหารญี่ปุ่นเก่าแก่ในไทย ที่ยังเสิร์ฟด้วยชุดกิโมโน **Foodie Picks** Sweet Valentine วาเลนไทน์นี้มีร้านเด็ดหรือยัง? **Places** Kromo Bangkok, Curio Collection by Hilton โรงแรมไลฟ์สไตล์แห่งใหม่ที่ชวนเราตามหามณีในพรัตน์ Away Bangkok Sukhumvit โอเอซิสแห่งใหม่ย่านสุขุมวิทที่ทำให้หัวใจพองฟู **Wellness** SO & JO Exclusive Treatment at SO/ Spa **Travel** ไม่ต้องรอเวลาก็ก็นอนาคตได้ที่ NEXTOPIA