

# ဓမ္မာကျော်

လက်တွေ့ အိမ်တွင်းစီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများ

နှင့်

ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး



စာပေဆုပြုချက်အမှတ် - ၁၁၉၉/၂၀၀၃(၁၂)

မျက်နှာပုံဆွဲပြုချက်အမှတ် - ၄၆/၂၀၀၄(၁)

အကြိမ် - ပထမအကြိမ်

အုပ်ရေ - ၅၀၀

တန်ဖိုး - ၁၀၀၀ ကျပ်

ထုတ်ဝေသည့်လ - ဇွန်၊ ၂၀၀၄

မျက်နှာပုံပန်းချီ - ရွှေပိုးဟန်

မျက်နှာပုံမလင် - A Seven

အတွင်းမလင် - မျိုးညွှန်

ထုတ်ဝေသူ - ဦးကျော်အေး (ယာယီ-၁၉၀)

အောင်ဗမ္မကျော်စာပေ

အမှတ်-၆၁၊ အေ-၂၊

ပန်းလှိုင်လမ်း

ကြည့်မြင်တိုင်စာတိုက်၊ ရန်ကုန်မြို့။

အတွင်းပုံနှိပ် - ဦးဝင်းမြိုင် (၀၂၄၈၆)

အိန္ဒိယပုံနှိပ်တိုက်

အမှတ်-၁၁၃၊ ၃၄ လမ်း

ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

မျက်နှာပုံပုံနှိပ် - ဦးကျော်စိန် (၀၂၉၀၉)

ကျောက်စိမ်းပုံနှိပ်တိုက်

အမှတ်-၁၇၁၊ ၃၃ လမ်း

ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။



www.burmeseclassic.com

(၉)၀၀၂၂၅၅၄၄ - ကလေးတစ်ယောက်

(၉)၀၀၂၂၅၅၄၄ - ကလေးတစ်ယောက်

မိမိကြီးလေးတစ်ယောက် - မိမိကြီး

# မွေ့ကျော်

၀၀၀၂၂၅၅၄၄ - ကလေးတစ်ယောက်

## လက်တွေ့အိမ်တွင်းစီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများ

၀၀၀၂၂၅၅၄၄ - ကလေးတစ်ယောက်

## ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

(၉)၀၀၂၂၅၅၄၄ - ကလေးတစ်ယောက်



စာအုပ်ကောင်းတို့မည်သည် စက္ကူစာအုပ် အနည်းအများ စာအုပ်အထူအပါးပေါ် မူမတည်ပါ။ ချဲ့ထွင်၍ ရေးလျှင်ရပါ၏။ သို့သော် မရေးလိုတော့ပါ။ လိုရင်းတိုရှင်းဖြင့် ဖတ်သူများ အချိန်မကုန်ဘဲ လူသက်သာ လိုရင်းလုပ်ငန်းများကို အဓိကထားဖော်ပြထားပါသည်။ ဤစာအုပ်ကို ဖတ်ရှုသူများသည် လုပ်လိုသောလုပ်ငန်းများကို တိုတိုနှင့် လိုရင်းဖတ်ရှုနိုင်ရန် ရေးသားလိုက်ပါသည်။

အိမ်ရှင်မများအတွက် ချက်ပြုတ်နည်းငါးမျိုးကို တိုတိုနှင့် ရှင်းရှင်းရေးသားဖော်ပြလိုက်ပါသည်။

ဖတ်ပါ လေ့လာပါ။

ကြီးပွားချမ်းသာပါစေ။

မွေ့ကျော်



## တင်ပြပါရစေ

လက်တွေ့အိမ်တွင်း စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုးစာအုပ်သည် ဖတ်ရလွယ်ကူသောနည်းဖြင့် လိုရင်းတိုရှင်းဖြင့် ရေးသားပြုစုထားပါသည်။

စာအုပ်ကောင်းမည်သည် စက္ကူအထူအပါး စာမျက်နှာအနည်းအများပေါ်မူမတည်ပါ။

ဤစာအုပ်တွင် ပါရှိသော လိုရင်းဦးတည်ချက်ပင် ဖြစ်ပါသည်။



အမှန်အတိုင်း ဝန်ခံရလျှင် နည်းတစ်နည်းမှာ ၅၀၀၀ တစ်သောင်းခန့် တန်ပါသည်။ ကျွန်တော်၏မိတ်ဆွေတစ်ဦးမှာ မုန့်လုပ်နည်းတစ်နည်းကို ငွေတစ်သောင်းနှင့် ဝယ်ယူခဲ့ရပါသည်။

ဤစာအုပ်တွင် လက်တွေ့လုပ်ကိုင်နိုင်သော လုပ်နည်းပေါင်း တစ်ရာကျော်ပါရှိပါသည်။

ချက်ပြုတ်နည်းများကိုလည်း လိုရင်းတိုရှင်းဖြင့် ဖော်ပြထားပါသည်။

ဤစာအုပ်မှာ အိမ်တွင်းစီးပွားဖြစ်အပြင် လုပ်ငန်းကြီးများကိုပင် ချဲ့ထွင်၍ လုပ်ကိုင်နိုင်ပါသည်။

စီးပွားလုပ်ငန်း တိုးတက်ပါစေ

# ပါဝင်သောကဏ္ဍများ

## အလှူကုန်လုပ်ငန်းကဏ္ဍ

### ရေမွှေးလုပ်ငန်းဖော်စပ်နည်းများ

- ၁။ ငါးကြီးအန်ဖတ်ဆီမွှေး (Tincture of Ambergris) ဖော်စပ်နည်း။
- ၂။ ကြက်ဆူဆီမွှေး (Tincture of Castor) ဖော်စပ်နည်း။
- ၃။ ဗာဒံဆီ(အခါး)မွှေး (Bitter Almond Oil) ဖော်စပ်နည်း။
- ၄။ ရှောက်ရွက်ဆီမွှေး (Essence of Lemon Grass) ဖော်စပ်နည်း။
- ၅။ စံပယ်ပန်းဆီမွှေး (Extract of Jasmine) ဖော်စပ်နည်း။
- ၆။ လင်ဗင်ဒါဆီမွှေး (Essence of Lavender) ဖော်စပ်နည်း။
- ၇။ ပူသိန်ဆီမွှေး (Essence of Clove) ဖော်စပ်နည်း။
- ၈။ ကတိုးဆီမွှေး (Tincture of musk) ဖော်စပ်နည်း။
- ၉။ လေးညှင်းဆီမွှေး (Essence of Clove) ဖော်စပ်နည်း။
- ၁၀။ သစ်ကြံပိုးဆီမွှေး (Tincture of Cinnamon) ဖော်စပ်နည်း။



လက်တွေ့ထိတွေ့အသုံးပြုလုပ်သည့်အားဖြင့် ချက်ပြုတ်သည့်အစီအစဉ် ၈

- ၁၁။ နှင်းဆီပန်းရေမွှေး (Rose Water) ဖော်စပ်နည်း။
- ၁၂။ ငါးကြီးအန်ပတ်ရေမွှေး (Extrait D'Ambre) ဖော်စပ်နည်း။
- ၁၃။ ကတိုးရေမွှေး (Extrait de Musc) ဖော်စပ်နည်း။
- ၁၄။ ရေမွှေး (ရွက်ရေမွှေး) (Eau de Lavande Ambree) ဖော်စပ်နည်း။
- ၁၅။ ကိုလုံရေမွှေး (Cologne Water) ဖော်စပ်နည်း။  
 ကိုလုံရေမွှေး ပထမတန်းစား ဖော်စပ်နည်း။  
 ကိုလုံရေမွှေး ဒုတိယတန်းစား ဖော်စပ်နည်း။
- ၁၆။ Jockey Club ရေမွှေး (အင်္ဂလန်) ဖော်စပ်နည်း။
- ၁၇။ Jockey Club ရေမွှေး (ပြင်ဆစ်) ဖော်စပ်နည်း။
- ၁၈။ Jockey Club (ဂျာမန်ရေမွှေး) ဖော်စပ်နည်း။
- ၁၉။ နှင်းပန်းရေမွှေး (Lily Extrait de lys) ဖော်စပ်နည်း။
- ၂၀။ နှင်းဆီရေမွှေး (Rose Centifolia) ဖော်စပ်နည်း။
- ၂၁။ (Roses Jaunes) ရေမွှေး
- ၂၂။ (Ylang Ylang) ရေမွှေး
- ၂၃။ (Kiss me quick) ရေမွှေး
- ၂၄။ Lavende Water (လာဗင်ဒါ ရေမွှေး)

အလှရည်လုပ်ငန်းနည်းများ

- ၁။ အလှဆီရည် လုပ်ကိုင်ဖော်စပ်နည်း
- ၂။ ညှင်းပျောက်အလှရည် ဖော်စပ်နည်း
- ၃။ မျက်နှာချောမွေ့စေသော အလှရည်

၄။ ရေမွှေးအလှဆီ (Perfume Glycenerine)

၅။ အသားအလှဆီ (Face Lotion)

### ခေါင်းလိမ်းဆီ ပြုလုပ်နည်း

၁။ ခေါင်းလျှော်ရည် ပြုလုပ်နည်း

၂။ ခေါင်းလိမ်းဆီအတောင့် ပြုလုပ်နည်း

၃။ ပါးနီဆိုးဆေး (Rose Rouge Liquid)

၄။ သွားတိုက်ဆေးမှုန့် (Tooth Powder)

၅။ ဆံပင်ကျွတ် ကာကွယ်ဆေးရည် (ဝဲပေါက်ဖတ်  
ပျောက်ဆေးရည်)

၆။ မဲ့ပျောက်ဆေးရည် (Pimple Caustic)

၇။ လပ်ဗင်းဒါး ခေါင်းလိမ်းဆီ (Lavender Hair Wa-  
ter)

၈။ ခေါင်းလိမ်းဆီမွှေး (Perfumer Hair Oil)

### ပေါင်ဒါဖော်စပ်နည်း

၁။ ရိုးရိုးပေါင်ဒါဖော်စပ်နည်း (Toilet White Powder)

၂။ ပြင်သစ်ပေါင်ဒါ ဖော်စပ်နည်း

၃။ မျက်နှာလိမ်းပေါင်ဒါ (Face Powder)

၄။ နှင်းဆီပေါင်ဒါမွှေး (Rose Toilet Powder)

၅။ မျက်နှာလိမ်းပေါင်ဒါရည် (Liquid Vaint)

လက်တွေ့အိမ်တွင်အသုံးပြုနိုင်သည့်လုပ်ငန်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

### နိုင်ငံခြားအလှရည်

(Loilet Water)

- ၁။ ပဲရစ်အလှရည်
- ၂။ ဇီးမင်းအလှရည် (Rottmanne's Beauty, Water)
- ၃။ နေပူခံအလှရည် (Sunburn Remedy)
- ၄။ အသားလှရည်
- ၅။ အလှကရင်း (မိုးပွင့်) (Beauty Cream)
- ၆။ ဆံပင်နက်ဆိုးဆေးရည် (Hair Dye Lotion)

### အိမ်သုံးပစ္စည်းကဏ္ဍ

ဆပ်ပြာလုပ်ငန်းအမျိုးမျိုး

- ၁။ ရိုးရိုးဆပ်ပြာချက်နည်း နှစ်နည်း
- ၂။ ဆပ်ပြာမွှေးချက်နည်း
- ၃။ နှင်းဆီဆပ်ပြာမွှေးချက်နည်း
- ၄။ နိုင်ငံခြားဆပ်ပြာမွှေးချက်နည်း
- ၅။ ရိုးရိုးဆပ်ပြာမွှေးချက်နည်း
- ၆။ အမေရိကန်သုံးဆပ်ပြာမွှေးချက်နည်း
- ၇။ အင်္ဂလန်ဆပ်ပြာမွှေးချက်နည်း
- ၈။ ဖန်ရှောင်ဆပ်ပြာမွှေးချက်နည်း
- ၉။ ဆပ်ပြာမှုန့်လုပ်နည်း

### မုန့်လုပ်ငန်းကဏ္ဍ

- ၁။ ဘီကွတ်မုန့် (ဆီကြော်မုန့်)လုပ်နည်း



- ၂။ အိုဗာတင်း အိစကွတ်မုန်လုပ်နည်း
- ၃။ ထောပတ်မုန်လုပ်နည်း
- ၄။ ကိတ်မုန်ဖုတ်နည်း
- ၅။ စပျစ်သီးခြောက်ပေါင်မုန်ဖုတ်နည်း
- ၆။ သီးယိုပေါင်မုန်ဖုတ်နည်း
- ၇။ လျှာပေါင်မုန်ဖုတ်နည်း
- ၈။ ဘဲသားမုန်လုပ်နည်း
- ၉။ တရုတ်ဓားလှီးမုန်လုပ်နည်း
- ၁၀။ တရုတ်မုန်လုပ်နည်း
- ၁၁။ ကြက်ဥမုန်ဖုတ်နည်း
- ၁၂။ နှမ်းကထိုင်မုန်ဖုတ်နည်း
- ၁၃။ ရေခဲမုန် (ရိုးရိုးလုပ်နည်း)
- ၁၄။ ပြင်သစ်ရေခဲမုန်လုပ်နည်း
- ၁၅။ အမေရိကန်ရေခဲမုန်လုပ်နည်း
- ၁၆။ အိတလီရေခဲမုန်လုပ်နည်း
- ၁၇။ ကြက်ဥပူတင်းလုပ်နည်း နှစ်မျိုး

အိမ်တွင်သုံးနှင့် စားသောက်ဖွယ်ကဏ္ဍ

- ၁။ ပဲခဲပြာရည်လုပ်နည်း
- ၂။ ဘဲဥအငန်စိမ်နည်း
- ၃။ ဖိသန့်(ခေါ်) ဘဲဥအငန်တစ်မျိုး ပြုလုပ်နည်း
- ၄။ နို့ဆီချက်နည်း
- ၅။ မှိုစည်သွတ်ဗူးပြုလုပ်နည်း

လက်တွေ့အိမ်တွင်သီးနှံပြုလုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

- ၆။ အမဲသားစည်သွတ်ဗူးပြုလုပ်နည်း
- ၇။ ထောပတ်တစ်မျိုး (မာဂျရင်းလုပ်နည်း)

**သီးယိုလုပ်ငန်းကဏ္ဍ**

- ၁။ ပန်းသီးယိုလုပ်နည်း
- ၂။ သင်္ဘောသီးယိုလုပ်နည်း
- ၃။ ဇီးတော်ဖီလုပ်ငန်း
- ၄။ ကျောက်ဖရုံယိုလုပ်နည်း
- ၅။ သစ်သီးကျောက်ကျောပြုလုပ်နည်း
- ၆။ လိမ္မော်ကျောက်ကျောပြုလုပ်နည်း
- ၇။ ချယ်ရီကျောက်ကျော ပြုလုပ်နည်း
- ၈။ ရှောက်သီးကျောက်ကျောပြုလုပ်နည်း

**အဖျော်ယမကာကဏ္ဍ**

- ၁။ အဖျော်ယမကာဖော်စပ်နည်း
- ၂။ ရှောက်ဖျော်ရည် (Lemon Syrup) ပြုလုပ်နည်း
- ၃။ ချင်းရည် (Ginger Syrup) ပြုလုပ်နည်း
- ၄။ သဘာဝသစ်သီးဆီထုတ်ယူနည်းများ
  - (က) ငှက်ပျောဆီ (Banana Oil)
  - (ခ) နာနတ်သီးဆီ (Pineapple Oil)
  - (ဂ) ဆီးဖျော်ဆီ ((Plum Oil)
  - (ဃ) လိမ္မော်ခွံဆီ (Orange Peel Oil)
  - (င) ပူသီနံဆီ (Mint Oil)

၅။ ဓာတုဗေဒနည်းဖြင့် ထုတ်ယူသောဆီများ

- (က) သစ်တောသီးဆီ (Peach Oil)
- (ခ) ဆီးဆီ (Plum Oil)
- (ဂ) ချယ်ရီဆီ (Cherry Oil)
- (ဃ) ရှောက်သီးဆီ (Lemon Oil)
- (င) လိမ္မော်ဆီ (Orange Oil)
- (စ) ပန်းသီးဆီ (Apple Oil)
- (ဆ) စပျစ်သီးဆီ (Grape Oil)
- (ဇ) ဆီးဖြူသီးဆီ (Goose Berry)
- (ဈ) စတော်ဘဲလီဆီ (Strawberry Oil)
- (ည) ဖရဲသီးဆီ (Melon Oil)
- (ဋ) နာနတ်သီးဆီ (Pine Apple Oil)

အထွေထွေကဏ္ဍ

- ၁။ ကြွေပန်းကန်၊ ကြွေထည်များပေါ်၌ ဓာတ်ပုံကူးနည်း
- ၂။ လက်ကိုင်ပဝါပေါ်၌ ဓာတ်ပုံကူးနည်း
- ၃။ လော်ပန် (ခေါ်) အမွှေးတိုင် အမှုန့် (Sweet Wood Powder)

- (က) ပြင်သစ်အမွှေးတိုင်မှုန့်လုပ်နည်းနှစ်မျိုး
- (ခ) အိန္ဒိယအမွှေးတိုင်မှုန့်လုပ်နည်း

စားသောက်ဖွယ်ရာ ချက်ပြုတ်နည်းကဏ္ဍ

ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

## ရေမွှေးဖော်စပ်နည်း

ရေမွှေးသည် ကမ္ဘာပေါ်တွင် ပြင်သစ်ပြည်မှ ပြုလုပ်သော ရေမွှေးများမှာ အကျော်ကြားဆုံး အရောင်းအတွင်ကျယ်ဆုံး ဖြစ်ပေသည်။ ပြင်သစ်ပြည်၏ ရေမွှေးကို ကမ္ဘာကသိကြသည်။ မြန်မာပြည်၌ ယခုအခါမှာ လုပ်သားပြည်သူများသည် ပန်းမန် စိုက်ပျိုးခြင်းကို အထူးစိတ်ဝင်စားလာကြပြီဖြစ်ရာ တစ်ဆင့် တက်၍ ရေမွှေးအလှကုန် ဆေးဝါးစသည်များကို ထုတ်လုပ် နိုင်ရန် ကြိုးစားအားထုတ်မည်ဆိုပါက တိုင်းပြည်အတွက် ကုန်ထုတ်စွမ်းအား ပိုမိုကြွယ်ဝလာမည့်အပြင် နိုင်ငံခြားသို့ ထွက်ငွေကိုလည်း တစ်ဖက်တစ်လမ်း ရုပ်လျော့သွားမည် ဖြစ်ပေသည်။

နှင်းဆီပန်းအချိန် ၁၀၀ ပိဿာလျှင် အဆီ ၂ ပိဿာမှ ၄ ပိဿာခန့်သာ ထုတ်ယူနိုင်ပေသည်။

တူရကီ၊ ပြင်သစ်၊ ဂျာမနီစသည်နိုင်ငံများမှ နှင်းဆီပန်း များသည် ဆီထုတ်၍ စံချိန်အကောင်းဆုံးဖြစ်ပြီး အနံ့မှာလည်း ပြိုင်ဘက်ကင်းလောက်အောင် မွှေးကြိုင်လေသည်။

အလှကုန်များ ထုတ်လုပ်ရာ၌ အများဆုံး အသုံးဝင်လေသည်။ အမွှေးဆီပြုလုပ်ရာ၌ နှင်းဆီပန်းအပြင် အီတလီပြည်နှင့် ပြင်သစ်ပြည်အရှေ့တောင်ပိုင်းဒေသမှ စံပယ်ပန်းဝါသည်လည်း အလွန်ကောင်းမွန်သည်။ နှင်းပန်းမှ ထုတ်ယူသော ဆီလည်း မညံ့လှပေ။ အထူးသဖြင့် အီတလီပြည်နှင့် ပြင်သစ်မြောက်ပိုင်းမှ ပေါက်သော နှင်းပန်းသည် အလွန်စံချိန်ပြည့်လေသည်။

ဆီမွှေး ထုတ်ယူခြင်းကို ပြင်သစ်ဘာသာဖြင့် *Extrait* ဟုခေါ်ဝေါ်ကြသည်။ အင်္ဂလန်မှာမူဆီထုတ်ယူနည်းများမှာ ခြားနားကွဲပြားပေသည်။ အရက်ပြန်ဖြင့် အရည်ပေါ်စေခြင်းကို *Essence* ဟူ၍ လည်းကောင်း၊ အရက်ပြန်ဖြင့် အစိုင်အခဲမှ အဆီကို ထုတ်ယူရခြင်းကို *Extrait* ဟူ၍ လည်းကောင်း၊ အပင်အမြစ်များကို အရက်ပြန်ဖြင့် ဆီထုတ်ယူပြီး လုံးဝအရည်ပျော်မသွားသည်ကို *Tincture* ဟုခေါ်ဝေါ်ကြသည်။ ဤကဏ္ဍသည် ပြင်သစ်ဘာသာမှ မှီငြမ်းပြုစုထားသဖြင့် ပြင်သစ်ဘာသာဖြင့် *Extrait* ကို အသုံးပြုမည်ဖြစ်ပါသည်။

ဆီမွှေး ထုတ်ယူနည်းနှင့် ပတ်သက်၍ ပြင်သစ်၊ အင်္ဂလန်၊ ဂျာမနီစသည်နိုင်ငံကြီးများ ထုတ်ယူသည့် ရေမွှေးဖော်စပ်နည်းကို အကျဉ်းချုံး၍ ဖော်ပြထားပါသည်။ ဤနည်းအတိုင်း လက်တွေ့စမ်းသပ် ဖော်ယူနိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် စီးပွားဖြစ် လုပ်လိုက လုပ်နိုင်ပါသည်။

ဖော်ပြပါ အလှကုန်လုပ်ငန်းတွင် ပါဝင်သော အချိန်အတွယ်များဖြစ်ကြသော *Pound Dram Ounce Grain* စသည်များသည် ဆေးဝါးချိန်တွယ်ရာ၌ အသုံးပြုသော *Spithecary's Pound Dram Ounce Grain* ဖြစ်သည်ကို

လက်တွေ့အသုံးပြုရန်အတွက် အောက်ဖော်ပြပါအတိုင်း ဘဝ ၁၅

သတိပြုပါရန်နှင့် တွက်ချက်ရာမှာလည်း ရိုးရိုး Pound ၏ အချိုးအစားနှုန်း မဟုတ်ဘဲ အောက်၌ ဖော်ပြထားသော အချိုးအစားနှုန်း ဖြစ်ပါသည်။

၆၀ Grain မှာ ၁ Dram ဖြစ်သည်။

၈ Dram မှာ ၁ Ounce ဖြစ်သည်။

၁၂ Ounce မှာ ၁ Pound ဖြစ်သည်။

အရည်များကို အောက်ပါအတိုင်း တွက်ရပါမည်။

အစက်ကို ၆၀ = ၁ Dram ဖြစ်ပါသည်။

ဂရမ် = Gram

ဒရမ် = Dram

အောင်စ = Ounce

ပေါင် = Pound

ကွ(က်) = Quart

ပင် = Pint

ဂါလံ = Gallon

အရေပင့် = Liquid pint

အရေကွက် = Liquid Quart

အရေဒရမ် = Fluid Dram

အရေအောင်စ = Fluid Ounce

၎င်းအပြင် ဖော်ပြပါ ဖော်စပ်နည်းများတွင် အဆကို ဖော်ပြထားရာ၌ အချိုးအဆကို ဆိုလိုပါသည်။

ဥပမာ-ခေါင်းလျှော်ရည် ပြုလုပ်နည်းတွင်

လဲချား ၁၀ ဆ

ဆပ်ပြာမှုန့် ၃၀ ဆ

နှင်းဆီရေ ၄၀ ဆ

ရေမွှေးပင် အမွှေးရည် ၆၀ ဆ

ဆိုလိုသည်မှာ

၁၀: ၃၀: ၄၀: ၆၀ အချိုးအစားပင် ဖြစ်ပါသည်။

တစ်နည်းအားဖြင့်-

လဲချား ဇွန်း ၁၀ ဇွန်းဆိုလျှင် ဆပ်ပြာမှုန့် ၃၀ ဇွန်း၊

နှင်းဆီရည် ၄၀ ဇွန်း၊ ရေမွှေးပင် အမွှေးရည် ၆၀ ဇွန်း

ဟူ၍ပင် ဖြစ်ပါသည်။



# ငါးကြီးအန်ဖတ်ဆီမွှေး ဖော်စပ်နည်း

## Tincture of Ambergris

၁။ ငါးကြီးအန်ဖတ် ၄ အောင်စ

၂။ အရက်ပြန် ၁ ဂါလံ

ရှေးဦးစွာ ငါးကြီးအန်ဖတ်ကို အရက်ပြန် အနည်းငယ် သုတ်လိမ်းထားသော ဓားဖြင့် အတုံးသေးသေးတုံးပြီး အရက် ပြန်ထဲသို့ ထည့်စိမ်ပါ။

အပူရှိန် - ၃၀ ဒီဂရီ (ဖာရင်ဟိုက်)

အချိန် - ရက် ၃ ပတ်ခန့်



## ကြက်ဆူဆီမွှေး (Tincture of Castor)

၁။ ကြက်ဆူဆီ (Castor) ၄ အောင်စ

၂။ အရက်ပြန် (Spirit) ၁ ဂါလံ







လက်တွေ့အားဖြင့် စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

၁၉

အခြားနည်းတစ်နည်း

- ၁။ လပ်ဗင်ဒါဆီ ၇ အောင်စ
- ၂။ အရက်ပြန် ၁၀ ကွတ်
- ၃။ နှင်းဆီရေ (Rose Water) ၂ ကွတ်

ဖော်ပြပါ သုံးမျိုးစလုံးပေါင်း၍ အငွေ့ပြန်စေခြင်း (Evaporation) ဖြင့် ထုတ်ယူပါလေ။



ပူသိန်ဆီမွှေး (Essence of Peppermiut)

- ၁။ ပူသိန်ဆီ (Mint) ၆  $\frac{၁}{၂}$  အောင်စ
- ၂။ အရက်ပြန် ၅ ကွတ်



ကတိုးဆီမွှေး (Tincture of Musk)

- ၁။ ကတိုးဆီ ၂ အောင်စ
  - ၂။ အရက်ပြန် ၁ ဂါလံ
- ကတိုးဆီကို အရက်ပြန်ထဲသို့ ၂ ပတ်ခန့်စိမ်ပြီးလျှင် အသုံးပြုနိုင်သည်။



လေညှင်းဆီမွှေး (Essence of Clove)

- ၁။ လေညှင်းဆီ ၄  $\frac{၁}{၂}$  အောင်စ
- ၂။ အရက်ပြန် ၅ ကွတ်



**သစ်ကျပိုးဆီမွှေး (Tincture of Cinnamon)**

- ၁။ သီဟိုဠ်သစ်ကျပိုးခေါက်      ၁    ပေါင်
- ၂။ အရက်ပြန်                              ၅    ကွတ်



မှတ်ချက်။ ။ ၎င်း သစ်ကျပိုးဆီမွှေးသည် အဝါရောင် ဖြစ်သည့်အလျောက် ရေမွှေးအဖြစ် အသုံးပြုပါက အဝတ်အစား၊ လက်ကိုင်ပဝါတွင် အစွန်းအထင်းဖြစ်တတ်သည်။ သို့ပါ၍ ရေမွှေးအဖြစ် အသုံးမပြုဘဲ ဆပ်ပြာမွှေးပြုလုပ်ရာတွင် အသုံးပြု လေသည်။



**နှင်းဆီပန်းရေမွှေး (Rose Water)**

- ၁။ နှင်းဆီပန်း                              ၄    ပေါင်
- ၂။ ရေ    ၂၀   ပင့် (pint)

ဖော်ပြပါ နှင်းဆီပန်းများကို ရေနှင့် (Evaporation) အငွေ့ပြန်စေခြင်းနည်းဖြင့် (၁၀)ပင့် (Pint)အထိ ယူလိုက်လျှင် နှင်းဆီပန်းရေရရှိမည် ဖြစ်လေသည်။

မှတ်ချက်။ ။ ပန်းများကို နေမပူမီ စောစောခူးရန် သတိပြုရမည် ဖြစ်သည်။ နေပူမှခူးလျှင် အမွှေးနံ့ ပျက်ပြယ် တတ်ပါသည်။

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး ၂၀

စံပယ်ပန်း၊ လေးညှင်းပွင့်များလည်း ဤနည်းဖြင့် ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

ရေမွှေးပြုလုပ်ရန် အခြေခံဖြစ်သော အမွှေးဆီများ အကြောင်း ဖော်ပြပြီးပါပြီ။

ရေမွှေးဖော်စပ်ရန် အမွှေးဆီနှင့် အရက်ပြန်များကို အချိုးကျပေါင်းစပ်ပြီး ပုလင်းထဲသို့ထည့်၍ ငြိမ်သက်သော နေရာ၌ ရက်ပေါင်းကြာကြာထားပြီး အရေများ ကြည်လင် လာမှ ပုလင်းငယ်များထဲသို့ ထည့်ရပါမည်။ ထိုနောက် မိမိတပ်လိုသည့် တံဆိပ်ကို တပ်ရောင်းချနိုင်ပါသည်။

အရည်များ ကြည်လင်စေရန်နည်း (၃)မျိုးရှိပါသည်။

- ၁။ ငြိမ်သက်စွာထားပြီး ကြည်လင်လာစေသောနည်း။
- ၂။ ငြိမ်သက်စွာထားပြီး အနည်ထိုင်လာသောအခါ အပေါ်ယံ အရည်များကို ပုလင်းစောင်း၍ ငှဲ့ယူခြင်း။
- ၃။ အရည်များကို သန့်ရှင်းသော ဝှမ်းထည့်ထားသော ကန်တော့ဖြင့် စစ်ယူပါ။ (ကတော့ကို ဖုန်မဝင်စေရန် နှင့် အမွှေးနံ့မပြယ်စေရန် စက္ကူဖြင့်အုပ်ထားပါ။

သတိပြုရန်အချက်များ

- ၁။ အဖုံးပါသော ပုလင်းကြီး (ဖန်ဗူး)ကို အသုံးပြုပါ။
- ၂။ အေးစိမ့်သောနေရာတွင် ထားသင့်ပါသည်။
- ၃။ ပုလင်းကြီးတစ်ခုလုံး နေရာမလပ်ရလေအောင် အရည်အပြည့်ထည့်ပါ။ သို့မဟုတ် လေလပ်သော

နေရာ ကျန်ရှိပါက အမွှေးနံ့ကို ပျက်ပြယ်ထိခိုက်စေနိုင်ပါသည်။

၄။ ပုလင်းကို ခြောက်သွေ့အောင် သုတ်ပါ။

၅။ ပုလင်းအဖုံးကို ဖန်အဖုံးဖြင့်ဖုံးပါ။ ဖော့ဖြင့် မပိတ်ပါနှင့်။ ဖော့အဖုံး၏ အနံ့အသက်ကို ရေမွှေးထဲသို့ ကူးစက်စေတတ်ပါသည်။

၆။ ဖန်အဖုံးနှင့် လေလုံအောင် ဖုံးပြီးသည့်အပြင် စက္ကူပါးဖြင့် ပတ်ပါ။

ရေမွှေးဖော်စပ်မည့် အရက်ပြန်သည် ၉၀ ရာခိုင်နှုန်းအထက် ရှိရပါမည်။ အခြားဆီ (Fusel Oil) မပါစေရ။ ကမ္ဘာပေါ်၌ ရေမွှေးဖော်စပ်ရန် အသုံးပြုသော အရက်ပြန်များမှာ “ကိုလုံအရက်ပြန်” (Cologne Spirit) ကို အများဆုံးအသုံးပြုကြလေသည်။

ပြင်သစ်နှင့် အင်္ဂလန်ပြည်တို့ ထုတ်လုပ်သော ရေမွှေးများမှာ ကမ္ဘာတိုင်းပြည်၌ ကျော်ကြားရခြင်းမှာ (Cologne Spirit) ကို အသုံးပြုခြင်းကြောင့်လည်း ပါဝင်ပါသည်။

ရေမွှေးကို ပန်းအမည်ဖြစ်စေ၊ ဒေသအလိုက်ဖြစ်စေ နာမည်ပေးကြပါသည်။ ဥပမာ နှင်းဆီရေမွှေးကို ပဲရစ်ည ရေမွှေး Evening in Paris ဟူ၍ ဖြစ်ကြလေသည်။

အောက်၌ နာမည်ကြီး ရေမွှေးအချို့၏ ဖော်စပ်ပုံများကို တင်ပြထားပါသည်။



လက်တွေ့အိမ်တွင်းစီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

ငါးကြီးအန်ဖတ်ရေမွှေး (ပြင်သစ်)

Extraid' Ambre

- ၁။ ငါးကြီးအန်ဖတ်ဆီမွှေး  
Tincture of Ambergris } ၃ ကွက်
- ၂။ ကတိုးဆီမွှေး  
Tincture of Musk } ၁  $\frac{3}{4}$  ပင့်  
Pint
- ၃။ နှင်းဆီပန်းဆီ  
Rose Oil } ၁ အောင်စ
- ၄။ ဗာနီလာဆီမွှေး  
Tincture of Vanilla } ၁၃  $\frac{3}{4}$  အရည်အောင်စ  
Fluid Ounce
- ၅။ အရက်ပြန်  
Spirit } ၃ ပင့်  
Pint

အခြားနည်းတစ်နည်း ပြုလုပ်ပုံ

- ၁။ နှင်းဆီပန်းဆီမွှေး  
(Essence of Rose) } ၂ ကွက်
- ၂။ ငါးကြီးအန်ဖတ်ဆီမွှေး  
(Tincture of Ambergris) } ၄ ကွက်
- ၃။ ကတိုးဆီမွှေး  
Tincture of Musk } ၁ ကွက်
- ၄။ ဗာနီလာဆီမွှေး  
Vanilla } ၁ ပင့်



## ကတိုးရေမွှေး

### Extrait de Musc

၁။	ငါးကြီးအန်ဖတ်ဆီမွှေး	၃	ပင့်
၂။	ကတိုးဆီမွှေး	၃	ကွက်
၃။	နှင်းဆီပန်းဆီမွှေး	၁ $\frac{၁}{၂}$	ပင့်



## ရေမွှေး (ရွက်ရေမွှေး)

### Lavander Ambree

၁။	ရှောက်ရွက်ဆီမွှေး	၁	အောင်စ
၂။	ရွက်မွှေးဆီ	၇၅	} ဂရင်း (Grain)
	Rose Geranium Oil		
၃။	ရှောက်ရွက်ဆီ	$\frac{၁}{၂}$	အောင်စ
၄။	လပ်ဗင်ဒါဆီ	၅ $\frac{၁}{၂}$	အောင်စ
၅။	ကတိုးဆီမွှေး	၈	ဂရင်း
၆။	ကြောင်ကတိုးဆီမွှေး	၁၅	ဂရင်း
၇။	အရက်ပြန်	၁၀	ကွတ်

အထက်ဖော်ပြပါ အမွှေးများကို အရက်ပြန်ထဲသို့ အရည်  
ပျော်အောင်ထည့်ပြီး အခြားအမွှေးဆီများကိုထည့်၍ စိမ်ပါ။

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး ၂၅  
ငြိမ်သက်စွာ တစ်လခန့်ထားပြီး အပေါ်ရည်များကို စောင်း၍  
ငဲ့ယူပါ။

**ကိုလုံရေမွှေး (Cologne Water)**

ကိုလုံရေမွှေးများသည် ဥရောပနိုင်ငံများတွင် ခေတ်စား၍  
လူသုံးအများဆုံးသော ရေမွှေးတစ်မျိုးဖြစ်လေသည်။

ဂျာမနီနိုင်ငံ လိုင်မြစ်ကမ်းပါးရှိ ကိုလုံ (Cologne) မြို့  
ကလေးမှ ထုတ်လုပ်ခြင်းဖြစ်သည်။

၎င်းကိုလုံရေမွှေး၏ ဖော်စပ်နည်းမှာ အတန်းအစား  
အလိုက် တစ်ခုနှင့်တစ်ခု မတူညီဘဲ ရှိပေသည်။

ကိုလုံရေမွှေး ဖော်စပ်နည်းများကို လေ့လာနိုင်ရန်  
အောက်၌ ဖော်ပြထားပါသည်။

**ပထမတန်းစား ကိုလုံရေမွှေး (Cologne Water)**

- ၁။ Bergamot oil ၃  $\frac{၁}{၂}$  အောင်စ
- ၂။ ရှောက်ဆီ (Lemon oil) ၅ အောင်စ
- ၃။ လိမ္မော်ပန်းဆီ (orange flower oil) ၃  $\frac{၁}{၂}$  အောင်စ
- ၄။ orange bigarade oil ၁  $\frac{၁}{၄}$  အောင်စ
- ၅။ Rosemary oil ၂  $\frac{၁}{၂}$  အောင်စ
- ၆။ အရက်ပြန်(စပျစ်မှထုတ်လုပ်သော) ၃၀ ကွက်





ရှေးဦးစွာ Bergamot oil Lemon oil orange bigarade oil စသည်များကို အရက်ပြန်ဖြင့် အငွေ့ပြန်စေပြီးနောက် လိမ္မော်ပန်းဆီနှင့် Rosemary oil များကို ထည့်လိုက်ပါ။

**ဒုတိယတန်းစား ကိုလုံရေမွှေး (Cologne Water)**

၁။ Bergamot oil	၄ $\frac{၁}{၂}$	အောင်စ
၂။ ရှောက်ရွက်ဆီ (Lemon oil)	၄ $\frac{၁}{၂}$	အောင်စ
၃။ လိမ္မော်ပန်းဆီ	$\frac{၃}{၄}$	အောင်စ
၄။ လိမ္မော်ခွံဆီ (orange oil)	၄ $\frac{၁}{၂}$	အောင်စ
၅။ Rosemary oil	၂ $\frac{၁}{၂}$	အောင်စ
၆။ အရက်ပြန်	၃၀	ကွက်
၇။ လိမ္မော်ရွက်ဆီ (Patit grain oil)	၂ $\frac{၁}{၂}$	အောင်စ



**(ရိုးရိုး) ကိုလုံရေမွှေး (Cologne Water)**

၁။ Bergamot oil	၇	အောင်စ
၂။ ရှောက်ရွက်ဆီ (Lemon oil)	၃ $\frac{၁}{၂}$	အောင်စ
၃။ လုပ်ဗင်ဒါဆီ (Lavender Oil)	၃ $\frac{၁}{၂}$	အောင်စ
၄။ အရက်ပြန်	၃၀	ကွက်



လက်တွေ့အသုံးပြုရန်အတွက် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

**ရေမွှေး (အင်္ဂလန်) (Jockey Club)**

- ၁။ စံပယ်ပန်းဆီမွှေး ၁ ပင့်  
(Jasmine of Essence) (Pint)
- ၂။ ငါးကြီးအန်ဖတ်ဆီမွှေး }  $\frac{၃}{၄}$  ပင့်  
(Essence of Ambergris)
- ၃။ နှင်းပန်းဆီမွှေး ၁  $\frac{၁}{၂}$  ပင့်
- ၄။ နှင်းဆီပန်းဆီမွှေး }  $\frac{၃}{၄}$  ပင့်  
(Essence of Tube Rose)
- ၅။ Iris Root Oil ၃ ပင့်
- ၆။ Bergamot Oil  $\frac{၃}{၄}$  အောင်စ



**ရေမွှေး (ပြင်သစ်) Jockey Club**

- ၁။ Bergamot Oil ၁ အောင်စ
- ၂။ စံပယ်ပန်းဆီမွှေး ၃ ပင့်
- ၃။ နှင်းပန်းဆီမွှေး ၂ ကွတ်
- ၄။ နှင်းဆီပန်းဆီမွှေး ၁ ကွတ်
- ၅။ ကြောင်ကတိုးဆီမွှေး (Civent Oil)  $\frac{၁}{၂}$  ပင့်
- ၆။ Mace Oil ၁ အောင်စ



**ရေမွှေး (ဂျာပနီ) (Jockey Club)**

- ၁။ ငါးကြီးအန်ဖတ်ဆီမွှေး ၁၃  $\frac{၁}{၂}$  အရည်အောင်စ
- ၂။ စံပယ်ပန်းဆီမွှေး ၁ ကွတ်
- ၃။ နှင်းဆီပန်းဆီမွှေး ၃ ပင့်
- ၄။ နှင်းပန်းဆီမွှေး ၁ ကွတ်
- ၅။ ခရမ်းရောင် မြင်းခွာပန်းဆီမွှေး ၁ ပင့်

**(Violet Essence)**

- ၆။ ကြောင်ကတိုးဆီမွှေး ၂၀ အရည်အောင်စ
- ၇။ Bergamot Oil  $\frac{၃}{၄}$  အောင်စ
- ၈။ လိမ္မော်ပန်းဆီ  $\frac{၁}{၂}$  အောင်စ



**နှင်းပန်းရေမွှေး (Lily [Extrait de Lys])**

- ၁။ Jonquil Essence ၃ ကွတ်
- ၂။ စံပယ်ပန်းဆီမွှေး ၁၃  $\frac{၁}{၂}$  အရည်အောင်စ
- ၃။ လိမ္မော်ပန်းဆီမွှေး ၂၇ အရည်အောင်စ
- ၄။ နှင်းဆီပန်းဆီမွှေး ၁ ပင့်
- ၅။ နှင်းပန်းဆီမွှေး ၃ ပင့်



လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်ငန်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

၉

**နှင်းဆီရေမွှေး (Rose Centifolia)**

- |    |                    |   |       |
|----|--------------------|---|-------|
| ၁။ | နှင်းဆီပန်းဆီမွှေး | ၁ | ကွတ်  |
| ၂။ | အရက်ပြန်           | ၅ | ကွတ်  |
| ၃။ | Rose Pomade        | ၈ | ပေါင် |

**အခြားနည်းတစ်နည်း**

- |    |               |   |                      |
|----|---------------|---|----------------------|
| ၁။ | နှင်းဆီပန်းဆီ | ၃ | $\frac{၁}{၂}$ အောင်စ |
| ၂။ | အရက်ပြန်      | ၅ | ကွတ်                 |

**နာမည်ကြီး ရေမွှေး (Rose Jaunes)**

- |    |                                    |   |        |
|----|------------------------------------|---|--------|
| ၁။ | နှင်းဆီပန်းဆီမွှေး (Rose Essence)  | ၂ | ကွတ်   |
| ၂။ | စံပယ်ပန်းဆီမွှေး (Jasmine Essence) | ၂ | ကွတ်   |
| ၃။ | Verbena Oil                        | ၄ | အောင်စ |
| ၄။ | နှင်းဆီပန်းဆီ (Rose Oil)           | ၂ | အောင်စ |
| ၅။ | Tincture of Tonka                  | ၈ | အောင်စ |



**နာမည်ကြီး Ylang Ylang ရေမွှေး**

- |    |                    |   |        |
|----|--------------------|---|--------|
| ၁။ | စံပယ်ပန်းဆီမွှေး   | ၄ | ကွတ်   |
| ၂။ | နှင်းဆီပန်းဆီမွှေး | ၁ | ကွတ်   |
| ၃။ | Vanilla            | ၂ | အောင်စ |
| ၄။ | Styrol ဆီမွှေး     | ၁ | အောင်စ |
| ၅။ | Ylang Ylang Oil    | ၂ | အောင်စ |
| ၆။ | Tincture of Storax | ၁ | အောင်စ |



**နာမည်ကြီး Kiss Me Quick ရေမွှေး**

၁။	Cassic ဆီမွှေး	၁	ကွတ်
၂။	ငါးကြီးအန်ဖတ်ဆီမွှေး	$\frac{၁}{၂}$	ပင့် (Paint)
၃။	နှင်းဆီ ဆီမွှေး	၁	ကွတ်
၄။	Tincture of Tonka	၁	ကွတ်
၅။	Tincture of Orris Root	၂	ကွတ်
၆။	Tincture of Civet	$\frac{၁}{၂}$	ပင့်
၇။	Citronella Oil	၇၅	ဂါလံ
၈။	ရှောက်ရွက်ဆီမွှေး	၄၅	ဂါလံ



ဤရေမွှေးသည် အင်မတန် ရနံ့သင်းသော ရေမွှေးဖြစ်ပါသည်။ ပို၍ ရနံ့သင်းလိုပါက Tincture of Tonka ကို ၂ကွတ်အထိ ထည့်ပါက အနံ့ပို၍ ပြင်းလာပါသည်။



**လာဗင်ဒါ ရေမွှေး (Lavender Gater)**

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

၁။	Lavender Oil (ရေမွှေးရွက်ဆီ)	၃	Dram
၂။	Bergamot Oil (ရှောက်သီးဆီ)	၃	Dram

လက်တွေ့အားဖြင့် စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ဆက်ပြတ်နည်းအမျိုးမျိုး ၃၁

- ၃။ Otts de Rose (နှင်းဆီပန်းဆီမွှေး) ၆ စက်
- ၄။ Clove Oil (လေးညှင်းဆီ) ၆ စက်
- ၅။ Musk (ကတိုး) ၃ Grain
- ၆။ Rose mary Oil ၁ Dram
- ၇။ Benzoin Acid ၁၅ Gram
- ၈။ Spirit of Water (အရက်ပြန်) ၂၀ Gram
- ၉။ Distilled Water (မိုးရေ) ၃ အောင်စ

ဖော်စပ်နည်း:

- ၁။ ရှေးဦးစွာ Musk နှင့် Benzoin Acid ၂ မျိုးကို ဆုံကြီး တစ်ခုထဲသို့ ထည့်ပြီး အရက်ပြန် အနည်းငယ် ထည့်၍ ကြိတ်ပါ။
- ၂။ အမှုန့်ဖြစ်လာသောအခါ အထက်ဖော်ပြပါ ဆီမွှေးများ အားလုံးကို တစ်မျိုးစီ ထည့်လိုက်ပါ။
- ၃။ အမွှေးဆီများ ထည့်သောအခါ အရက်ပြန်ကို မကြာ မကြာ ကြားညှပ်၍ ထည့်ပေးပါ။
- ၄။ အားလုံး အရေပျော်သွားသောအခါ အဝကျယ်သော ဖန်ဗူးတစ်ခုထဲသို့ ထည့်ပါ။
- ၅။ မိုးရေ ၃ အောင်စရော၍ ဖန်ချောင်းနှင့် မွှေပေးပါ။
- ၆။ အဖုံးကို အလုံပိတ်ပြီး ဆိတ်ငြိမ်သော နေရာတစ်ခု၌ ထားပါ။

၇။ အရေကြည်လာသောအခါ ပုလင်းငယ်များထည့်၍ ရောင်းချနိုင်ပါသည်။

သုံးရန်

အင်္ကျီ၊ လက်ကိုင်ပဝါ၊ မျက်နှာစသည်များ လိမ်းနိုင် ပါသည်။



အလှဆီလုပ်ငန်း

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်းများ

- ၁။ ဂရေစလင်း(ခေါ်)အလှဆီ ၁ ပေါင်
- ၂။ အရက်ပြန် ၁/၂ ပေါင်
- ၃။ အမွှေးဆီ ၁/၂ အောင်စ
- ၄။ သိုင်း (Thyme) ပန်းဆီ ၁/၂ အောင်စ
- ၅။ ကြက်ဥအကာ (လတ်ဆတ်ရမည်) ၁၀ ပေါင်

ပြုလုပ်ပုံ

ဖော်ပြပါ ပစ္စည်းအတိုင်းအစများကို အားလုံး အိုး တစ်လုံးထဲသို့ထည့်၍ ရောမွှေပေးပါ။ သမအောင်မွှေပြီးသည့် နောက် လုံခြုံသည့်နေရာ တစ်နေရာ၌ ထားပါ။

၃ ရက်ကြာသောအခါ အရေများ ကြည်လင်လာပါလိမ့် မည်။ ထို့နောက် ပုလင်းငယ်များဖြင့်ထည့်၍ မိမိတံဆိပ်များ ကပ်၍ ရောင်းချနိုင်ပါသည်။

လက်တွေ့အိမ်တွင်းစီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

အခြားနည်းတစ်နည်း

ကုန်ကြမ်းများ

- ၁။ ဂရေစလင်း ၄ အောင်စ
- ၂။ ဖယောင်းဖြူ ၂ အောင်စ
- ၃။ သစ်အယ်ဆီ ၁ ပေါင်

ပြုလုပ်ပုံ

- ၁။ အထက်ဖော်ပြပါ ပစ္စည်းအားလုံးကိုရော၍ မီးပေါ်တင်ပြီး ချက်ပါ။
- ၂။ ၅ မိနစ်ခန့် ကြာသောအခါ မီးပေါ်မှချ၍ အအေးခံထားပါ။
- ၃။ ပုလင်းထဲသို့ထည့်၍ မိမိတံဆိပ်ကပ်ပြီး ရောင်းချနိုင်ပါသည်။



ညှင်းပျောက်အလှရည် (Freckle Lotion)

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

- ၁။ Potassium Cyanic ၃ Grain
- ၂။ Salicylate Acid ၄ စက်
- ၃။ Glycerine ၃ Dram
- ၄။ Cantharides Tincture ၁ Dram

ဖော်စပ်နည်း

- ၁။ ရှေးဦးစွာ Potassium Cyanic ကို Salicylate Acid နှင့် Cantharides Tincture ထဲသို့ အရည်ပျော်အောင် ပြုလုပ်ပါ။



- ၂။ ထိုနောက် Glycerine ပါ ထည့်လိုက်ပြီး ဖန်ပုလင်း (အဝကျယ်) ထဲသို့ ထည့်လိုက်ပါ။
- ၃။ ဖန်ချောင်းဖြင့် နှံ့အောင်မွှေပါ။
- ၄။ နောက်ဆုံး Lavender Spirit ကို (၁) ကျပ်သားခန့် ထည့်လိုက်ပါ။

သုံးနည်း

နံနက်တစ်ကြိမ်၊ ညအိပ်ရာဝင်တစ်ကြိမ်၊ မျက်နှာသုတ်ပဝါ ပေါ်သို့ အရေစွတ်၍ မျက်နှာသစ်ပြီး လိမ်းပေးပါ။ (ကာဘော် လစ်ဆပ်ပြာဖြင့် မျက်နှာဆေးပစ်ပါ။) မကြာမီ မျက်နှာတွင် ရှိသော သွင်းများ ပျောက်သွားပါလိမ့်မည်။

မှတ်ချက်

အထက်ဖော်ပြပါဆေးများ ဖော်စပ်သည့်အခါ Glycerine မှလွဲ၍ ကျန်ဆေးများ မျက်စိထဲမဝင်မိစေရန် သတိပြုသင့် သည်။

အထက်ဖော်ပြပါ Lavender Spirit မှာ ဈေးနှုန်းကြီး နေပါက အခြားအရက်ပြန်များ အစားထိုး အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။



မျက်နှာချောမွေ့ရန်အလှရည် (Pretty Water)

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

- ၁။ Liquor Hydrargy Pere Chiord ၂ Dram
- ၂။ Cantharides Tincture ၃ Dram

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

- ၃။ Glycerine ၁ Ounce
  - ၄။ Carmine Liquor  $\frac{3}{4}$  Dram
- (ကြက်သွေးနီအရည်)

**ဖော်စပ်နည်း:**

- ၁။ အထက်ဖော်ပြပါ ဆေးအားလုံးကို ချိန်တွယ်ပြီးလျှင် အဝကျယ်သော ဖန်ဗူးကြီးထဲသို့ ရောထည့်ပါ။
- ၂။ ထို့နောက် နံ့အောင် ဖန်ချောင်းဖြင့် မွှေပါ။
- ၃။ နောက်ဆုံး နှင်းဆီရေ (Rose Water) ကို အားလုံး စုစုပေါင်း အလေးချိန် ၅၀ ကျပ်သားအထိ ဖြည့် ထည့်လိုက်လျှင် အလှရည် ဖြစ်လာပါသည်။

မှတ်ချက်။ ။ Rose Water ကို ထည့်သောအခါ ဖန်ဗူး ထဲ၌ရှိသော အရည်များနှင့်ပေါင်းလျှင် ၅၀ ကျပ်သား ဖြစ်ရမည်ကို ဆိုလိုပါသည်။

**အသုံးပြုနည်း:**

နံနက်တစ်ကြိမ်၊ ညအိပ်ရာဝင်တစ်ကြိမ်၊ မျက်နှာသစ်ပြီး လျှင် လိမ်းပါ။

**သတိပြုရန်**

အထက်ပါ ဆေးများဖော်စပ်ရာ၌ Glycerine Rose Water ရွှေ့ငါးအရည်မှလွဲ၍ မျက်စိ၊ ပါးစပ်ထဲမဝင်မိစေရန် သတိပြုပါ။

ဖော်စပ်ပြီးသောအခါ အဆိပ်ဖြစ်နိုင်စရာမရှိသည့်အတွက် စိတ်ချစွာ အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။



### ရေမွှေးအလှဆီ (Perfume Glycerine)

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း:

၁။ Glycerine	၄	အောင်စ
၂။ Rose Water	၄	Dram
၃။ Carmine Liquor	$\frac{၃}{၂}$	Dram

ဖော်စပ်နည်း:

အထက်ဖော်ပြပါ ကုန်ကြမ်းအားလုံးကို ဖန်ဗူးထဲသို့ ထည့်ပြီး ဖန်ချောင်းနှင့် သမအောင်မွှေပေးလျှင် “ရေမွှေးအလှဆီ” ဖြစ်လာပေသည်။

မှတ်ချက်

“ဤအလှရည်သည်” ဆောင်းတွင် ဖြစ်ပေါ်တတ်သော အသားအရေ ခြောက်သွေ့ခြင်း၊ နှုတ်ခမ်းကွဲခြင်း၊ အသားကွဲခြင်းစသည့် အရေပြား၌ ဖြစ်ပေါ်တတ်သော ရောဂါများကို ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။

သတိပြုရန်

၎င်းအလှရည် ဖော်စပ်ရာတွင် Rose water အစား Lavender water ထည့်သုံးပါက လုပ်ဗင်ဒါ ရေမွှေးအလှရည်ဟု အမည်ပေးနိုင်ပါသည်။



လက်တွေ့အားဖြင့် စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

အသားလှဆီ (Face Lotion)

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း:

၁။	Lavender Water	၅ $\frac{၁}{၂}$	အောင်စ
၂။	Salicylic Acid	၁၂	Grain
၃။	Carmines Liquor	$\frac{၁}{၂}$	Dram
၄။	Glycerine	၅	Dram

ဖော်စပ်နည်း:

- ၁။ ရှေးဦးစွာ Lavender water ကို ဖန်ခွက်ကြီးထဲသို့ ထည့်ပါ။
- ၂။ နောက် Salicylic Acid ကိုထည့်ပြီး ဖန်ချောင်းနှင့် မွှေပါ။
- ၃။ ထို့နောက် Carmines Liquor နှင့် Glycerine များထည့်၍ ဖန်ချောင်းနှင့် နှံ့အောင်မွှေပေးလျှင် “အသားလှရည်” အဖြစ်သို့ ရောက်ရှိလာပေလိမ့်မည်။

အသုံးပြုရန်

- ၁။ ရှေးဦးစွာ ရေနွေးဖြင့် မျက်နှာလက် စသည်များကို ဆေးကြောပါ။
- ၂။ ထို့နောက် အထက်ဖော်ပြပါ “အလှရည်” ကို လိမ်းပါ။ (၁)လခန့် လိမ်းလာသောအခါ အသားများ ချောမွေ့လာပါလိမ့်မည်။



### ခေါင်းလျှော်ရည် ပြုလုပ်နည်း

လဲချား	၁၀	ဆ
ဆပ်ပြာမှုန့်	၂၀	ဆ
နှင်းဆီရည်	၄၀	ဆ
ရေမွှေးပင် အမွှေးရေ (Lavender)	၆၀	ဆ
မိုးရေ		သင့်လျော်သလို

### ပြုလုပ်နည်း

- ၁။ ရှေးဦးစွာ ဆပ်ပြာမှုန့်ကို မိုးရေဖြင့် ပျော်စေရမည်။
- ၂။ အမွှေးရေများထည့်ပြီး မွှေပေးပါ။
- ၃။ ပုလင်းထဲသို့ထည့်ပြီး လေလုံအောင် အဖုံးပိတ်ပါ။  
အသုံးပြုသောအခါ ၎င်းအရေတစ်ဇွန်းကို ရေနှင့်ရော၍ ဆံပင်လျှော်ပါက ဆီချိုးများကုန်စင်ပြီး ဆံပင်လည်းသန်စွမ်းနိုင်ပါသည်။



### ခေါင်းလိမ်းဆီအတောင့်

ဝက်ဆီသန့်သန့်	၁၀	ဆ
ဖယောင်းအဖြူ	၁	ဆ
ဖယောင်း (Paraffine)	၇	ဆ
နှင်းဆီပန်းအဆီ	၁	ဆ
လိမ္မော်ပန်းဆီ	၄	ဆ

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားပြုလုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး ၃၉

ပြုလုပ်နည်း:

- ၁။ ရှေးဦးစွာ ဖယောင်းနှင့် ဝက်ဆီကို အိုးထဲထည့်ပြီး အရည်ပျော်အောင် မီးပေါ်တင်ထားပါ။
- ၂။ အရည်ပျော်ပြီးပါက အအေးခံထားပါ။
- ၃။ ဖယောင်းအနည်းငယ် အေးလာလျှင် ဆီမွှေးများ ထည့်၍ မွှေပါ။
- ၄။ ပြီးလျှင် ပုံစံစက္ကူပူးထည့်၍ ရောင်းချနိုင်ပါသည်။



ပါးနီဆိုးဆေး (Rose Rouge Liquid)

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း:

- ၁။ Carmine ကြက်သွေးနီအမှုန့် ၄၀ grain
- ၂။ Ammonia Liquor အမိုးနီးယားအရည် ၄၀ စက်
- ၃။ Rose water နှင်းဆီရည် ၁အောင်စနှင့် ၄ dram
- ၄။ Rose Essence နှင်းဆီမွှေး ၂  $\frac{၁}{၂}$  dram

ဖော်စပ်နည်း:

- ၁။ ရှေးဦးစွာ Carmineအမှုန့်ကို ဆုံထဲထည့်၍ အမိုးနီးယားရည်ထည့်ပြီး ကြိတ်ပါ။

- ၂။ ထို့နောက် နှင်းဆီပန်းရေ နှင်းဆီမွှေးများထည့်၍ နှံ့စပ်အောင် မွှေကြိတ်ပါ။
- ၃။ မိမိလိုအပ်သော ပုံစံပြုလုပ်၍ ပလတ်စတစ်ဗူးများဖြင့် ထည့်ကာ ရောင်းချနိုင်ပါသည်။

အသုံးပြုရန်

- ၁။ ပေါင်ဒါလိမ်းသောအခါ ၎င်းပါးနီကို လက်ဝါး၌ အနည်းငယ်တို့၍ ပေါင်ဒါနှင့်ရော၍ လိမ်းပါ။



သွားတိုက်ဆေးမှုန့် (Tooth Powder)

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း:

၁။ Praparata Chalk	၂	အောင်စ
၂။ Sodium Bicarbonate	၂	Dram
၃။ Cinnamon Oil	၁၀	စက်
၄။ Menth Piperita Oil	၅	စက်
၅။ Carmine Liquor	၅	စက်

ဖော်စပ်နည်း:

ရှေးဦးစွာ Praparata Chalk နှင့် Sodium Bicarbonate ကို ဆုံထဲထည့်၍ အမှုန့်ဖြစ်အောင် ကြိတ်ပါ။ ထို့နောက် ကျန်ဆီမွှေးများထည့်ပါ။ ဆန်ကာဖြင့် အကြိမ်ကြိမ် အမှုန့်ချ၍ ပုံစံပလတ်စတစ်ခွက်ထဲသို့ ထည့်၍ ရောင်းချနိုင်ပါသည်။







### မဲ့ပျောက်ဆေးရည် (Pimple Caustic)

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း:

- ၁။ Chromic Acid ၅၀ Grain
- ၂။ Acetic Acid ၁ အောင်စ
- ၃။ Salicyl Glacial Acid ၁၅ Grain

ဖော်စပ်နည်း:

- ၁။ ရှေးဦးစွာ Acetic Acid ကို ဖန်ဖူးထဲသို့ ထည့်ပါ။
- ၂။ ထို့နောက် ကျန်ဆေးရည်များ ထည့်လိုက်လျှင် ပြီး၏။

အသုံးပြုရန်

မျက်နှာကို ရေနွေးပူဖြင့် ဆေးကျော့ပြီး စုတ်တံဖြင့် မဲ့ကို ဆေးဖြင့်တို့လိမ်းပါ။

၃-၄ ရက်ခန့်ကြာသောအခါ မဲ့သည် ကွာကျ ပျောက်ကင်း သွားပါလိမ့်မည်။

သတိပြုရန်

အထက်ဖော်ပြပါ ဆေးရည်များကို မျက်စိနှင့် ပါးစပ်ထဲသို့ မဝင်မိရန် သတိပြုပါလေ။



### လင်ဗင်ဒါ ခေါင်းလိမ်းဆီ (Lavender Hair Water)

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း:

- ၁။ Rosemary Oil ၁ Dram
- ၂။ Cantharide Tincture ၄ Dram
- ၃။ Lavender Spirit ၁၂ အောင်စ

လက်တွေ့အိမ်တွင်ဆေးပွားပြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး ၄၃

**ဖော်စပ်နည်း:**

အထက်ဖော်ပြပါ ဆီမွှေးများကို ဖန်ဗူးထဲသို့ရော၍ ထည့်လိုက်ပြီး ဖန်ချောင်းဖြင့် မွှေပေးလျှင်ခေါင်းလိမ်းဆီအဖြစ် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

**မှတ်ချက်**

ဖော်ပြပါအရည်သည် အရည်ပြစ်ဖြစ်သည့်အတွက် အသုံးပြုသောအခါ ရေရော၍ အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။



**ခေါင်းလိမ်းဆီမွှေး (Perfume Hair Oil)**

ရေမွှေးခေါင်းလိမ်းဆီ ပြုလုပ်ရာ၌ နည်း ၂ မျိုးရှိပါသည်။

ပထမနည်းမှာ

၁။ Amygdalic Oil(၁)အောင်စကို မီးပေါ်၌ (၃)နာရီ ခန့်ကြိုပြီးနင်းဆီ ဆီမွှေး (၅)စက်ထည့်လျှင် ခေါင်းလိမ်းဆီအဖြစ် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

**အခြားတစ်နည်းမှာ**

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

- |                 |          |
|-----------------|----------|
| ၁။ Cassia Oil   | ၁၀ စက်   |
| ၂။ Clove Oil    | ၁၀ စက်   |
| ၃။ Rosemary Oil | ၁ Dram   |
| ၄။ Bergamot Oil | ၁ အောင်စ |
| ၅။ Olive Oil    | ၃ အောင်စ |
| ၆။ Otts de Rose | ၁၀ စက်   |

ဖော်စပ်နည်း

အထက်ဖော်ပြပါ အဆီအားလုံးကို အိုးတစ်ခု၌ထည့်၍  
မီးဖြင့်အနည်းငယ်ကျိုလိုက်လျှင် ခေါင်းလိမ်းဆီအဖြစ် ရောက်ရှိ  
လာပေလိမ့်မည်။



# အလှကုန်လုပ်ငန်း (ပေါင်ဒါ)

## နည်း ၅ နည်း

### ရိုးရိုးပေါင်ဒါ ဖော်စပ်နည်း

#### Toilet White Powder

ပေါင်ဒါပြုလုပ်ရာ၌ လိုအပ်သောပစ္စည်းများမှာ အော့ရစ် (Orris) အမှုန့်နှင့် အမွှေးနံ့များ ဖြစ်ကြပါသည်။

မြန်မာပြည်၌ ပေါင်ဒါလုပ်သူအချို့သည် သနပ်ခါးမြစ်ကို အမှုန့်ကြိတ်၍လည်းကောင်း၊ ကျောက်ဆည်တောင်ရှိ ကျောက်ဖြူမှုန့်ကိုလည်းကောင်း၊ အောက်ခံ(ဝါ) အခြေခံမှုန့်အဖြစ် အသုံးပြုကြပါသည်။

#### အောက်ခံ (သို့မဟုတ်) အခြေခံအမှုန့်ပြုလုပ်နည်း

- |                                   |   |   |
|-----------------------------------|---|---|
| ၁။ ရေမွှေးပင်ရွက်                 | ၁ | ဆ |
| ၂။ နှင်းဆီပွင့်                   | ၅ | ဆ |
| ၃။ စန္ဒကူးမှုန့်                  | ၁ | ဆ |
| ၄။ အိုင်ရစ်အမြစ် (Iris Germanica) | ၂ | ဆ |

အထက်ဖော်ပြပါ အရွက်အပွင့်အမြစ်များကို အမှုန့်ပြုလုပ်  
၍ အဆင်သင့်ထားပါ။

ဖော်စပ်နည်းကို အောက်၌ ဖော်ပြထားပါသည်။

### ပြင်သစ်ပေါင်ဒါ

- ၁။ ပြင်သစ်ကျောက်ဖြူမှုန့် (Talc Powder) ၃ ဆ
- ၂။ နှင်းဆီ-ဆီမွှေး ၁ ဆ
- ၃။ ရေမွှေးရွက်ဆီ (Geranium Oil) ၁ ဆ

### ပြုလုပ်နည်း

- ၁။ ရှေးဦးစွာ ပြင်သစ်ကျောက်ဖြူမှုန့်ကို ညက်နေအောင်  
ကြိတ်ပြီး ခြောက်သွေ့အောင်ထားပါ။
- ၂။ ၎င်းနောက် ဆန်ကာဖြင့် စစ်ချပါ။
- ၃။ ဆီမွှေးများကိုထည့်၍ သမအောင်မွှေပေးပါ။



### မျက်နှာလိမ်းပေါင်ဒါ (Face Powder)

#### လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

- ၁။ French Chalk  
(ပြင်သစ်ကျောက်ဖြူမှုန့်) ၂ အောင်စ
- ၂။ Carmine Liquor  
(ကြက်သွေးနီအရည်) ၁၅ စက်
- ၃။ Otts de Rose  
(နှင်းဆီ-အမွှေးဆီ) ၅ စက်

ဖော်စပ်နည်း

- ၁။ ရှေးဦးစွာပြင်သစ်ကျောက်ဖြူမှုန့် (French Chalk) ကို ဆုံသန့်သန့်၌ ညက်အောင်ထောင်းပါ။
- ၂။ ထို့နောက် ကြက်သွေးနီအရည်နှင့် အမွှေးဆီကို ဖြည်းဖြည်းနှေးနှေးထည့်၍ နှံ့အောင်ရောထောင်းပါ။ သတိ မြန်မြန်ထည့်မိလျှင် အစိုင်အခဲ ဖြစ်သွားနိုင်ပါသည်။
- ၃။ အမှုန့်ဖြစ်အောင် ထောင်းပြီးသောအခါ ဆန်ကာ (အစိပ်)ဖြင့် စစ်ချပါ။ တဖန် မညက်ဘဲဆန်ကာ ပေါ်တင်နေသော အကြမ်းမှုန့်ကိုပြန်၍ထောင်းပါ။ ဤသို့အကြိမ်ကြိမ် ပြုလုပ်ပြီးပါက နှင်းဆီ မျက်နှာလိမ်းပေါင်ဒါအဖြစ်ရရှိပေမည်။ ထိုအခါ မိမိကြိုက်နှစ်သက်သည့်ပူးတွင် ထည့်၍ ရောင်းချနိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် သုံးစွဲနိုင်၏။



နှင်းဆီပေါင်ဒါမွှေး (Rose Toilet Powder)

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

- ၁။ French Chalk ၈ အောင်စ
- ၂။ Carmine Liquor  $\frac{2}{J}$  Dram
- ၃။ Otts de Rose ၁၀ စက်
- ၄။ Boracie Acid Powder ၁ အောင်စ

ဖော်စပ်နည်း

- ၁။ ရှေးဦးစွာ French Chalk နှင့် Boraie Acid Powder ကို ဆုံထဲသို့ထည့်၍ ကြိတ်ပါ။
- ၂။ ထို့နောက် အခြားပစ္စည်းများကို တဖြည်းဖြည်း ရောထည့်လိုက်ပါ။
- ၃။ အားလုံးကြိတ်၍ ပြီးသွားပါက ဆန်ကာဖြင့်ချပါ။

မှတ်ချက်

Face Powder မျက်နှာလိမ်းပေါင်ဒါ နည်းအတိုင်းပြုလုပ်ရပါမည်။

အသုံးပြုရန်

နံနက်နှင့်ည မျက်နှာသစ်ပြီးလျှင် မိုးပွင့်ကို အခံလိမ်းပေးပြီး တို့ပတ်နှင့်ဖြစ်စေ ပဝါပါးပါးနှင့်ဖြစ်စေ ညီညီညာညာ ပွတ်ပေးပါ။



မျက်နှာလိမ်းပေါင်ဒါရည် (Liquid Vaint)

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

- ၁။ တရုတ်မျက်နှာလိမ်းပေါင်ဒါမှုန့် ၂ Dram
- ၂။ Borneo Alcohol ၁ အောင်စ
- ၃။ White Rose (နှင်းဆီဖြူ) ၂ Dram
- ၄။ Rose Aqua (နှင်းဆီရေမွှေး) ၄ Dram

လက်တွေ့အိမ်တွင်းစီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး ၄၉

ဖော်စပ်နည်း

- ၁။ အထက်ဖော်ပြပါ ပစ္စည်းအားလုံးကို ဖန်ဗူးထဲသို့ ထည့်ပြီး။
- ၂။ နှင်းဆီရေမွှေးကို ၂ အောင်စ အထိဖြည့်၍ ဖန်ချောင်းဖြင့် မွှေပေးရန် ဖြစ်ပါသည်။

အသုံးပြုနည်း

၎င်းပေါင်ဒါလိမ်းရန်မှာ ရေနှင့်ရောရန် မလိုတော့ဘဲ တစ်ခါတည်းလိမ်းနိုင်ရန် ဖြစ်ပါသည်။





# အလှကုန်လုပ်ငန်းကဏ္ဍ

## နိုင်ငံခြားအလှရည်

### Toilet Water

အလှရည်သည် အမျိုးသမီးများအတွက် အသားရည်လှပ  
ချောမွေ့စေရန် ဖြစ်ပါသည်။

အသားရည်များကို နေပူလောင် ခံမိသောအခါ အသား  
ရည်ကို ထိခိုက်စေပြီး အလှပျက်စေသည်။ အလှမပျက်စေရန်  
နေပူလောင်ခံရခြင်း၏ အန္တရာယ်များမှ ကာကွယ်ရန်ဖြစ်ပါ  
သည်။

အလှဆီ အသုံးပြုခြင်းအားဖြင့် အသားအရောင်အဆင်း  
လှခြင်း၊ နူးညံ့ခြင်း၊ ချောမွေ့ခြင်းစသော အကျိုးအာနိသင်  
ဖြစ်ထွန်းစေပေသည်။



လက်တွေ့အိမ်တွင်းစီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

ပဲရစ်အလှရည် (Pari's Toilet Water)

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

၁။ Potassium Carbonate	၃ ဆ
၂။ ဂရေစလင်	၃ ဆ
၃။ Boric Acid	၃ ဆ
၄။ အနံ့မဲ့အရက်ပြန်	၆ ဆ
၅။ စံပယ်ရေမွှေး	၅ ဆ
၆။ နှင်းပန်းဆီမွှေး	၅ ဆ
၇။ မိုးရေ	၁၆၀ ဆ

ဖော်စပ်နည်း

- ၁။ ရှေးဦးစွာ Potassium Carbonate ကို မိုးရေ အနည်းငယ်ဖြင့် အရည်ပျော်ပါစေ။
- ၂။ Boric Acidကို ဂရေစလင်ဖြင့် အရည်ပျော်ပါစေ။
- ၃။ ထို့နောက် မိုးရေအနည်းငယ်ဖြင့် ဖျော်ထားသော Potassium Carbonateထဲသို့ အရက်ပြန်ထည့်၍ ဖျော်ပါ။
- ၄။ ဂရေစလင်ရောထားသော Boric Acid ပါ ထည့် လိုက်ပြီး မွှေပေးပါ။
- ၅။ နောက်ဆုံးကျန်ရှိသော မိုးရေအားလုံး ရောမွှေ လိုက်ပါ။
- ၆။ စံပယ်ရေမွှေးနှင့် နှင်းပန်းရေမွှေးထည့်မွှေပြီး လေ လုံလုံပိတ်ပြီး လိုအပ်သောအခါ အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။



ရိုးပင်းအလှရည် (နာမည်ကြီး)

Rottmanne's Beauty Water

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း:

- ၁။ Milk of Sulphur ၅ ဆ
- ၂။ (ပရတ်) (Camphor) ၁ ဆ
- ၃။ နှင်းဆီပန်းအရည် ၅၀ ဆ
- ၄။ အရက်ပြန် (အနည်းငယ်)

ဖော်စပ်နည်း:

- ၁။ Milk of Sulphur နှင့် ပရတ်ကို အရက်ပြန် အနည်းငယ်ဖြင့် အရည် ဖျော်ပါ။
- ၂။ ထို့နောက် နှင်းဆီပန်းအရည် ရောလိုက်လျှင် အလှရည် ဖြစ်ပါသည်။

မှတ်ချက်

Milk of Sulphur ပြုလုပ်နည်းမှာ Flower of Sulphur နှင့် Lime Water ကို အတူဆူအောင်ချက်ပြီးနောက် Muriatic Acid ထည့်လိုက်လျှင် အဖြူမှုန့်များ ဖြစ်လာသည်ကို တွေ့ရပါမည်။ ၎င်းဖြူဖွေးသော အမှုန့်များသည် Milk of Sulphur ဖြစ်ပါသည်။



လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

**နေပူခံ အလှရည် (Sunburn Remedy)**

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း:

- |   |          |
|---|----------|
| ၁။ ပိုတက်စီရမ်ကာဘောက်နက်<br>Potassium Carbonate | } ၃ ဆ    |
| ၂။ Pure Salt (ပြူးဝါးဆော)                       | ၂ ဆ      |
| ၃။ (လိမ္မော်ပန်းဆီ)<br>Orange Flower Oil        | } ၁၅ ဆ   |
| ၄။ Rose Water (နှင်းဆီပန်းအရည်)                 | ၆၅ ဆ     |
| ၅။ အရက်ပြန်                                     | အနည်းငယ် |

ဖော်စပ်နည်း:

- ၁။ ရှေးဦးစွာ ပိုတက်စီရမ်ကာဘောက်နက်နှင့် ပြူးဝါးဆောကို အရက်ပြန်ဖြင့် အရည်ပျော်စေပြီး။
- ၂။ နောက် လိမ္မော်ပန်းဆီ နှင်းဆီပန်းအရည်များထည့်၍ နဲ့အောင်မွှေပေးပြီး။
- ၃။ လေလုံအောင်ပိတ်၍ အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

အသုံးပြုနည်း:

၎င်းနေပူခံ အလှရည်သည် နွေရာသီ၏ ပြင်းထန်သော နေပူရှိန်လောင်မိ၍ အသားအရေမည်းခြင်းနှင့် အရေကွာခြင်းကို ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။



### အသားလှရည်

#### လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

၁။ ဂရေစလင်	၁၀၀ ဆ
၂။ Boric Acid	၁၅ ဆ
၃။ Tincture of Tonka	၁၀ ဆ
၄။ နှင်းဆီပန်းအဆီ	၁ $\frac{၁}{၂}$ ဆ
၅။ ၉၀ ရာခိုင်နှုန်းရှိ အရက်ပြန်	၃၀ ဆ
၆။ မိုးရေ	၁၀၀၀ ဆ

#### ဖော်စပ်နည်း

- ၁။ ရှေးဦးစွာ Boric acidကို ဂရေစလင်ဖြင့် အရည် ပျော်အောင်လုပ်ပါ။
- ၂။ ဒုတိယ နှင်းဆီပန်းအဆီကို အရက်ပြန်ဖြင့် ရောပါ။
- ၃။ ထို့နောက် နှင်းဆီပန်းအဆီနှင့် ရောထားသော အရက်ပြန်များပါ ဂရေစလင်ထဲသို့ ထည့်၍ ရော လိုက်ပါ။
- ၄။ မိုးရေကို တဖြည်းဖြည်း ထည့်ရင်း မွှေပေးပါ။

#### အသုံးပြုရန်

အသားအရေကို နေပူနှင့် ဆောင်းဒဏ်ကို ကာကွယ်နိုင်ပါ သည်။



လက်တွေ့အိမ်တွင်းစီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

အလှကရင်မိုးပွင့် (Beauty Cream)

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း:

၁။ ကျောက်ချဉ်အဖြူမှုန့်	၁၀	ဒရမ်
၂။ ကြက်ဥအကာ	၂	လုံး
၃။ Boric Acid	၃	ဒရမ်
၄။ Tincture of Benzoate	၄၀	စက်
၅။ တရုသီးဆီ (Olum oil)	၄၀	စက်
၆။ Mucilage of Acacia	၅	စက်
၇။ Amylumသန့်သန့်	သင့်လျော်သလို	
၈။ ဆီမွေး	သင့်လျော်သလို	

ဖော်စပ်နည်း:

- ၁။ ရှေးဦးစွာ ကျောက်ချဉ်မှုန့်ကို Boric acid ဖြင့် အရည်ပျော်စေသည်။
- ၂။ ထို့နောက် Olum Oil နှင့် Mucilage of acacia ထည့်လိုက်ပြီး နဲ့အောင်မွှေပြီးလျှင်။
- ၃။ ကြက်ဥအကာထည့်၍ သမအောင်ခေါက်ပေးပါ။
- ၄။ Amylum ထည့်၍ ပျစ်လာအောင် ခေါက်ပေးပြီး ထားပါ။
- ၅။ ဆီမွေးကို အရက်ပြန်အနည်းငယ်ဖြင့် အရည်ပျော် စေပြီး
- ၆။ ၎င်းခေါက်ထားသော cream ထဲသို့ တဖြည်းဖြည်း ထည့်၍ တစ်ဖက်ကခေါက်ပေးပါ။
- ၇။ အမွှေးနံ့နဲ့အောင် မွှေခေါက်ပြီးလျှင် ဗူးကလေး သို့ထည့်၍ အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် ရောင်းချ နိုင်ပါသည်။



ဆံပင်နက်ဆိုးဆေးရည်  
Hair Dye Lotion (က)ဆေးရည်

လိုအပ်ကုန်ကြမ်း:

- ၁။ Hydrosulphate of Ammonia      ၁    အောင်စ
- ၂။ Potash Liquor                              ၃    ဒရမ်
- ၃။ Distilled Water (မိုးရေ)              ၁    အောင်စ

ဖော်စပ်နည်း:

- ၁။ ရှေးဦးစွာ Hydrosulphate of Ammonia နှင့် Potash Liquor ဆေးရည်များကို ချိန်တွယ်ပြီး ဖန်ခွက်ကြီးထဲသို့ ထည့်၍ ဖန်ချောင်းဖြင့် မွှေပေးပါ။
- ၂။ ထို့နောက် မိုးရေကို ထည့်လိုက်ပါ။



ဆံပင်နက် ဆိုးဆေးရည် (ခ) ဆေးရည်

- ၁။ Silver Nitrate                              ၁    ဒရမ်
- ၂။ မိုးရေ    ၂    အောင်စ

ဖော်စပ်နည်း:

- ၁။ ရှေးဦးစွာ ချိန်တွယ်သည့်ခွက်နှင့် ဖန်ပုလင်းတစ်လုံးကို သန့်စင်အောင် ဆေးပြီးလျှင်။
- ၂။ Silver Nitrate ကို ထည့်၍ မိုးရေဖြင့် အရည်ပျော်စေပါသည်။

လက်တွေ့အိမ်တွင်းစီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

အသုံးပြုနည်း

၁။ နံနက်တိုင်း ဆံပင်ဖြီးသောအခါ စုတ်တံဖြင့် (က) ဆေးရည်ကို ဆံပင်လိမ်းပေးပါ။

၂။ အရည်ခြောက်သွေ့လာအောင် စောင့်ပါ။

၃။ (က)ဆေးရည် ခြောက်သွားလျှင် (ခ) ဆေးရည်ကို စုတ်တံဖြင့်တို့၍ ဆံပင်များ လိမ်းပေးပါ။ ဆံပင်များ နက်ပြောင်၍ လာပါလိမ့်မည်။





# အိမ်သုံးပစ္စည်း ကဏ္ဍ

## ဆပ်ပြာလုပ်ငန်း

ဆပ်ပြာလုပ်ငန်းတွင် အသုံးပြုသော ကိရိယာများမှာ-

၁။ ဖြတ်စက် (Chipper)

၂။ ကြိတ်စက် (Mill)

၃။ အမွှေးနှင့် အရောင် ရောသောစက် (Stiller)နှင့်

၄။ အတုံးသို့မဟုတ် အတောင့်လိုက်ဖိစက် (Plodder)

စသည်တို့ ရှိကြပါသည်။ ရိုးရိုးဆပ်ပြာအတွက် (plodder) အတောင့် သို့မဟုတ် အတုံးဖိစက်ကိုသာ အသုံးများ ပါသည်။

ဆပ်ပြာလုပ်ငန်းနှင့်ပတ်သက်၍ မြန်မာပြည်တွင် ပြုလုပ် တတ်သူ အများအပြားရှိပါသည်။ ဆပ်ပြာလုပ်ငန်းနှင့် ပတ် သက်သော စက်ကိရိယာများကို တီထွင်လုပ်ကိုင်နိုင်ကြပြီ ဖြစ်၍ စက်မှုအလုပ်ရုံများတွင် မိမိလိုသော ပုံစံများ မှာယူနိုင် ကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဤကဏ္ဍတွင် အသေးစိတ်မဖော်ပြ တော့ဘဲ အချို့နိုင်ငံခြား ဆပ်ပြာမွှေးများ၏ ဖော်စပ်လုပ်ကိုင် နည်းများကိုသာ ဦးစားပေး၍ ဖော်ပြလိုက်ပေသည်။

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

ဆပ်ပြာချက်နည်း (၁)

လိုအပ်သောကိရိယာများ

- ၁။ ဒယ်အိုး
- ၂။ ယောက်မ
- ၃။ ပုံလေးခွက်

လိုအပ်သောပစ္စည်းများ

- ၁။ အမဲဆီ ၁ ပိဿာ
- ၂။ ပဲဆီ ၃ ပိဿာ ၂၅ ကျပ်သား
- ၃။ ကော့စတစ်ဆိုဒါ ၆၀ ကျပ်သား
- ၄။ ရေ ၁ ပိဿာ ၇၀ ကျပ်သား

ချက်နည်း

- ၁။ ကော့စတစ်ဆိုဒါ ၆၀ ကျပ်သားနှင့် ရေ ၁ ပိဿာ ၇၀ ကျပ်သားဖြင့် ရောလိုက်ပါ။
- ၂။ အမဲဆီ ၁ ပိဿာနှင့် ပဲဆီ ၃ ပိဿာ ၂၅ ကျပ်သား တို့ ရောပါ။
- ၃။ အမဲဆီနှင့် ပဲဆီရောပြီးသည်နှင့် ဒယ်အိုးကို မီးပေါ်တင်ထားပါ။ (မီးမပြင်းပါစေနှင့်)
- ၄။ ဒယ်အိုးထဲသို့ ရေရောထားသော ကော့စတစ်ဆိုဒါကို တဖြည်းဖြည်း လောင်းထည့်ပါ။ (သတိ-မီးပြင်းလျှင် ကော့စတစ်မီး ထလောင်တတ်သည်။)
- ၅။ ကော့စတစ် လောင်းပြီးပါက မီးပြင်းပြင်းထိုး၍ အဆက်မပြတ် မွှေပေးပါ။
- ၆။ တဖြည်းဖြည်း ပျစ်ချွဲလာပြီး ကြွက်မီးကျသည်အထိ ကျိုပါ။

- ၇။ ထို့နောက် ကြိုတင်ဆီသုတ်ထားသော ပုံစံလေးခွက် ထဲသို့ လောင်းထည့်ပါ။
- ၈။ မိမိနှစ်သက်သော အရွယ်အစားကို လှီး၍သော်လည်းကောင်း လိုအပ်သော ပုံစံမျိုးပြုလုပ်၍ ရောင်းချနိုင်ပါသည်။



### ဆပ်ပြာချက်နည်း (၂)

#### လိုအပ်သောကိရိယာများ

- ၁။ ဒန်အိုး
- ၂။ ယောက်မ
- ၃။ ပုံစံလေးခွက်များ

#### လိုအပ်သောပစ္စည်းများ

- |                  |                |
|------------------|----------------|
| ၁။ ကော့စတစ်ဆိုဒါ | ၇၅ ကျပ်သား     |
| ၂။ အုန်းဆီ       | ၇၅ ကျပ်သား     |
| ၃။ ပဲဆီ          | ၃ ပိဿာ         |
| ၄။ ဆား           | ၁၅ ကျပ်သားခန့် |
| ၅။ ရေ            | ၂ ပိဿာခန့်     |

#### ချက်နည်း

- ၁။ ပဲဆီနှင့် အုန်းဆီရော၍မွှေပါ။
- ၂။ ကော့စတစ်ဆိုဒါ ဆားနှင့်ရော၍ မွှေပါ။
- ၃။ အားလုံးရောပြီး အဆက်မပြတ် ခပ်ပြင်းပြင်း မွှေပေးပါ။

လက်တွေ့အိမ်တွင်းစီးပွားပြုလုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

- ၄။ အရည်များ ချွေပျစ်လာသည်အထိ မွှေပေးပါ။
- ၅။ ကြွက်မြီးတန်းလာပါက ပုံစံလေးခွက်ထဲသို့လောင်းထည့်ပါ။
- ၆။ နေပူတွင်ပြု၍ မာလာသောအခါ နှစ်သက်သော ပုံစံကို လှီး၍ ရောင်းချနိုင်ပါသည်။



**ဆပ်ပြာမွှေး ပြုလုပ်နည်း**

ရိုးရိုးဆပ်ပြာထဲသို့ အောက်ဖော်ပြပါ ဆီမွှေးများရော၍ နှစ်သက်သည့် ပုံစံခွက်လေးထဲသို့ထည့်၍ ဆပ်ပြာမွှေးများ လိုအပ်သလို ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

**နှင်းဆီဆပ်ပြာမွှေး**

- |                 |   |        |
|-----------------|---|--------|
| ၁။ နှင်းဆီဝတ်ဆံ | ၃ | အောင်စ |
| ၂။ လေးညှင်းဆီ   | ၁ | အောင်စ |
- ရောမွှေပါ။



**နိုင်ငံခြားဆပ်ပြာမွှေး**

- |                              |   |        |
|------------------------------|---|--------|
| ၁။ သိုင် (Thyme) ပန်းပွင့်ဆီ | ၄ | အောင်စ |
| ၂။ သစ်ကြံပိုးဆီ              | ၄ | အောင်စ |
| ၃။ လေးညှင်းဆီ                | ၄ | အောင်စ |
- ရောမွှေပါ။



### ရိုးရိုးဆပ်ပြာမွှေး

၁။ အမဲဆီ	၇၀ ဆ	
၂။ အုန်းဆီ	၂၅ ဆ	
၃။ ထင်းရှူးဆီ	၅ ဆ	
၄။ အရောင်ဆေး	$\frac{2}{၂}$ ဆ	နှစ်သက်ရာအရောင်များ
၅။ ဆီမွှေး	၁ ဆ	
၆။ ရေ	၅၅ ဆ	



### အမေရိကန်သုံးဆပ်ပြာမွှေး

၁။ အမဲဆီ	၄၅ ဆ
၂။ ထင်းရှူးဆီ	၂၀ ဆ
၃။ အုန်းဆီ	၁၅ ဆ
၄။ ဆီမွှေး	၁ ဆ
၅။ အရောင်ဆေး	သင့်လျော်သလို
၆။ ရေ	၅၀ ဆ



### အင်္ဂလန်ဆပ်ပြာမွှေး

၁။ အမဲဆီ	၆၀ ဆ
၂။ အကောင်းစား ထင်းရှူးဆီ	၃၅ ဆ
၃။ (Bitter Almond Oil) ဗာဒံဆီ	၃ ဆ



### ဖန်ရောင်ဆပ်ပြာမွှေး

၁။ ရိုးရိုးဆပ်ပြာမွှေး	၆၀ ဆ
၂။ ထင်းရှူးဆီ	၅၀ ဆ

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်ငန်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

- ၃။ သကြား ၅ ဆ
- ၄။ (သစ်ကြံပိုးဆီ) Cassia Oil ၁ ဆ
- ၅။ (ဗာဒံဆီ) Bitter Almon Oil ၀.၆ ဆ



ဆပ်ပြာမှုန့်လုပ်နည်း

လိုအပ်သောကိရိယာများ

- ၁။ ဒယ်အိုးကြီး (၁) လုံး
- ၂။ သံပြားကြီး (၁) ချပ်
- ၃။ သံဆန်ခါ (၁) ခု

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

- ၁။ အဝတ်ဖွတ်ဆိုဒါမှုန့် (Washing Soda) ၁ ပိဿာ
- ၂။ ရိုးရိုးဆပ်ပြာ ၅ ပိဿာ

ချက်နည်း

- ၁။ အဝတ်ဖွတ်ဆိုဒါမှုန့်ကို ရေနှင့် သမအောင်မွေ၍ မီးတွင် တင်ထားပါ။
- ၂။ ရိုးရိုးဆပ်ပြာကို သေးသေးနုတ်နုတ်လှီးထားပါ။
- ၃။ ဆပ်ပြာကို မီးဖျော့ဖျော့ဖြင့် ကြိုပါ။ (မဆူလွန်းရ)
- ၄။ ဆပ်ပြာကို ကြိုပြီးသောအခါ အဝတ်ဖွတ်ဆိုဒါမှုန့်ကို ထည့်၍ မွေလိုက်ပါ။
- ၅။ ချွဲပျစ်လာသောအခါ သံပြားပေါ်သို့ ခပ်ပါးပါး တင်ထားပါ။
- ၆။ အေးလာသောအခါ သံဆန်ခါဖြင့် တိုက်ချပါ။
- ၇။ မိမိနှစ်သက်သလို ပလတ်စတစ်အိတ်ဖြင့် ထည့်၍ ရောင်းချနိုင်ပါသည်။



## မုန့်လုပ်ငန်းကဏ္ဍ

မုန့်လုပ်ငန်းသည် ကြီးပွားချမ်းသာသော လုပ်ငန်းတစ်ရပ် ဖြစ်သည်။ ဤကဏ္ဍတွင် ဖော်ပြထားသော မုန့်လုပ်နည်းများ သည် မိသားစုလုပ်အားဖြင့် ဝင်ငွေတစ်ရပ် ပိုမိုရရှိနိုင်သည့် အိမ်တွင်းစီးပွားရေး လုပ်ငန်းတစ်ခုပင် ဖြစ်ပေသည်။

ဤလုပ်ငန်းသည် များသောအားဖြင့် နိုင်ငံခြားသားများ သာ လုပ်ကိုင်ကြသည်။ တိုင်းရင်းသား မြန်မာလူမျိုးတို့ အနည်းငယ်မျှသာ လုပ်ကိုင်ခြင်းကို တွေ့ရှိရပါသည်။ တချို့ မုန့်လုပ်ဆရာတို့မှာ မိမိတတ်မြောက်ထားသော စီးပွားရေး လုပ်ငန်းနည်းများကို လျှို့ဝှက်ထားတတ်ကြသည်။ ထို့ကြောင့် အချို့တိုင်းရင်းသားများမှာ လုပ်ကိုင်ချင်လျက် မလုပ်ကိုင်နိုင်ဘဲ ရှိသည်ကို တွေ့ရှိရပေသည်။

ဤစာအုပ်တွင် ဖော်ပြပါရှိသောနည်းများမှာ လက်တွေ့ လုပ်ကိုင်နိုင်သော နည်းများပင် ဖြစ်ပါသည်။

မုန့်ဖုတ်ရာမှာ အချိန်အဆအရေးကြီးသကဲ့သို့ မီးအား ပေးရာတွင်လည်း အထူးဂရုပြုရပါမည်။ မီးအားမကောင်းလျှင် မုန့်ပွလာမည် မဟုတ်ပေ။ မီးအားများလွန်းလျှင်လည်း မုန့်များ

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်ငန်းများနှင့် ချက်ပြုတ်ငှက်အချို့ကို ၆၅

တူးကုန်ပေမည်။ အပေါ်မီး အောက်မီး အချိန်အဆမညီလျှင် မုန့်အောက်ပိုင်းမှာ မကျက်ဘဲ အပေါ်တူးသွားနိုင်၏။ တစ်နည်း အားဖြင့် အောက်တူးပြီး အပေါ်မကျက်ဘဲ ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။

ဤကဏ္ဍမှာ ဖော်ပြပါရှိသော အချိန်အတွယ် အကန့်အသတ် မိမိလုပ်ကိုင်လိုသော အရေအတွက် အချိုးအစား အတိုင်းဖော်ပြပါ နည်း၏အချိန်အဆကို တွက်ချက်ပြီး လုပ်ကိုင်နိုင်ပါသည်။

ဥပမာ ကြက်ဥမုန့်ကို ဘဲဥ ၂၀ လုံး၊ ဂျုံ ၇၀ ကျပ်သား၊ သကြား ၇၀ ကျပ်သားဟု ဖော်ပြထားသော်လည်း ပိုမိုလုပ်ပါက ဘဲဥ ၄၀ လုံး၊ ဂျုံ ၁ ပိဿာ ၄၀ကျပ်သား၊ သကြား ၁ပိဿာ ၄၀ ကျပ်သားဖြင့် ပိုထည့်၍လည်းကောင်း၊ လျော့လုပ်လိုသော အခါ ဘဲဥ ၁၀ လုံး၊ ဂျုံ ၃၅ ကျပ်သား၊ သကြား ၃၅ ကျပ်သားဖြင့် လျော့၍ လုပ်ကိုင်နိုင်ပါသည်။

မုန့်လုပ်ငန်း စိတ်ဝင်စားသူများအတွက် အကုန်အကျလည်းမများ ထင်းမီးသွေးလည်း သက်သာသော ဖိုတစ်မျိုး တင်ပြပါရစေ။ ထိုမီးဖိုလုပ်နည်းမှာ သံစည်ပိုင်းပြတ် တစ်လုံးကို အောက်မှာ ထင်းမီးဖိုဖြင့် ၎င်းစည်ပိုင်းအတွင်းမှာ သဲသန့်သန့် တစ်လက်မအထူခန့်ခင်းပြီး ၎င်းကို အဖုံးတစ်ခု ပြုလုပ်ပြီး အဖုံးပေါ် မီးသွေးမီးညီညီဖြင့် ဖုံး၍ မုန့်ဖုတ်နိုင်သည်။ ဥပမာ-ကြက်ဥမုန့်၊ ကိတ်မုန့်၊ ကိတ်မုန့်ခြောက်၊ ပေါင်မုန့် စသည့် အရေအတွက်နည်းသော မုန့်များကို ဖုတ်နိုင်ပါသည်။

အချို့မုန့်များတွင် မုန့်ဖုတ်ပေါင်ဒါထည့်ရန် ဖော်ပြထားပါသည်။ ဘီစကွတ်မုန့်မှလွဲ၍ ကျန်မုန့်များမုန့်ဖုတ်ပေါင်ဒါ အဝယ်ရခက်ပါက မထည့်ဘဲ နေနိုင်ပါသည်။



ဖော်ပြပါ မုန့်ဖုတ်နည်းမျိုးပေါင်း မများသော်လည်း အလွန်တန်ဖိုးရှိသော နည်းများဖြစ်သည့်အပြင် ၎င်းမုန့်ဖုတ်နည်းများ မှီး၍ အခြားမုန့်များကိုလည်း လုပ်ကိုင်ရင်း တီထွင်သွားနိုင်ပါသည်။



### ဘိစကွတ် (ဆီကြော်မုန့်လုပ်နည်း)

လိုအပ်သောကိရိယာ

- ၁။ သံဆန်ခါဗန်း
- ၂။ မုန့်နှိပ်ပုံစံ
- ၃။ ဇလုံ



လိုအပ်သောကုန်ကြမ်းများ

- |                                       |    |        |
|---------------------------------------|----|--------|
| ၁။ ဂျူပေါင် (၅၀)                      | ၁  | အိတ်   |
| ၂။ သကြား                              | ၇  | ပေါင်  |
| ၃။ ဘဲဥ                                | ၂၀ | လုံး   |
| ၄။ နို့ဆီ                             | ၄  | လုံး   |
| ၅။ ထောပတ် (နို့ဆီဗူး)                 | ၄  | လုံး   |
| ၆။ ဆား                                | ၅  | အောင်စ |
| ၇။ အမိုးနီးယား (Ammonia)              | ၁၈ | အောင်စ |
| ၈။ ရေ(ချိန်ဆ၍)                        |    |        |
| ၉။ နှစ်သက်ရာ အမွှေးနံ့ထည့်ပါ။         |    |        |
| ၁၀။ မုန့်ဖုတ်ပေါင်ဒါ (Bakeing Powder) |    |        |
| ၁၁။ နို့မှုန့်                        | ၁  | ပေါင်  |

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်ငန်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး ၆၇

ဖုတ်နည်း:

- ၁။ အထက်ပါ ဂျုံ၊ သကြား၊ ဘဲဥ၊ နို့ဆီ၊ ထောပတ်၊ ဆီ၊ ဆားများကို ဒယ်အိုးကြီးထဲသို့ ရောထည့်ပါ။
- ၂။ အမိုးနီးယားနှင့် ရေဖောက်ပြီး ထည့်ပါ။
- ၃။ အားလုံး သမအောင်မွှေပါ။
- ၄။ မုန့်ကြိတ်စက်ဖြင့် ကြိတ်ပါ။ (စက်မရှိပါက တလိမ့်တုံးနှင့် ကြိတ်ပါ။
- ၅။ မုန့်နှိပ်ကြေးပုံစံဖြင့် လိုအပ်သောပုံစံကို နှိပ်၍ သံဆန်ခါ ဗန်းပေါ်စီထားပါ။
- ၆။ မုန့်ဖုတ်ဖိုထဲသို့ ထည့်ဖုတ်ပါ (မုန့်ကျက်သည့်တိုင် ဖုတ်ပါ)
- ၇။ မုန့်ကျက်သောအခါ ဖိုပေါ်မှချပါ။
- ၈။ ပဲဆီကို ချက်ပြီး ဇလုံတစ်ခုထဲသို့ ထည့်ပါ။
- ၉။ ပဲဆီထည့်သော ဇလုံထဲသို့ဆားအနည်းငယ်ထည့်ပါ။
- ၁၀။ မုန့်ပူပူနွေးနွေးကို ဇလုံထဲမှ ဆီဖြင့် ဖြန်းပါ။
- ၁၁။ အေးလာသောအခါ ပလတ်စတစ်အိတ်ထဲသို့ထည့်၍ အလုံပိတ်ပါ။ တာရှည်ထား၍ စားသောက်နိုင်သည်။ သို့မဟုတ် ရောင်းချနိုင်လေသည်။



အိုဗာတင်း ဘီစကွတ်လုပ်နည်း

လိုအပ်သောကိရိယာ

- ၁။ မုန့်ကြိတ်စက် (အသေးစား မုန့်ကြိတ်စက်အဖြစ် တလိမ့်တုံးကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

- ၂။ သံဆန်ခါဗန်း (သံဆန်ခါဗန်းမရှိလျှင် သံဗန်းဖြင့်လည်း အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။)
- ၃။ ပုံစံနှိပ်ကိရိယာ (မိမိကြိုက်နှစ်သက်သောပန်းမျိုးတံဆိပ်ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။)

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

- |  |            |
|--|------------|
| ၁။ ဂျုံပေါင် (၅၀)                              | ၁ အိတ်     |
| ၂။ သကြား                                       | ၆ ပိဿာ     |
| ၃။ အမိုးနီးယား                                 | ၁၄ အောင်စ  |
| ၄။ မာဂျရင်း                                    | ၁ ပေါင်    |
| ၅။ အိုဗာတင်းမှုန့်                             | ၄ ပေါင်    |
| ၆။ ဆား   | ၂ အောင်စ   |
| ၇။ စားဆိုးဆေး (Food Colour)<br>(ချောကလက်ရောင်) | (အနည်းငယ်) |
| သတိ- ရေဖျော်ပြီး ထည့်ပါ။                       |            |
| ၈။ ရေ (၁)ပေါင် နို့မှုန့်ဖူးဖြင့် (၄)ခွက်။     |            |
| ၉။ ထောပတ် အမွှေးဆီ (Butter)                    |            |
| ၁၀။ မုန့်ဖုတ်ပေါင်ဒါ (Bakeing Powder)          |            |

ဖုတ်နည်း

- ၁။ ဂျုံ၊ သကြား၊ မာဂျရင်း၊ အိုဗာတင်းမှုန့်၊ ဆားအားလုံး ရော၍ မုန့်နယ်စက်ထဲသို့ ထည့်ပါ။ (မုန့်နယ်စက်မရှိပါက အရေအတွက်လျှော့ပြီး ဒယ်အိုးထဲသို့ ထည့်ပါ)
- ၂။ အမိုးနီးယား အရည်ဖျော်၍ ထည့်ပါ။
- ၃။ အရောင်ဆိုးဆေးကို အရည်ဖျော်ထည့်ပါ။ (ရေအနည်းငယ်သာ)

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်ငန်းများနှင့် ဆက်ပြတ်သည့်အမျိုးမျိုး ၆၉

- ၄။ အားလုံးရော၍ နယ်ပါ။
- ၅။ မုန့်ကြိတ်စက် (တလိမ့်တုံး)နှင့် အထူအပါးညီညီ ကြိတ်ပါ။
- ၆။ ကြိတ်ပြီးသောမုန့်ကို စားပွဲပေါ်တင်ပြီး လိုအပ်သော ပုံစံနှိပ်ကိရိယာဖြင့် နှိပ်ပါ။ (ပိုသော ဘေးသားကို တဖန်ကြိတ်စက်ထဲ ပြန်ထည့်ကြိတ်ပါ)
- ၇။ လိုအပ်သော ပုံအရွယ်အစားကို နှိပ်ပြီး ၎င်းမုန့်များကို သံဆန်ခါဗန်းပေါ်တင်၍ မုန့်ဖုတ်ဖိုထဲထည့်ဖုတ်ပါ။
- ၈။ အနံ့သင်းလာသောအခါ ဖိုမှထုတ်၍ ပလတ်စတစ် အိတ်ဖြင့်ထည့်၍ လိုအပ်သလို ရောင်းချနိုင် ပါသည်။



ထောပတ်မုန့်လုပ်နည်း

လိုအပ်သောကိရိယာများ

- ၁။ သံဗန်း
- ၂။ စုတ်သံအသေး
- ၃။ သံဆန်ခါ

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

- ၁။ ဂျုံ နို့ဆီဗူး (၆)ဗူး
- ၂။ ဘဲဥ ၁၀ လုံး
- ၃။ သကြား နို့ဆီဗူး (၃) ဗူး
- ၄။ ထောပတ် ၁၅ ကျပ်သား (ငစွန်ထောပတ်)
- ၅။ အမိုးနီးယား(Amonia) ဇွန်းသေး (၅) ဇွန်း

- ၆။ ရေအကြမ်းသောက်ပန်းကန်လုံး ၂ လုံး
- ၇။ ထောပတ်အမွှေးဆီ (Butter)
- ၈။ မုန့်ဖုတ်ပေါင်ဒါ (Bakeing Powder) ၂ ဇွန်

ဖုတ်နည်း

- ၁။ ဂျုံကို စားပွဲပေါ်သို့ပုံထားပါ။ (အတွင်းချိုင့်ထားပါ)
- ၂။ ဘဲဥ ၈ လုံး ဖောက်ထည့်ပါ။
- ၃။ သကြား လောင်းထည့်ပါ။
- ၄။ ထောပတ် ထည့်ပါ။
- ၅။ အမိုးနီးယားကို ရေဖျော်ပြီး ထည့်ပါ။
- ၆။ အားလုံးရောမွှေပါ။ (လက်ဖြင့် ဘဲဥ၊ သကြား၊ ထောပတ်ကို မွှေပြီး ဂျုံကို တဖြည်းဖြည်းထည့်၍ မွှေပါ။
- ၇။ မိမိလိုအပ်သော အရွယ်အစားကို လုံးပြီး ထောပတ် သုတ်ထားသည့် ပုလင်းသေးသေးတစ်လုံးဖြင့် အလယ်တည့်တည့် ဖိချပါ။
- ၈။ ပုံစံပြုလုပ်ပြီးသော မုန့်များကို သံဗန်းပေါ်တင်ပါ။ (သတိ မုန့်တစ်ခုနှင့်တစ်ခု သိပ်မကပ်စေနှင့်)
- ၉။ သံဗန်းပေါ် ရောက်ရှိသောမုန့်များကို ခေါက်ထားသောဘဲဥအရည်များဖြင့် သုတ်ပါ။ (စုတ်တံဖြင့် သုတ်ပါ)
- ၁၀။ အပေါ်မီးပြင်းပြင်း၊ အောက်မီး သိပ်မပြင်းစေဘဲ ဖုတ်ပါ။

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး ၇၀  
မုန့်ဖုတ်၍ ကျက်လျှင် လိုအပ်သလိုထည့်၍ ရောင်းနိုင်  
ပါသည်။



### ကိတ်မုန့်ဖုတ်နည်း

#### လိုအပ်သောကိရိယာများ

- ၁။ သံပုံး ၁ လုံး
- ၂။ သွပ်နန်းကြိုးခေါက်တံ
- ၃။ ပုံစံခွက်ရှည်
- ၄။ သံဗန်း

#### လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

- |                                      |            |
|--------------------------------------|------------|
| ၁။ ဂျုံ                              | ၄၀ ကျပ်သား |
| ၂။ ဘဲဥ                               | ၁၀ လုံး    |
| ၃။ သကြား                             | ၃၀ ကျပ်သား |
| ၄။ ထောပတ်                            | ၂ ဇွန်း    |
| ၅။ မုန့်ဖုတ်ဆော်ဒါ                   | ၁ ဇွန်း    |
| ၆။ နှစ်သက်ရာအမွှေးနံ့ထည့်ပါ။         |            |
| ၇။ မုန့်ဖုတ်ပေါင်ဒါ (Bakeing Powder) |            |

#### ဖုတ်နည်း

- ၁။ ဘဲဥနှင့်သကြား၊ ထောပတ်ရော၍ သံပုံးထဲသို့ ထည့်၍ သမအောင်ခေါက်ပါ။
- ၂။ ပွလာသောအခါ ဂျုံအနည်းငယ်စီ တဖြည်းဖြည်း ထည့်ပါ။
- ၃။ မုန့်ဖုတ်ဆိုဒါ တစ်ဇွန်းထည့်လိုက်ပါ။

၄။ ပုံစံခွက်ရှည်ကို စက္ကူဖြင့်ခံပြီး ထောပတ်သုတ် ထားပါ။

၅။ မုန့်ရည်များကို ပုံစံခွက်ထဲသို့ သုံးပုံတစ်ပုံ လောင်း ထည့်ပါ။

၆။ မုန့်ရည်ထည့်ထားသော ပုံစံခွက်ကို သံဗန်းပေါ်တင် ပြီး မုန့်ဖုတ်ဖိုထဲသို့ ထည့်ဖုတ်ပါ။

၇။ အပေါ်မီးအောက်မီး ပြင်းပြင်းဖုတ်ပါ။

၈။ အနံ့သင်းလာသောအခါ မုန့်အရောင်လည်း နီရဲလာ ပေမည်။ ထိုအခါ ဖိုပေါ်မှ ချလိုက်ပါ။

မုန့်အေးလျှင် သင်လိုအပ်သလို ပြုလုပ်၍ ရောင်းနိုင်သည်။ သို့မဟုတ် အနံ့အရသာပြည့်စုံသော ကိတ်မုန့်ကို အရသာရှိရှိ စားသောက်နိုင်ပါသည်။



### စပျစ်သီးခြောက် ပေါင်မုန့်ဖုတ်နည်း

#### လိုအပ်သောကိရိယာ

- ၁။ သံဗန်း
- ၂။ မုန့်နယ်ဇလုံ
- ၃။ သခွားခြစ်

#### လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

- |           |           |
|-----------|-----------|
| ၁။ ဂျုံ   | ၁၂ အောင်စ |
| ၂။ သကြား  | ၆ အောင်စ  |
| ၃။ ထောပတ် | ၆ အောင်စ  |

လက်တွေ့အိမ်တွင်အသုံးပြုလုပ်ရန်များနှင့် ချက်ပြုတ်ရန်အမျိုးမျိုး ၇၇

- ၄။ စပျစ်သီးခြောက် ၃ အောင်စ
- ၅။ သီးစုံခြောက် ၁  $\frac{၁}{၂}$  အောင်စ
- ၆။ အမိုးနီးယား ၁ ဇွန်း (လက်ဖက်ရည်ဇွန်း)
- ၇။ ကြက်ဥ ၁ လုံး
- ၈။ ဆီမွှေး  
Mixed Spice လက်ဖက်ရည်ဇွန်းတစ်ဝက်
- ၉။ မြေပဲမှုန့်  
(Ground Nutmeg)(သင့်တော်သလို ကြည့်ထည့်)
- ၁၀။ ဆား အနည်းငယ်
- ၁၁။ နွားနို့ သင့်တော်သလို

ပြုလုပ်နည်း

- ၁။ အထက်ဖော်ပြပါ ပစ္စည်းများ အသင့်ထားရှိပြီး ဂျုံ၊ ဆား၊ အမိုးနီးယားများရော၍ သမအောင် နယ်ပါ။
- ၂။ ထောပတ်၊ သကြား၊ စပျစ်ခြောက်၊ ခြစ်ပြီးသော သီးစုံခြောက်တို့ ရောလိုက်ပြီး သမအောင် ထပ်၍ နယ်ပါ။
- ၃။ ဆီမွှေးနှင့် မြေပဲမှုန့်ထည့်ပါ။
- ၄။ ကြက်ဥခေါက်၍ ထည့်ပါ။
- ၅။ နွားနို့ သင့်တော်သလို ကြည့်ထည့်ပါ။
- ၆။ အားလုံးနယ်ပြီးပါက လိုအပ်သော အရွယ်လုံးပါ။
- ၇။ လုံးထားပြီးသော မုန့်လုံးများကို သံဗန်းပေါ်တင်၍ မုန့်ဖုတ်ဖိုထဲ ထည့်ဖုတ်ပါ။



၈။ အနံ့သင်းပြီး နီလာသောအခါ ဖိုမှချနိုင်ပါသည်။  
ထိုအခါ သင်လိုအပ်သော စပျစ်သီးခြောက်ပေါင်မုန့်  
ကို ရရှိပေမည်။



### သီးယိုပေါင်မုန့်ဖုတ်နည်း

#### လိုအပ်သောကိရိယာ

- ၁။ ဓား
- ၂။ ဇွန်း
- ၃။ သံဗန်း

#### လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

- |                   |                          |
|-------------------|--------------------------|
| ၁။ ဂျုံ           | ၈ အောင်စ                 |
| ၂။ သကြား          | ၄ အောင်စ                 |
| ၃။ ထောပတ်         | ၃ အောင်စ                 |
| ၄။ အမိုးနီးယား    | ၂ ဇွန်း (လက်ဖက်ရည်ဇွန်း) |
| ၅။ ဆား            | အနည်းငယ်                 |
| ၆။ နွားနို့       | အနည်းငယ်                 |
| ၇။ သီးယို(သစ်သီး) | အနည်းငယ်                 |

(မည်သည့်သီးယိုဖြစ်စေ အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။)

#### ဖုတ်နည်း

- ၁။ ဂျုံ၊ ဆား၊ အမိုးနီးယား သံဆန်ခါဖြင့် စစ်ချပြီး  
ရောလိုက်ပါ။ ၎င်းနောက် ထောပတ်ထည့်ပါ။
- ၂။ သကြားထည့်နယ်ပါ။

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်ငန်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

၃။ နွားနို့ထည့်ပါ။

၄။ အားလုံးနယ်ပြီးပါက မိမိလိုအပ်သော အရွယ်အစားကို လုံးပါ။

၅။ အလယ်၌ သီးယိုထည့်ပါ။

၆။ သံဗန်းပေါ်တင်၍ မီးဖိုထဲထည့်ဖုတ်ပါ။

၇။ အနံ့သင်းလာသောအခါ မီးဖိုမှ ချလိုက်ပါ။

ဤအခါ သင်အလိုရှိသော သီယိုပေါင်မုန့်ကို အမွှေးရနံ့သင်းသင်းရပေမည်။ စားလိုက စားနိုင်ပြီး စီးပွားရေးအဖြစ်လည်းရောင်းချနိုင်ပါသည်။



### လျှာပေါင်မုန့်ဖုတ်နည်း

လိုအပ်သောကိရိယာ

၁။ ပုံစံခွက်ကလေး

၂။ သံဗန်းသို့မဟုတ် သွပ်ဗန်း

၃။ သံဆန်ခါ

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

၁။ ဂျုံမှုန့်

၁ ပိဿာ

၂။ သကြား (အမှုန့်ကြိတ်ထားပါ) ၆၀ ကျပ်သား

၃။ ဆီ ၄၀ ကျပ်သား

၄။ ဘဲဥ ၄ လုံး

၅။ အမိုးနီးယား

(Ammonia) ၂ ဇွန်း (လက်ဖက်ရည်ဇွန်း)

၆။ မုန့်ဖုတ်ဆိုဒါ ၁ ဇွန်း

၇၆

ဗျူကော်

- ၇။ ရေ (အကြမ်းပန်းကန်လုံး)  $\frac{2}{၂}$  လုံး
- ၈။ ငှက်ပျော့နံ့အမွှေးဆီ (Banana)
- ၉။ မုန့်ဖုတ်ပေါင်ဒါ (Baking Powder) ၂ ဇွန်း  
(လက်ဖက်ရည်ဇွန်း)

ဖုတ်နည်း

- ၁။ ဂျုံမှုန့်ကို သံဆန်ခါဖြင့် စစ်ချ၍ စားပွဲပေါ်ထားပါ။
- ၂။ သကြား၊ ဆီ၊ ဘဲဥထည့်ပါ။
- ၃။ အမိုးနီးယား အရည်ဖျော်ထည့်ပါ။
- ၄။ မုန့်ဖုတ်ဆိုဒါ ထည့်ပါ။ (မရှိလျှင် မထည့်ပါနှင့်)
- ၅။ အားလုံးရော၍ သမအောင်နယ်ပါ။
- ၆။ မိမိကြိုက်နှစ်သက်သော အရွယ်လုံး၍ ပုံစံခွက်ဖြင့် နှိပ်ယူပြီး သံဗန်းပေါ်စီ၍ မုန့်ဖုတ်ဖိုထဲသို့ ထည့်ဖုတ်ပါ။
- ၇။ အနံ့သင်းလာ၍ အရောင်ဝါလာသောအခါ ချလိုက်ပါ။
- ၈။ ပလတ်စတစ်အိတ်ဖြင့် ချိန်တွယ်ပြီး ထည့်ရောင်းနိုင်ပါသည်။



ဘဲသားမုန့်လုပ်နည်း

လိုအပ်သောကိရိယာ

- ၁။ သံဗန်း
- ၂။ ဒယ်အိုး

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း:

- |                     |                |
|---------------------|----------------|
| ၁။ ဘဲသား (ပေါင်သား) | ၂၅ ကျပ်သားခန့် |
| ၂။ ကြက်သွန်နီ       | ၂၅ ကျပ်သား     |
| ၃။ ဂျုံမှုန့်       | ၁ ပိဿာ         |
| ၄။ ဆီ               | ၂၅ ကျပ်သား     |
| ၅။ သကြား            | သင့်လျော်သလို  |
| ၆။ ဝဲင်ပြာရည်       | သင့်လျော်သလို  |
| ၇။ ငရုတ်ကောင်း      | အနည်းငယ်       |
| ၈။ ကြက်သွန်ဖြူ      | အနည်းငယ်       |
| ၉။ ဆား              | သင့်လျော်သလို  |

ပြုလုပ်နည်း:

- ၁။ ဘဲသားကို နုပ်နုပ်စဉ်းပါ။ ဆားနှင့်နယ်၍ ဆီဖြင့် နူးအောင်လုံးပါ။
- ၂။ ဂျုံမှုန့်ကို စီးနေအောင် နယ်ထားပါ။
- ၃။ ကြက်သွန်နီ နုပ်နုပ်စဉ်းပြီး နူးပြီးသော ဘဲသားနှင့် ရော၍ ဝဲင်ပြာရည်၊ ကြက်သွန်ဖြူ၊ သကြား၊ ငရုတ်ကောင်းများကို ထည့်၍ ဒယ်အိုးဖြင့် လုံးပါ။
- ၄။ ကြက်သွန်နီ နွမ်းလာသောအခါ မီးပေါ်မှချ၍ အအေးခံထားပါ။
- ၅။ နယ်ထားသော ဂျုံကို မိမိလိုအပ်သော အရွယ်အစား အလုံးလုံးပါ။
- ၆။ ဘဲသားအစာများကို လုံးထားသော ဂျုံထဲသို့ သွတ် ထည့်၍ အနားတွန့်ပေးပါ။ (အရွယ်တူ ဖြစ်ပါစေ)

၇။ မုန့်ကိုင်သောအခါ လက်မကပ်စေရန် ဂျုံမှုန့်ဖြင့် ပွတ်ပါ။

၈။ ဆီအိုးထဲသို့ ထည့်၍ကြော်ပါ။ နီလာလျှင် ဆယ် လိုက်ပါ။

ဤအခါ အသင် အလိုရှိသော ဘဲသားမုန့်ကို စားလိုက စားနိုင်သည်။ စီးပွားရေးအဖြစ် ရောင်းလိုက ရောင်းနိုင်ပါသည်။



### တရုတ်စားလှီးမုန့်ဖုတ်နည်း

လိုအပ်သောကိရိယာ

၁။ သံဗန်း

၂။ ပိတ်ပါး

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

၁။ ဂျုံ

၁ ပိဿာ

၂။ သကြား

၆၀ ကျပ်သား

၃။ ဆီ

၂၅ ကျပ်သား

၄။ ပဲစအု

နို့ဆီဗူး ၁ လုံး

၅။ ထန်းလျက်

၄၀ ကျပ်သား

၆။ အမိုးနီးယားလက်ဖက်ရည်ဇွန်

၂ ဇွန်

ပြုလုပ်နည်း

၁။ ပဲစအုကို နူးအောင်ပြုတ်ပါ။

၂။ နူးပြီးသော ပဲစအုကို ပိတ်ပါးပါးထဲထည့်၍ အနှစ်ကို ညှစ်ယူပါ။

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်ငန်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး ၇၉

၃။ ပဲအနှစ်များကို ထန်းလျက်နှင့် ဆီ ၁၀ကျပ်သား ထည့်ကျိုပါ။ ရေခန်းလာပါက မီးဖိုပေါ်မှ ချလိုက်ပါ။

၄။ သကြားကို ရေနှင့်အရည်ဖျော်ပါ။

၅။ ဖျော်ပြီးသား သကြားရေကို ဂျုံနှင့်နို့အောင်နယ်ပါ။

၆။ ဆီသုတ်ထားသော သံဗန်းထဲသို့ နယ်ပြီးသောဂျုံကို ပါးပါးတစ်ထပ်ထည့်ပါ။ အလယ်မှ ပဲယိုထည့်ပြီး အပေါ်ကို ဂျုံပါးပါးဖြင့် ပြန်အုပ်ထားပြီး မုန့်ဖုတ်ဖိုထဲ ထည့်ဖုတ်ပါ။

၇။ အနံ့မွှေးလာသောအခါ မီးဖိုမှချ၍ ကြိုက်နှစ်သက်သော အရွယ်ကို ဓားဖြင့်လှီး၍ ရောင်းချနိုင်ပါသည်။

သတိပြုရန်

မုန့်အပေါ်ယံလှအောင် လေးထောင့်ကွက်များ ဖော်ပေးနိုင်ပါသည်။



တရုတ်လမုန့်ဖုတ်နည်း

လိုအပ်သောကိရိယာ

- ၁။ သံဗန်း
- ၂။ သံဆန်ခါ
- ၃။ ပုံစံခွက်

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်းများ

- ၁။ ဂျုံ ၁ ပိဿာ
- ၂။ သကြား ၅၀ ကျပ်သား



လက်တွေ့အားဖြင့် စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်းများ

- ၁။ ဘဲဥ ၂၀ လုံး
- ၂။ ဂျုံ ၇၀ ကျပ်သား
- ၃။ သကြား ၇၀ ကျပ်သား
- ၄။ အရောင်ဆေး  
(Food Colour) အဝါရောင်အနည်းငယ်
- ၅။ ထောပတ် အနည်းငယ်

ပြုလုပ်နည်း

- ၁။ ဘဲဥ အလုံး ၂၀ ကို သံပုံးထဲသို့ ဖောက်၍ထည့်ပါ။
- ၂။ သကြား ၇၀ ကျပ်သား ရောပါ။
- ၃။ သွပ်နန်းကြီး ချည်ထားသောတုတ်ဖြင့် ခေါက်မွှေပါ။
- ၄။ သကြားပျော်၍ ဘဲဥများသုံးဆခန့် ပွတက်လာသည့် အထိ ခေါက်ပါ။
- ၅။ ပွလာသောအခါ ဂျုံကို ဆန်ခါချ၍ ရောလိုက်ပါ။  
သတိပြုရန်။ ။ဂျုံထည့်သောအခါ အနည်းငယ်စီ တဖြည်းဖြည်းထည့်၍ မွှေပါ။
- ၆။ ထောပတ်ဖြင့်သုတ်ထားသော ပုံစံခွက်ထဲသို့ လောင်းထည့်ပါ။
- ၇။ အပေါ်မီးအောက်မီးဖြင့် ပြင်းပြင်းဖြင့်ဖုတ်ပါ။
- ၈။ အနံ့သင်းလာ၍ မုန့်ကျက်လာသောအခါ မီးဖိုပေါ်မှ ချပြီး ပုံစံခွက်မှထုတ်ကာ လိုအပ်သလို ရောင်းချနိုင်ပါသည်။





နှမ်းကထိုင်မှန်ဖုတ်နည်း

လိုအပ်သောကိရိယာများ

၁။ သံဗန်း

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

၁။ ဂျုံ နို့ဆီဗူး ၁၀ ဗူး

၂။ သကြား နို့ဆီဗူး ၃ ဗူး

၃။ ထောပတ် (သို့မဟုတ်) ဝက်ဆီ၂၀ ကျပ်သား

၄။ ဘဲဥ ၆ လုံး

၅။ အမိုးနီးယား  
(Ammonia) လက်ဖက်ရည်ဇွန်း ၃ ဇွန်း

၆။ ရေ အကြမ်းသောက်ပန်းကန်လုံး ၁ လုံး

ဖုတ်နည်း

၁။ ဂျုံကို စားပွဲပေါ်ပုံပါ။ (အလယ်မှ ချိုင့်ထားပါ)

၂။ သကြား၊ ထောပတ်၊ ဘဲဥ ထည့်ပါ။

၃။ အမိုးနီးယား ရေဖျော်၍ ထည့်ပါ။

၄။ အားလုံးရောပြီး မွှေသောအခါ ဘဲဥ၊ သကြားများမှ စ၍ မွှေပေးပါ။ တဖြည်းဖြည်း နံဘေးရှိ ဂျုံများကို တဖြည်းဖြည်းချင်းထည့်၍ မွှေပါ။

၅။ လိုသော အရွယ်အစားကို ပြုလုပ်ပြီး သံဗန်းပေါ်စီ၍ မှန်ဖုတ်ဖိုထဲသို့ ထည့်ဖုတ်ပါ။

သတိ- သံဗန်းထဲ မှန်စီသောအခါ တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ခွာ၍စီပါ။

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအစုံစုံ ၈၃

ထို့နောက် ဖိုထဲမှ ထုတ်၍ သင်အလိုရှိသလို ပြုလုပ် ရောင်းချ နိုင်ပါသည်။



### ရေခဲမုန့်လုပ်နည်း (Ice Cream)

လိုအပ်သောကိရိယာများ

- ၁။ ရေခဲမုန့်ပုံး ၁ ပုံး (အဖုံးပါ သွပ်နှင့်ပြုလုပ်သည်)
- ၂။ ရေခဲမုန့်ပုံးထည့်ရန် (သစ်သားဖြင့် ပြုလုပ်ထားသော စည်)
- ၃။ ရေခဲမုန့်ပြုလုပ်ရန် ကုန်ကြမ်းအားလုံးကို ရေခဲမုန့်ပုံး ထဲသို့ထည့်ပြီး အဖုံးကို အလုံပိတ်ထားပါ။
- ၄။ ထိုရေခဲပုံးကို သစ်သားဖြင့် ပြုလုပ်ထားသော စည်ထဲ သို့ ထည့်၍ ဘေးပတ်ပတ်လည်မှာ ရေခဲများ ထည့်ပါ။
- ၅။ ရေခဲ(၃)လက်မခန့်ထည့်တိုင်း ဆား ၁ လက်မခန့် ထည့်ပါ။
- ၆။ ဤသို့ရေခဲတစ်ထပ် ဆားတစ်ထပ်ထည့်၍ ရေခဲမုန့် ပုံး၏အဖုံး (၂)လက်မခန့်အလိုတွင် ရပ်ပါ။ (အဖုံး အထိထည့်ပါက ရေခဲမုန့်ထဲသို့ ရေဝင်မည်ဖြစ်ပါ သည်။)
- ၇။ ရေခဲမုန့်ပုံးကို ဝဲယာလှည့်ပေးပါ။
- ၈။ မိနစ် ၃၀ ခန့် လှည့်ပြီးသောအခါ ပို၍ မြန်မြန်လှည့် ပေးရပါမည်။



လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအချို့ကို ၈၅

- ၃။ ခေါက်ပြီးသော ကြက်ဥအနှစ်နှင့် သကြားတို့ကို ကျိုပြီးသောနွားနို့နှင့်ရော၍ တစ်ဖန်ပြန်၍ ကျိုပါ။
- ၄။ အဆက်မပြတ်မွှေပေးပါ။ (ဆူအောင်မကျိုပါနှင့်)
- ၅။ ဇွန်း၌ ပေကပ်လာလျှင် မီးပေါ်မှချပါ။
- ၆။ ဒိန်ချဉ်နှင့် အမွှေးနံ့ထည့်ပြီး မွှေပါ။
- ၇။ အနည်းငယ်အေးလျှင် ရေခဲမုန့်ပုံးထဲသို့ ထည့်၍ အထက်ဖော်ပြပါအတိုင်း ပြုလုပ်လျှင် ပြင်သစ် ရေခဲမုန့် ဖြစ်လာပေမည်။

မှတ်ချက်။ ။မိမိပြုလုပ်လိုသလောက်ကို အထက်ပါ အရေအတွက်အတိုင်း အချိုးကျတိုး၍ ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။



### အပေရိကန်ကြိုက် ရေခဲမုန့်

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

- |             |                 |
|-------------|-----------------|
| ၁။ နွားနို့ | နို့ဆီပူး ၄ ပူး |
| ၂။ သကြား    | နို့ဆီပူး ၁ ပူး |
| ၃။ ကြက်ဥ    | ၃ လုံး          |
| ၄။ အမွှေးဆီ | ၁ ဇွန်း         |

ပြုလုပ်နည်း

- ၁။ ရှေးဦးစွာ နွားနို့ကို ကျက်အောင်ပေါင်းပါ။
- ၂။ ကြက်ဥနှင့်သကြားကို အိုးတစ်ခုထဲထည့်၍မွှေပါ။
- ၃။ ၎င်းထဲသို့ နွားနို့တဖြည်းဖြည်းထည့်၍မွှေပါ။
- ၄။ ထို့နောက် အိုးတစ်လုံးထဲထည့်၍ ကျိုပါ။ မဆူပါစေနှင့်။

၅။ ဇွဲနိုး၌ စေးကပ်လာလျှင် မီးပေါ်မှချပါ။

၆။ အေးလျှင် အမွှေးနံ့ထည့်ပြီး ရေခဲမုန့်ပုံးထဲသို့ ထည့်၍ ပြုလုပ်ပါ။

မှတ်ချက်။ ။ ရေခဲမုန့်ပြုလုပ်နည်းကို တစ်ဖက်တွင်ဖော်ပြပြီး ခဲ့ပါပြီ။ ၎င်းနည်းအတိုင်း ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။



### အိတလီကြိုက်ရေခဲမုန့်

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

- |                  |                   |
|------------------|-------------------|
| ၁။ ဒိန်ချဉ်      | ၄ ပူး (နို့ဆီပူး) |
| ၂။ သကြား         | ၁ ပူး (နို့ဆီပူး) |
| ၃။ ကြက်ဥအကာ      | ၆ လုံး            |
| ၄။ အိတလီမာဂျရင်း | ၂ ဇွဲနိုး         |
| ၅။ သစ်သီးအရက်    | ၂ ဇွဲနိုး         |

ပြုလုပ်နည်း

- ၁။ ရှေးဦးစွာ ကြက်ဥအကာကို ခေါက်ပါ။
- ၂။ ဒိန်ချဉ်နှင့် သကြားထည့်၍ မွှေပါ။
- ၃။ အားလုံးမွှေပြီးသောအခါ မီးပေါ်တင်၍ ကျိုပါ။
- ၄။ ဇွဲနိုး၌ စေးကပ်လာလျှင် မီးပေါ်မှ ချပါ။
- ၅။ အေးလျှင် အမွှေးနံ့နှင့် အရက်ထည့်ပြီး ရေခဲမုန့်ပုံးထဲသို့ ထည့်၍ ခဲအောင်ပြုလုပ်ပါ။
- ၆။ ထို့နောက် အိတလီမာဂျရင်းထည့်လိုက်ပါ။ (အိတလီမာဂျရင်း ပြုလုပ်နည်းကို အောက်တွင် ဖော်ပြထားပါသည်။)

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်ငန်းများနှင့် ချက်ပြုတ်ငှက်အမျိုးမျိုး ဝေ  
မှတ်ချက်။ ။ဤရေခဲမုန့်သည် အခြားရေခဲမုန့်ထက် အချိန်  
ကြာကြာခဲစေရပါမည်။



### အိတ်တလီမာဂျရင်း ပြုလုပ်နည်း

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

- ၁။ ကြက်ဥအကာ ၂ လုံး
- ၂။ သကြား ၁ ဇွန်း

ပြုလုပ်နည်း

ရှေးဦးစွာ ကြက်ဥနှစ်လုံး၏ အကာကိုယူ၍ ခေါက်  
ပါ။ ထို့နောက် သကြားကိုကျိပြီး ကြက်ဥအကာထဲသို့  
တဖြည်းဖြည်းထည့်၍ မွှေပေးပါ။ နောက်ဆုံး မီးနည်းနည်းဖြင့်  
ကြက်ဥအကာခဲလာအောင် ကျိုချက်ပါ။ ထိုနည်းဖြင့် အိတ်တလီ  
မာဂျရင်းကို ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။



### ကြက်ဥပူတင်း

လိုအပ်သောကိရိယာ

- ၁။ တရုတ်ပေါင်းချောင် (မုန့်ပေါင်းကိရိယာ)
- ၂။ အကြမ်းသောက် ပန်းကန်လုံး

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

- ၁။ နွားနို့ ၂၅ ကျပ်သား
- ၂။ ကြက်ဥ ၆ လုံး
- ၃။ သကြား

အချို့သောက်လက်ဖက်ရည်ပန်းကန်လုံး ၁လုံး

- ၄။ ဂျုံမှုန့် အကြမ်းသောက်ပန်းကန်လုံး ၁ လုံး

ဖုတ်နည်း

- ၁။ နွားနို့၊ ကြက်ဥ (ခေါက်လိုက်ပါ) သကြား၊ ဂျုံ၊ အားလုံးရော၍ သမအောင်မွှေပါ။
  - ၂။ မွှေပြီးသောအခါ အကြမ်းပန်ကန်လုံးများဖြင့် ထည့်၍ တရုတ်ပေါင်းချောင်ထဲသို့ ထည့်ပေါင်းပါ။ သို့မဟုတ် ဆနွင်းမကင်းအိုးဖြင့် အထက်မီး အောက် မီးဖြင့် ဖုတ်လည်းရပါသည်။
- ထို့အပြင် ကြက်ဥပူတင်းမှာ အောက်ပါနည်းအတိုင်း အချိန်အဆဖြင့် လုပ်နိုင်ပါသေးသည်။



ကြက်ဥပူတင်း (နောက်တစ်နည်း)

လိုအပ်သောကိရိယာ

- ၁။ တရုတ်ပေါင်းချောင်
- ၂။ အကြမ်းပန်ကန်လုံး

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

- ၁။ နွားနို့                      လက်ဖက်ရည်ပန်းကန် ၁ လုံး
- ၂။ ကြက်ဥ                      ၄ လုံး
- ၃။ ဆန်မှုန့်(ဂျုံ)              အချို့ပန်းကန်လုံး ၂ လုံး
- ၄။ သကြား                      လက်ဖက်ရည်ပန်းကန် ၁လုံး
- ၅။ သီဟိုဠေ သို့မဟုတ် မြေပဲဆန်များကို လှော်၍ ခပ်ရွရွ (အမှုန့်မကြေစေနှင့်) ထောင်းပါ။

လက်တွေ့အိမ်တွင်းစီးပွားဖြစ်လုပ်ငန်းများနှင့် ချက်ပြုတ်ငှက်အစားအစာများ ၈၉

ဖုတ်နည်း:

နွားနို့၊ ကြက်ဥ(နာနာခေါက်ပါ) ဆန်မှုန့် သို့မဟုတ် ဂျုံမှုန့်၊ သကြား၊ သီဟိုဠေ သို့မဟုတ် မြေပဲဆန် (မညက် တညက် ထောင်းထားသည်)များကို သမအောင်မွှေပြီး အကြမ်း ပန်ကန်လုံးထဲသို့ ထည့်ပြီး တရုတ်ပေါင်းချောင်ထဲသို့ ထည့် ပေါင်းပါ။

မှတ်ချက်

တရုတ်ပေါင်းချောင် မရှိပါက ဆနွင်းမကင်း အိုးတွင် ထည့်၍ အပေါ်မီးအောက်မီးဖြင့်လည်း ဖုတ်နိုင်ပါသည်။





# အိမ်တွင်းသုံးနှင့် စားသောက်ဖွယ်ကဏ္ဍ

## ပဲငံပြာရည်လုပ်နည်း

လိုအပ်သောကိရိယာများ

၁။ စဉ်အိုး (၁)လုံး (အဖုံးပါ)

၂။ ပိတ်ဖြူ (အပါး)

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

၁။ ပဲ (ပဲပိစပ်)

၁ ပိဿာ

၂။ ဆား

၁၀ ကျပ်သား

၃။ ရေ

၁ ပိဿာခန့်

ပြုလုပ်ပုံ

၁။ ပဲ ၁ ပိဿာကို ရေစိမ်ပါ။ ပွ၍ နူးလာသောအခါ ဖြန့်ထားပါ။

၂။ ၃-၄ ရက် ကြာလာသောအခါ ပဲများသည် မှိုတက်လာပါလိမ့်မည်။

၃။ ၎င်းပဲ စဉ်အိုးတစ်လုံးထဲသို့ သိပ်ထည့်ထားပါ။

၄။ ရေကို ဆားထည့်၍ ဆူလာအောင်ကျိုပါ။

၅။ ရေဆူဆူချင်း စဉ်အိုးထဲသို့ လောင်းချပါ။

လက်တွေ့အိမ်တွင်းစီးပွားပြင်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအစုံစုံ ၉၁

- ၆။ ယောက်မဖြင့် မွှေပေးပါ။
- ၇။ စဉ့်အိုးကို အဖုံးလုံအောင်ပိတ်ပြီး နေပူလှန်းထားပါ။
- ၈။ ၃ လကြာသောအခါ ပိတ်ပါးပါးဖြင့်စစ်၍ ပုလင်းထဲသို့ထည့်ပြီး ရောင်းချနိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် သုံးစွဲနိုင်သည်။



### ဘဲဥအင်စိမ်နည်း

လိုအပ်သောပစ္စည်းများ

- ၁။ ကောက်ရိုးပြာ
- ၂။ ဆား
- ၃။ အရက်
- ၄။ ဘဲဥ

ပြုလုပ်နည်း

- ၁။ ကောက်ရိုးပြာ ၇ ဆ၊ ရွှံ့ဝါ ၃ ဆ၊ ဆား ၂၀ ကျပ်သားနှင့် အရက်ရော၍ နယ်ထားပါ။
- ၂။ ဘဲဥတစ်လုံးကို အထက်ဖော်ပြပါ ရွှံ့ဖြင့်ဖုံးအုပ်မိအောင် လုံးပါ။
- ၃။ လုံးပြီးသော ဘဲဥများကို ထိပ်အကြီးဘက်ကို အပေါ်ထောင်၍ မြေအိုးထဲသို့စီ၍ ထည့်ထားပါ။  
(၁၅)ရက်ခန့် ကြာသောအခါ ယူ၍ ပြုတ်စားနိုင်ပါသည်။

မှတ်ချက်။ ။ ပြာရွှံ့များ လုံးသောအခါ ရေဖြင့်မလုံးပါနှင့်။



ဖိသန်(ခေါ်) ဘဲဥအင်တစ်မျိုးလုပ်နည်း

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်းများ

- ၁။ ဘဲဥ ၁၀၀ လုံး
- ၂။ လက်ဖက်ခြောက် အကြမ်းခြောက်၁၀ ကျပ်သား
- ၃။ ထုံး ၃ ပန်းကန်လုံး (အကြီး)
- ၄။ ထင်းပြာ ၇ ပန်းကန်လုံး (အကြီး)
- ၅။ ဆား ၅ ကျပ်သား

ပြုလုပ်နည်း

- ၁။ လက်ဖက်ခြောက်ကို ပျစ်အောင်ကျိုပြီး လက်ဖက်ခြောက်အဖတ်ကို ထုတ်လွှင့်ပစ်ပါ။
- ၂။ ထုံး၊ ထင်းပြာ၊ ဆားနှင့်ရော၍ အလုံး ၁၀၀ ခန့်လုံးပါ။
- ၃။ ဘဲဥအလုံး ၁၀၀ ကို ထိုပြာနှင့် အပေါ်ယံအုပ်၍ လုံးပြီး ထင်းပြာများ ခင်းထားသော မြေအိုးထဲသို့ စီထည့်ပါ။
- ၄။ ၎င်းအား မလှုပ်ပါနှင့် ရက် ၄၀ ခန့်ကြာလျှင် ထုတ်ယူ၍ သုံးဆောင်နိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် ရောင်းချနိုင်ပါသည်။

မှတ်ချက်။ ။ ထင်းပြာများအသုံးပြုသောအခါ ဆန်ခါဖြင့် ချပြီးမှ အသုံးပြုပါ။

၎င်း ဖိသန်(ခေါ်)ဘဲဥ အင်သည် ဟိုတယ်အရက် ဝိုင်း၌ စားသုံးကြပါသည်။



လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး ၉

### နို့ဆီချက်နည်း

နို့ဆီစည်သွတ်ဗူး စတင်တီထွင်သူသည် ၁၅၅၀ ခုနှစ်၊ ပြင်သစ် လူမျိုးရိုးနှိုက် ဖြစ်လေသည်။

နို့ဆီသည် အချိန်မရွေး၊ ရာသီမရွေး၊ နေရာမရွေး၊ လတ်ဆတ်သော နွားနို့ကဲ့သို့ အသုံးပြုနိုင်ခြင်းကြောင့် တစ်နေ့နှင့်တစ်နေ့လူသုံးများလာပြီး အရောင်းတွင်ကျယ်လေသည်။

ယခု ကမ္ဘာပေါ်၌ နို့ဆီထုတ်လုပ်သောနိုင်ငံများ များပြားလာပေသည်။ မြန်မာပြည်အဖို့ နို့ဆီ စည်သွတ်ဗူးများကို ထိရောက်အောင်မြင်စွာ မထုတ်လုပ်နိုင်သေးသည့်အတွက် နိုင်ငံခြားသို့ ထွက်ငွေတစ်ခုကို ပိတ်ပင်တားဆီးနိုင်စွမ်း မရှိနိုင်သေးချေ။

ဤကဏ္ဍတွင် ဖော်ပြထားသော နို့ဆီချက်နည်းမှာ အိမ်တွင်းအသေးစား လုပ်ငန်းတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ စိတ်ဝင်စားသူများအဖို့ စမ်းသပ်တီထွင်နိုင်ရန် ဖော်ပြထားပါသည်။

### ပြုလုပ်နည်း

(က) နွားနို့ (လတ်ဆတ်သော) ၁ ပိဿာ

(ခ) သကြားသန့်သန့် အဝက်သား (၁၂၂) ကျပ်သား မှတ်ချက်။ ။ အနည်းအများကိုလိုက်၍ အချိုးအစားအတိုင်း

တိုးမြှင့်ရပေမည်။

၁။ နို့ကို ဒယ်အိုးထဲသို့ ထည့်ပါ။

၂။ သကြားထည့်ပါ။

၃။ မီး ၇၀ ရာခိုင်နှုန်း ဒီဂရီခန့်။

၄။ အဆက်မပြတ် မွှေပေးပါ။

- ၅။ ရေတဖြည်းဖြည်း ခန်းခြောက်သွားပြီး မိမိလိုအပ်သော အပျစ်အကျဲအထိ ဖြစ်လာလျှင် မီးဖိုပေါ်မှချပါ။
- ၆။ အခြားအိုး သို့မဟုတ် ထည့်စရာတစ်ခုသို့ ပြောင်း ထည့်ပါ။
- ၇။ အေးလာသောအခါ စည်သွတ်ဗူးထဲထည့်ပါ။
- ၈။ နို့ထည့်ပြီးလျှင် စည်သွတ်ဗူး အလုံပိတ်ပါ။
- ၉။ အလုံပိတ်ထားသော နို့ဆီဗူးကို ထိပ်ပေါ်၌ အပေါက် ကလေးတစ်ပေါက်ဖောက်ပြီး။
- ၁၀။ စည်သွတ်ဗူးထဲမှ လေများကို ထုတ်ရန်နှင့် ပိုးသတ်ရန် ရေနွေးပူအိုးပေါ် တင်ပါ။
- ၁၁။ ထို့နောက် အပေါက်ကလေးကို ခဲဖြင့် ပြန်ပိတ်လိုက် ပါက အချိန်ကြာရှည်စွာ ထားနိုင်ပါသည်။



### မို့စည်သွတ်ဗူး

#### ပြုလုပ်နည်း

- ၁။ မို့များကို အမြစ်ဖြတ်ပြီး ဆားရေကျဲကျဲဖြင့် ၃ နာရီ ခန့် စိမ်ပါ။
- ၂။ ထို့နောက် ရေဖြင့် ပြုတ်လိုက်ပါ။
- ၃။ မို့ကို ဆယ်ယူပြီး စည်သွတ်ဗူးထဲသို့ထည့်၍ အိုးထဲမှ ပြုတ်ထားသည့်ရေကို ထည့်လိုက်ပါ။
- ၄။ စည်သွတ်ဗူးကို လေအလုံပိတ်၍ ရေဆူဆူထဲသို့ မိနစ် လေးငါးဆယ်ခန့် ပြုတ်ပါ။

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး ၈၅

၅။ ပြုတ်ပြီးလျှင် ဗူးထဲမှ လေထုတ်ရန် အဖုံး၌ အပေါက်  
သေးသေးတစ်ခုဖောက်ပါ။ ထို့နောက် အပေါက်ကို  
ခဲဖြင့် ပြန်ပိတ်ပြီး ၁ နာရီခန့် ပြန်ပြုတ်ပါ။

၆။ စည်သွတ်ဗူးကို အေးအောင် ရေအေးထဲသို့ထည့်ပြီး  
အဝတ်ဖြင့် ခြောက်သွေ့အောင်သုတ်ပေးပါ။ ထို့နောက်  
မိမိကြိုက်နှစ်သက်သည့် အမှတ်တံဆိပ်စက္ကူဖြင့်  
ကပ်၍ လိုအပ်သလို ရောင်းချနိုင်ပါသည်။



### မျှစ်စည်သွတ်ဗူး

ပြုလုပ်နည်း

၁။ မျှစ်ကို အခွံမခွာဘဲ ရေထဲ၌ သုံးရက်ခန့်စိမ်ပါ။

၂။ ထို့နောက် ဆန်ဆေးရေဖြင့် ပြုတ်ပါ။

၃။ မျှစ်များ ပျော့ပျောင်းလာသောအခါ အိုးပေါ်မှ  
ချ၍ အခွံခွာပစ်ပါ။

၄။ ခွာပြီးသည့်မျှစ်ကို ရေထဲထည့်၍ ပြန်စိမ်ပါ။

၅။ ထို့နောက် ဗူးထဲသို့ထည့်ပြီး ရေကို ၈ ပုံခန့်  
အပြည့်ထည့်၍ အဖုံးလုံအောင်ပိတ်ပြီး မိနစ် ၃၀  
ခန့် ပြန်ပြုတ်ပါ။

၆။ ထို့နောက် အိုးမှထုတ်ပြီး စည်သွတ်ဗူးထဲမှ လေထွက်  
သွားစေရန် အဖုံး၌ အပေါက်သေးသေး တစ်ပေါက်  
ဖောက်ပါ။ နောက် ခဲဖြင့် ပြန်ပိတ်ပါ။

၇။ အပေါက်ကို ခဲဖြင့် အလုံပိတ်ပြီးနောက် ရေဆူဆူထဲ  
သို့ ၁ နာရီခန့်ကြာ ထပ်၍ ပြုတ်ပေးပါ။ ပြီးလျှင်  
မျှစ်စည်သွတ်ဗူးအဖြစ် ရောက်ရှိလာပေမည်။

အမဲသားစည်သွတ်ဗူး

ပြုလုပ်နည်း

- ၁။ အမဲသားများကို အသားကောင်းကောင်း အတုံးညီညီ တုံးပြီး ရေဖြင့်သန့်စင်အောင် ဆေးပါ။
- ၂။ စည်သွတ်ဗူးထဲသို့ အနေတော် အကွက်ကျကျစီ၍ ထည့်ပါ။
- ၃။ ရေကို စည်သွတ်ဗူး၏ ၈ ပုံခန့်အထိ ထည့်ပါ။
- ၄။ ဆား၊ မဆလာများ အသင့်အတင့်ထည့်ပါ။
- ၅။ ဗူးအဖုံး အလုံပိတ်ပြီး ဆားရေဖြင့် ၁ နာရီခွဲခန့် ပြုတ်ပါ။
- ၆။ ပြုတ်ပြီးနောက် ဗူးကို ဆားရေထဲမှယူပြီး ဗူးအဖုံး ဘက်မှအပေါက်ကလေးတစ်ခု ဖောက်ပြီး (ဗူးထဲမှ လေထွက်ရန် ဖြစ်သည်) နောက် ခဲဖြင့် လျင်မြန်စွာ ပြန်ပိတ်ပါ။
- ၇။ နောက်ထပ် သုံးနာရီခန့်ပြုတ်ပြီး ရေအေးထဲသို့ ပြောင်းထည့်၍ စိမ်ပါ။
- ၈။ အေးသွားသောအခါ အဝတ်ဖြင့် ခြောက်သွေ့အောင် သုတ်ပြီး တံဆိပ်စက္ကူများ ကပ်၍ ရောင်းချနိုင်ပါ သည်။

မှတ်ချက်။ ။ အခြား ဝက်သား၊ ဆိတ်သား စသည်များကို လည်း ဤနည်းဖြင့် ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။



လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး ၉၇

(ထောပတ်တစ်မျိုး) မာကျရင်းလုပ်နည်း

လိုအပ်သောကိရိယာ

၁။ ဒန်အိုး (သို့မဟုတ်) ကြေးအိုး

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်းများ

- ၁။ ဟင်းရွက်ဆီ (Vegetable Oil)      ၁ ပိဿာ
  - ၂။ အမဲဆီ      ၂၀ ကျပ်သား
  - ၃။ နွားနို့      ၂၀ ကျပ်သား
  - ၄။ ဆား      ၃ ဇွန်း
- အမဲဆီရိုင်းကို ကျောက်ချဉ်မှုန့်ဖြင့် ဆီထုတ်နိုင်

ပါသည်။

ချက်နည်း

အထက်ပါပစ္စည်းများကို ကြေးအိုး (သို့မဟုတ်)

ဒန်အိုးတွင် ထည့်၍ ကျိုပါ။





## သစ်သီးယိုလုပ်ငန်းကဏ္ဍ

### Jam (ခေါ်) သစ်သီးယိုလုပ်နည်း

Jam(ခေါ်)သစ်သီးယိုပူများသည် တာရှည်ခံ၍ ခရီးသွားအတွက်လည်းကောင်း၊ သို့မဟုတ် တာရှည်ခံ စားလိုသူအတွက်လည်းကောင်း ကြိုက်နှစ်သက်သလို စားသောက် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

ယခင်က ဤသစ်သီးယိုပူများကို နိုင်ငံခြားသို့ တင်ပို့ရောင်းချခဲ့ပါသည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် နိုင်ငံခြားဝင်ငွေတစ်ခုခုရစေနိုင်သော လုပ်ငန်းတစ်ခုပင် ဖြစ်ပါသည်။

သစ်သီးယိုပြုလုပ်ရာတွင် အရည်ရွှမ်းသော သစ်သီးများကိုသာ အသုံးပြုရမည်ဖြစ်ပေသည်။

မြန်မာနိုင်ငံသည် သစ်သီး သီးနှံပေါများသည့် နိုင်ငံဖြစ်၍ ယင်း သစ်သီး သီးနှံတို့ကို မိမိလိုအပ်သော လုပ်ငန်းတွင် အသုံးချ လုပ်ကိုင်နိုင်ပေသည်။ ဤသစ်သီးယိုလုပ်ငန်းမှာ ဝင်ငွေလည်းရသည်၊ တစ်ဖက်မှလည်း ပိုလျှံသော သစ်သီးသီးနှံကို အလဟဿ မဖြစ်စေဘဲ မိမိအတွက်လည်း အကျိုး

လက်တွေ့အားဖြင့် စီးပွားဖြစ်လုပ်ငန်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး ၉

ရှိသည့်ပြင် တိုင်းပြည်အတွက်လည်း နိုင်ငံခြားထွက်ငွေ တစ်ပေါက်ကို တားဆီးနိုင်လေသည်။

အောက်၌ ဖော်ပြပါနည်းများကို အကျဉ်းမျှသာ ဖော်ပြ ထားပါသည်။ ၎င်းပါနည်းအတိုင်း မိမိလုပ်လိုသော သစ်သီး ယိုကို အချိုးအစားလိုက်၍ တိုးမြှင့်လုပ်ကိုင်နိုင်ပါသည်။ ဖော်ပြပါနည်းကို အခြေခံ၍ မဖော်ပြဘဲ ကျန်ရှိသည့် သစ်သီး များကိုလည်း မိမိ၏ဉာဏ်ဖြင့် ချဲ့ထွင်ကာ အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

### ပန်းသီးယို (Jam)

#### ပြုလုပ်နည်း

- ၁။ ပန်းသီးကို အခွံမခွာဘဲ အစေ့ထုတ်၍ ပါးပါးလှီးပါ။
- ၂။ ပါးပါးလှီးထားသော ပန်းသီးများကို အိုးတစ်ခုထဲ ထည့်၍ ရေကို ပန်းသီးမြုပ်ရုံလောက်ထည့်၍ မီးအနည်းငယ်ဖြင့် ပြုတ်ပါ။
- ၃။ အသားပျော့သွားသောအခါ အိုးထဲမှ ဆယ်ယူ၍ ပိတ်ပါးတစ်ခုဖြင့် အရည်ညှစ်ယူပါ။
- ၄။ အေးသွားသောအခါ ပိတ်ပါးဖြင့် စစ်ပါ။
- ၅။ ထို့နောက် ပန်းသီးအရည်တစ်ခွက်လျှင် သကြား ၁၀ ကျပ်သားထည့်၍ သကြားအရည်ပျော်အောင် ကျိုပါ။
- ၆။ ထို့နောက် မီးပြင်းပြင်းဖြင့် ဆူအောင်ကျိုပြီး ဗူး၀ ကျယ်ပြီး အဖုံးရှိသည့် ဖန်ပုလင်းထဲသို့ထည့်၍ အဖုံးကို လေလုံပိတ်ပြီး ရေအေးထဲထည့်စိမ်ပါ။

၇။ မိနစ် ၃၀ ခန့်ကြာလျှင် ကြည်လင်လတ်ဆတ်သော (Jam) ခေါ် ပန်းသီးယိုအဖြစ် တွေ့ရှိရမည်ဖြစ်ပါသည်။ စားလိုက စားနိုင်ပြီး စီးပွားဖြစ် ရောင်းလိုက ရောင်းနိုင်ပါသည်။



### သဘောသီးပိုထိုးနည်း

လိုအပ်သောကိရိယာများ

- |             |   |      |
|-------------|---|------|
| ၁။ အိုးကြီး | ၁ | လုံး |
| ၂။ ဆန်ခါ    | ၁ | ခု   |
| ၃။ သံပုံး   | ၁ | လုံး |
| ၄။ လင်ဗန်း  |   |      |

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

- ၁။ သဘောသီး
- ၂။ သကြား
- ၃။ ထုံးအနည်းငယ်

ပြုလုပ်နည်း

သဘောသီးကိုခြစ်၍ ထုံးအနည်းငယ်ကို ရေဖျော်ပါ။ ခြစ်ပြီးသောသဘောသီးများကို ထုံးရေထဲသို့ တစ်နာရီခန့်ကြာစိမ်ပါ။ နောက် ရေသန့်သန့်ဖြင့် ခဏကြာစိမ်ပြီး ဆန်ကာဖြင့် ရေစစ်ထားပါ။

သကြားကို သဘောသီးနှင့်ဆတူချိန်ပြီး သကြားကို ကျိုပါ။ သကြားအရည် ပျော်လာသောအခါ သဘောသီးများကို ထည့်၍ မွှေပါ။

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး ၁၀၁

သကြား ညောင်စေးကျလာသောအခါ မီးပေါ်မှချ၍ အအေးခံပါ။

ထို့နောက် မိမိကြိုက်နှစ်သက်သလို ပလတ်စတစ်အိတ် များဖြင့် ထုပ်၍ ရောင်းချနိုင်ပါသည်။



**ဆီးတော်ဖိလုပ်နည်း**

လိုအပ်သောကိရိယာများ

- ၁။ ကြေးအိုး သို့မဟုတ် ဒန်အိုး ၁လုံး
- ၂။ လင်ဗန်း

လိုအပ်သောပစ္စည်းများ

- ၁။ ဆီးမှုန့် ၁ ပြည်
- ၂။ သကြား ၇၀ ကျပ်သား
- သို့မဟုတ် ထန်းလျက် ၆၀ ကျပ်သား
- ၃။ ဆား အနည်းငယ်
- ၄။ ထောပတ် ၃ ဇွန်း (ကြွေဇွန်း)

**ပြုလုပ်နည်း**

သကြား သို့မဟုတ် ထန်းလျက်ကို ကြေးအိုး သို့မဟုတ် ဒန်အိုးဖြင့် မီးပေါ်တင်၍ ကျိုပါ။ ညောင်စေးကျလာသောအခါ ဆီးမှုန့်နှင့် ဆားထည့်လိုက်ပြီး မွှေပေးပါ။ ၅ မိနစ်ခန့် မွှေပြီးလျှင် ထောပတ် ထည့်၍ မွှေပါ။ ပျစ်၍လာသော အခါ(လင်ဗန်းကို ထောပတ်အနည်းငယ် သုတ်ထားပါ)

လင်ဗန်းပေါ်သို့ သွန်ထည့်၍ အနည်းငယ် အေးသွားသောအခါ (လက်ကိုင်နိုင်သော အနေအထားမှာ) လိုရာပုံစံကိုပြုလုပ်၍ ပလတ်စတစ်အိတ်များဖြင့် ထည့်၍ ရောင်းချနိုင်ပါသည်။



### ကျောက်ဖရုံယို ထိုးနည်း

#### လိုအပ်သောကိရိယာများ

- |                |        |
|----------------|--------|
| ၁။ သံပုံး      | ၁ လုံး |
| ၂။ ဒန်အိုး     | ၂ လုံး |
| ၃။ ဆန်ခါ       | ၁ ခု   |
| ၄။ လင်ဗန်းကြီး | ၁ ချပ် |

#### လိုအပ်သောပစ္စည်း

- |               |           |           |
|---------------|-----------|-----------|
| ၁။ ကျောက်ဖရုံ | ၁လုံး     | ၁ပိဿာခန့် |
| ၂။ ထုံး       | နို့ဆီဗူး | ၁ လုံး    |
| ၃။ သကြား      |           | ၁ ပိဿာ    |

#### ပြုလုပ်နည်း

ကျောက်ဖရုံသီးကို အမြောင်းလိုက်စိတ်ထားပါ။ ထုံး နို့ဆီဗူးတစ်လုံးကို သံပုံးထဲထည့်၍ အရည်ဖျော်ပါ။ စိတ်ပြီး ထားသော ကျောက်ဖရုံသီးများကို တစ်နေကုန်ခန့် ထုံးရည်ထဲ သို့ထည့်စိမ်ပါ။

နောက်တစ်နေ့ အိုးကြီးကြီးတစ်လုံးဖြင့် ရေဆူအောင် တည်ပါ။ ရေထဲမှ ကျောက်ဖရုံသီးများကို ထိုရေဆူထဲသို့

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး ၁၀၃

၁၁ မိနစ်ခန့် ပြုတ်ပါ။ ထို့နောက် ကျောက်ဖရုံသီးများကို ဆယ်ယူ၍ ဆန်ခါပေါ်သို့ ရေကုန်စင်သွားအောင် စစ်ထားပါ။

အိုးတစ်လုံးဖြင့် သကြားကို အရည်ပျော်အောင် မီးပေါ် တင်၍ တည်ထားပါ။ သကြားအရည်ပျော်သွားသောအခါ ဆန်ခါပေါ်မှ ကျောက်ဖရုံသီးများကို သကြားအိုးထဲ ထည့်လိုက်ပါ။ မီးပြင်းပြင်းထိုးပေးပါ။ ထိုအခါ ကျောက်ဖရုံသီးများမှ ထွက်လာသောရေများ ကုန်စင်သွားပါလိမ့်မည်။ (သတိပြုရန်။ ချိုးကပ်မသွားစေရန် သတိထားရမည်။) သကြားတဖြည်းဖြည်း ပျစ်၍လာပါလိမ့်မည်။ ထိုအခါ မီးအားလျော့လိုက်ပါ။ သကြားများ သကြားပွင့်ဖြစ်လာလျှင် လင်ဗန်းတစ်ခုပေါ်သို့ သွန်းလောင်းချ၍ အအေးခံထားပါ။ အေးလာသောအခါ လှပ၍ ချိုမြက်သော ကျောက်ဖရုံယိုများ ရရှိပါလိမ့်မည်။



**Jelly (ခေါ်) သစ်သီးကျောက်ကျောပြုလုပ်နည်း**

Jelly(ခေါ်) သစ်သီးကျောက်ကျောများသည် ရေခဲမုန့်ထဲ သို့ ထည့်၍ စားလေ့ရှိသည်။ သီးခြားစားသုံးလိုက စားသုံးနိုင်သည်။ ၎င်း၏ ပြုလုပ်နည်းမှာလည်း ခက်ခဲစွာ မရှိသည့် အတွက် အောက်ပါနည်းအချို့ကို ဖော်ပြထားပါသည်။ ၎င်းနည်းအတိုင်း တိုးချဲ့တီထွင် ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ ဥပမာ- ချယ်ရီ၊ လိမ္မော်၊ ရှောက်၊ သရက်၊ ပန်းသီးစသည်များ ရာသီအလိုက်သီးသော အသီးများဖြင့် ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

၁၀၄

မွှေးကျော်

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း:

- ၁။ ရေ ၄ ခွက်
- ၂။ လိမ္မော်သီး ၆ လုံးမှ အရည်
- ၃။ သကြားရည် ၂ ခွက်
- ၄။ အမွှေးနံ့ သင့်လျော်သလို အသုံးပြုနိုင်သည်။

ပြုလုပ်နည်း:

- ၁။ ရှေးဦးစွာ ရေနှင့် သကြားရည်ကို ရော၍ မွှေပါ။
- ၂။ ၎င်းကို ၁၀ မိနစ်ခန့် ကျိုချက်ပါ။
- ၃။ လိမ္မော်ရည်နှင့် မွှေးနံ့ထည့်ပါ။ (အမွှေးနံ့ အသုံးမပြုလိုက မထည့်ဘဲ နေနိုင်ပါသည်။)
- ၄။ ခွက်ထဲထည့်၍ ရေခဲနှင့်ဆားတွင် စိမ်လျှင် ခဲသွားမည် ဖြစ်သည်။



သကြားရည်ပြုလုပ်နည်း:

သကြား ၄ ဆ၊ ရေ ၁ ဆကို အိုးထဲသို့ထည့်၍ မီးပေါ်တွင် ကျိုပါ။ ၁၀ မိနစ်ခန့် ကျိုပြီးလျှင် မီးပေါ်မှချ၍ အနယ်ထိုင်ပါစေ။ ထို့နောက် ပုလင်းထဲထည့်၍ အလုံပိတ်ထားပါ။ လိုအပ်သော အချိန်ထုတ်၍ အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။



လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

### ချယ်ရီကျောက်ကျော ပြုလုပ်နည်း

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

- |               |                   |
|---------------|-------------------|
| ၁။ ရေ         | နို့ဆီခွက် ၄ ခွက် |
| ၂။ သကြားရည်   | နို့ဆီခွက် ၂ ခွက် |
| ၃။ ချယ်ရီအရည် | ၁၀ ဇွန်း          |
| ၄။ အမွှေးနံ့  | အနည်းငယ်          |

ပြုလုပ်နည်း

လိမ္မော်ကျောက်ကျော ပြုလုပ်နည်းအတိုင်း ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။



### ရှောက်သီးကျောက်ကျော

- |              |                     |
|--------------|---------------------|
| ၁။ ရေ        | နို့ဆီခွက် ၄ ခွက်   |
| ၂။ သကြားရည်  | နို့ဆီခွက် ၂ ခွက်   |
| ၃။ ရှောက်သီး | ၆ လုံး (အရည်ညှစ်ပါ) |
| ၄။ အမွှေးနံ့ | အနည်းငယ်            |

ပြုလုပ်နည်း

လိမ္မော်ကျောက်ကျောပါအတိုင်း ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။  
မှတ်ချက်။ ။သစ်သီးကျောက်ကျောခေါ် Jelly ပြုလုပ်ရန်နည်းမှာ အထက်ဖော်ပြပါ လိမ္မော်နှင့် ရှောက်သီးအချိုးအစားအတိုင်း သံပရာသီး၊ စပျစ်သီး စသည့် သစ်သီးများကို အရည်ညှစ်၍ ရသော အသီးအားလုံးကို သစ်သီးကျောက်ကျော ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။





# အဖျော်ယမကာကလ္ပ

အဖျော်ယမကာလုပ်နည်း

Syrup

အဖျော်ယမကာအရည်မှာ ပူအိုက်သော ရာသီဥတုတွင် လူတို့သည် မိမိကြိုက်နှစ်သက်သလို ဖျော်၍ သောက်ကြပေသည်။ အဖျော်ယမကာပြုလုပ်ရာ၌ သစ်သီးဝလံပေါများသည့် ကျွန်ုပ်တို့၏ တိုင်းပြည်တွင် အထူးကောင်းမွန်သင့်လျော်သည့် ပြင် အကုန်အကျလည်း သက်သာ၏။

အဖျော်ယမကာ ပြုလုပ်ဖော်စပ်နည်းမှာ လွယ်ကူလှပေသည်။ အဓိကလိုအပ်သည်မှာ မိမိပြုလုပ်လိုသည့် အဖျော်ရည်၏ သစ်သီးပေါများဖို့ လိုပေသည်။ သို့မဟုတ် ပိုလျှံသော သစ်သီးဝလံများကို အလဟဿမဖြစ်စေဘဲ တစ်မျိုး ဝင်ငွေရအောင် ဖန်တီးပြုလုပ်နိုင်သော နည်းတစ်ခုပင် ဖြစ်ပေသည်။

ဤအဖျော်ယမကာပြုလုပ်နည်းမှာ စရိတ်ကုန်သက်သာသည့်ပြင် မိမိ၏ အိမ်ထောင်စုအတွက်လည်း ဝင်ငွေတစ်ခုတိုးပွားဝင်လာပေသည်။

ဤသို့ လွယ်ကူ၍ အကုန်အကျသက်သာသော စီးပွားရေးဝင်ငွေနည်းကို ကျွန်တော်တို့ မြန်မာလူမျိုးများ မသိမမြင်အလေးမပြုသည့်အတွက် တိုင်းတစ်ပါးမှ လူမျိုးခြားတို့အတွက် ဝင်ငွေကောင်းနေသော စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတစ်ရပ်ပင် ဖြစ်ပေသည်။

မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ အောက်၌ ဖော်ပြမည့်နည်းများမှာ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းအဖြစ်သို့ဖြစ်စေ၊ သို့မဟုတ် အပျော်တမ်းအဖြစ်ဖြစ်စေ မိမိနှစ်သက်သလို ပြုလုပ်ကြံဆနိုင်ရန် ဖော်ပြလိုက်ရပါသည်။

အဖျော်ယမကာလုပ်နည်းမှာ သကြားရည်ကိုအခြေခံ၍ လိုအပ်သော အနံ့အသက်နှင့် အရောင်များဖြင့် ရောစပ်၍ ပြုလုပ်ခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။



### သကြားရည်ဖော်စပ်နည်း

၁။ ရေ ၄၀ ဆ

၂။ သကြား ၆၀ ဆ

သတိ။ ။ ရေမနည်းပါစေနှင့်၊ ရေနည်းလွန်းပါက ဆောင်းတွင် သကြားခဲတတ်ပါသည်။ ၎င်းပြင် ရေမှာလည်း များလွန်းပါက အရည်များကျဲကာ ကြာရှည်ခံနိုင်စွမ်း ရှိမည် မဟုတ်။ သကြားကိုအကောင်းဆုံးနှင့် အသန့်နိုင်ဆုံး လုပ်ရပါမည်။ အချို့မှာ သကြားကို ကြက်ဥအကာဖြင့် ပြုလုပ်တတ်ကြပါသည်။ ဤသို့ ပြုလုပ်ခြင်းသည် ကြက်ဥအနံ့သည် အဖျော်ယမကာထဲ၌ စွဲရစ်ခဲ့တတ်ပါသည်။

ပြုလုပ်နည်း

- ၁။ သကြားကို အိုးထဲထည့်ကာ ရေအနည်းငယ် ပျော်လာ သည့်တိုင်အောင် ကျိုပါ။
- ၂။ သကြားအရည်ပျော်လာသောအခါ ကျန်ရေများ ထည့်လိုက်ပါ။
- ၃။ မီးအရှိန်နည်းနည်းဖြင့် ကျိုပါ။ (မမွေပါနှင့်)
- ၄။ ထို့နောက် မီးရှိန် တဖြည်းဖြည်း မြှင့်ပေးကာ ကျိုပါ။
- ၅။ ဆူလျှင် မီးပေါ်မှချပြီး အခိုးအငွေ့အတွက် ကုန်စင် သွားသော ရေအတွက် ရေအနည်းငယ် ဖြည့်ထည့်ပါ။
- ၆။ အပေါ်ယံ၌ ရှိနေသော အမြှုပ်များ ဖယ်ရှားပစ်လိုက် ပါ။
- ၇။ အဝတ်ပါးပါးဖြင့်စစ်၍ အအေးခံထားပါ။
- ၈။ အအေးခံပြီးနောက် ပုလင်းထဲထည့်၍ လုံစွာ ပိတ် ထားပါ။

သတိပြုရန်

အသုံးပြုသောကိရိယာအိုးခွက်များ၊ ပိတ်ပါး စသည် များကို သန့်စင်ခြောက်သွေ့အောင် ပြုလုပ်ရပါမည်။ ရေကို ဦးစွာကျိုထားပြီး အအေးခံထားပါ။

ပုလင်းထဲ၌လည်း ရေမစိုပါစေနှင့်။



လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး ၁၀၉

**အဖျော်ယမကာဖော်စပ်နည်း**

၁။ ပြုလုပ်ထားသော သကြားရည်ထဲသို့ လိုအပ်သော သစ်သီးဆီများ ထည့်ပါ။ (မွေပေးပါ)

၂။ အရောင်ဆေးများ ထည့်ပါ။

၃။ ဆီမွေထည့်ပါ။

**သတိပြုရန်**

ဆီမွေကို မများလွန်း၊ မနည်းလွန်းထည့်ရပါမည်။ များလွန်းလျှင်လည်း သောက်ကောင်းမည် မဟုတ်ပေ။ နည်းလွန်းလျှင်လည်း အရသာရှိမည် မဟုတ်ပေ။ အရောင်အသွေး ထည့်ရာတွင် သောက်ချင်စဖွယ်ဖြစ်လေအောင် နဂိုမူလသစ်သီး၏ ပင်ကိုရောင်ကို ထည့်ရပါသည်။

ဥပမာ-ငှက်ပျောဖျော်ရည်ကို အဝါရောင်၊ သစ်ခွရည်ကို အစိမ်းရောင် စသည့် သစ်သီးအရောင်အလိုက် ဖော်စပ်ရပါမည်။

အဖျော်ယမကာရည် ဖော်စပ်နည်းများကို အောက်တွင် နမူနာအဖြစ် အနည်းငယ် ဖော်ပြထားပါသည်။ လုပ်ကိုင်လိုသူသည် ထိုနမူနာကိုကြည့်၍ တီထွင်တိုးဆ၍ ပြုလုပ်သွားနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း တင်ပြအပ်ပါသည်။



**ရှောက်ဖျော်ရည် (Lemon Syrup)**

- ၁။ သကြား: ၁ ပိဿာ
- ၂။ လိမ္မော်ဆီ (Lemon Oil) ၁၀ စက်
- ၃။ လိမ္မော်ဆီမွေ (Lemon Acid) ၁ ကျပ်သား

လိမ္မော်ဆီမွှေးကို သကြားရည်ထဲသို့ အစက်ချပြီး  
လိမ္မော်ဆီထည့်၍ သမအောင်မွှေလှုပ်ပေးပါ။



### ချင်းရည် (Ginger Syrup)

- |                   |          |
|-------------------|----------|
| ၁။ သကြားရည်       | ၂ ပေါင်  |
| ၂။ ချင်း (Ginger) | ၁ အောင်စ |

ချင်းစိမ်းကို အရည်ညှစ်၍ သကြားရည်နှင့် ရောထည့်ပါ။  
သစ်ခွရည်၊ ဆီးဖျော်ရည် စသည်များကို ဤနည်းဖြင့်  
ချိန်ဆ၍ ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

အဖျော်ယမကာ ပြုလုပ်ရာ၌ လိုအပ်သော သစ်သီးဆီများ  
မည်ကဲ့သို့ ထုတ်လုပ်နိုင်သည်ကို အောက်၌ ဖော်ပြထားပါ  
သည်။



### သဘာဝသစ်သီးဆီ ထုတ်ယူနည်း

#### (၁) ငှက်ပျောဆီ (Banana Oil)

- |                      |     |
|----------------------|-----|
| ၁။ ငှက်ပျောသီး       | ၁ ဆ |
| ၂။ အရက်ပြန် (Spirit) | ၁ ဆ |
| ၃။ ရေ                | ၁ ဆ |

ငှက်ပျောသီးကို အခွံခွာ၍ (ပျော်လွန်းသော အသားများ  
ဖယ်ပစ်ပါ) အရက်ပြန်ထဲသို့ ၁၄ ရက်ခန့်စိမ်ပြီး စစ်ယူပါ။



လက်တွေ့အသုံးပြုရန်အတွက် နောက်ပြန်လုပ်ငန်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

**နာနတ်သီးဆီ (Pineapple Oil)**

- ၁။ နာနတ်သီး ၃ ဆ
- ၂။ အရက်ပြန် ၁ ဆ
- ၃။ ရေ ၃ ဆ

ပြုလုပ်နည်း

နာနတ်သီးကို စင်းစင်းခုတ်၍ အရက်ပြန်ထဲသို့ နာရီပေါင်း ၄၈ နာရီခန့်စိမ်ပြီး စစ်ယူနိုင်ပါသည်။



**ဆီးဖျော်ဆီ (Plum Oil)**

- ၁။ ဆီး ၁၀ ဆ
- ၂။ အရက်ပြန် ၃ ဆ

ပြုလုပ်နည်း

ဆီးများကို ညက်အောင်ထောင်းပြီး အရက်ပြန်ထဲသို့ ၂၄ နာရီခန့်စိမ်ပြီး စစ်ယူနိုင်ပါသည်။



**လိမ္မော်ခွံဆီ (Orange Peei Oil)**

- ၁။ လိမ္မော်ခွံ ၁ ဆ
- ၂။ အရက်ပြန် ၅ ဆ

ပြုလုပ်နည်း

လိမ္မော်ခွံသန့်သန့်ကို အရက်ပြန်ထဲသို့ ၈ ရက်မှ ၁၀ ရက်အထိ စိမ်ပြီး စစ်ယူနိုင်ပါသည်။



၁၂

ဇွဲကျော်

**ပူသိန်ဆီ (Mint Oil)**

- ၁။ ပူသိန်ဆီ ၁ ဆ
- ၂။ အရက်ပြန် ၉ ဆ

**ပြုလုပ်နည်း**

ပူသိန်ဆီနှင့် အရက်ပြန် ရောလိုက်လျှင် ဖြစ်ပါသည်။



**ဓာတုဗေဒနည်းဖြင့် သစ်သီးဆီမွှေးဖော်စပ်နည်း**

သဘာဝသစ်သီးများသည် ရာသီအလိုက်သော်လည်းကောင်း၊ ဒေသရေမြေအလိုက်သော်လည်းကောင်း ရှိတတ်ကြပေသည်။ ထို့ကြောင့် သစ်သီးဆီ၊ သစ်သီးဖျော်ရည်များ ပြုလုပ်ရာ၌ ဒေသအလိုက် ရာသီအလိုက် ပြုလုပ်ကြရပေသည်။ လုပ်ငန်းရှင်အချို့သည် အထက်ဖော်ပြပါ အခက်အခဲကို ကျော်လွှားနိုင်ရန်အလို့ငှာ သစ်သီးဝလံဆီများကို ဓာတုဗေဒနည်းဖြင့် ဖော်စပ်တီထွင်လိုက်ရာ သဘာဝသစ်သီးဆီထက် အနည်းငယ်ညံ့သော်လည်း ရာသီမရွေး၊ ရေမြေမရွေးဘဲ ပြုလုပ်ဖော်စပ်နိုင်ပေသည်။ ထို့ကြောင့် တစ်နေ့တခြား လူအသုံးများလာပေသည်။ ဓာတုဗေဒနည်းဖြင့် ဖော်စပ်သော သစ်သီးဝလံ၏ အမျိုးအစားနှင့် အချိုးအကျကို အောက်၌ ဖော်ပြထားပါသည်။



**ငှက်ပျောဆီ (Banana Oil)**

- ၁။ Chloroform ၁ ဆ
- ၂။ Aldehyde ၁ ဆ

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး ၁၁၃

- ၃။ Methyl Acetate ၅ ဆ
- ၄။ Amyl Acetate ၁၀ ဆ
- ၅။ Glycerin ၃ ဆ
- ၆။ အရက်ပြန် (Spirit) ၁၀ ဆ

**ပြုလုပ်ဖော်စပ်နည်း:**

၁။ ရှေးဦးစွာအရက်ပြန် (Spirit) အဆတစ်ဝက်ကို ကိုလိုဖော်င် (Chloroform) ထဲသို့ အရည်ပျော်စေပြီး။

၂။ အထက်ဖော်ပြပါ ပစ္စည်းများကို တစ်ခုစီ အရည်ပျော်အောင် ထည့်လိုက်ပါ။

၃။ နောက်ဆုံး ကျန်ရှိသော အရက်ပြန်များ ရောလိုက်လျှင် ငှက်ပျောဆီ ဖြစ်လာပါလိမ့်မည်။

ဓာတုဗေဒနည်းဖြင့် သစ်သီးဝလံ ဆီမွှေးများ ပြုလုပ်သည့် အမျိုးအမည် များပြားလှ၏။ ပြုလုပ်နည်းမှာ ဆင်တူရိုးမှားများသာဖြစ်ကြရာ နမူနာအဖြစ် အောက်၌ အချိုးကျ ဖော်စပ်ပုံများကို တင်ပြထားပါသည်။



**သစ်တော်သီးဆီ (Peach Oil)**

**ပါဝင်သောပစ္စည်းများ:**

- ၁။ Glycerin ၅ ဆ
- ၂။ Aldehyde ၂ ဆ
- ၃။ Ethyl Acetate ၅ ဆ
- ၄။ Ethyl Formate ၅ ဆ



၁၁၄

ဇယားကျော်

၅။ Ethyl buty rate	၅ ဆ
၆။ Ethyl Valerianate	၅ ဆ
၇။ Ethyl Oenathate	၅ ဆ
၈။ Methyl Salicylate	၂ ဆ
၉။ Sebacie acid	၁ ဆ



**ဆီးဆီ (Plum Oil)**

၁။ Glycerin	၈ ဆ
၂။ Aldehyde	၅ ဆ
၃။ Ethyl Acetate	၅ ဆ
၄။ Ethyl Formate	၁ ဆ
၅။ Ethyl Butyrate	၂ ဆ
၆။ Ethyl Oenanthane	၄ ဆ



**ချယ်ရီဆီ (Cherry Oil)**

၁။ Glycerin	၃ ဆ
၂။ Ethyl Acetate	၅ ဆ
၃။ Ethyl Benzoate	၅ ဆ
၄။ Ethyl Oenanthane	၁ ဆ
၅။ Succinic Acid	၁ ဆ



လက်တွေ့အားဖြင့် စီးပွားဖြစ်လုပ်သားများနှင့် ချက်ပြုတ်သားအစုံအစုံ ၁၁၅

**ရှောက်သီးဆီ (Lemon Oil)**

၁။ Glycerin	၅ ဆ
၂။ Chlorform	၁ ဆ
၃။ Nitrous Ether	၁ ဆ
၄။ Aldehyde	၂ ဆ
၅။ Ethyl Acetate	၁၀ ဆ
၆။ Amyl Butyrate	၁၀ ဆ
၇။ Essence of orange	၁၀ ဆ
၈။ Oxalic Acid	၁ ဆ



**စတော်ဘယ်ရီဆီ (Strawberry Oil)**

၁။ Glycerin	၂ ဆ
၂။ Nitrous Ether	၁ ဆ
၃။ Ethyl Acetate	၅ ဆ
၄။ Ethyl Formate	၁ ဆ
၅။ Ethyl Butyrate	၅ ဆ
၆။ Methyl Salicylate	၁ ဆ
၇။ Amyl Acetate	၃ ဆ
၈။ Amyl Butyrate	၂ ဆ



**လိမ္မော်ဆီ (Orange Oil)**

၁။ Glycerin	၁၀ ဆ
၂။ Chlorform	၂ ဆ
၃။ Aldehyde	၂ ဆ

၁၁၆

ဗျူကော်

၄။ Ethyl Acetate	၅ ဆ
၅။ Ethyl Formate	၁ ဆ
၆။ Ethyl Butyrate	၁ ဆ
၇။ Ethyl Benzoate	၁ ဆ
၈။ Methyl Salicylate	၁ ဆ
၉။ Amyl Acetate	၁၀ ဆ
၁၀။ Essence of Orange	၁၀ ဆ
၁၁။ Tartaric acid	၁ ဆ



**ဖရဲသီးဆီ (Melen Oil)**

၁။ Glycerin	၃ ဆ
၂။ Aldehyde	၂ ဆ
၃။ Ethyl Formate	၁ ဆ
၄။ Ethyl Butyrate	၄ ဆ
၅။ Ethyl Valerianate	၅ ဆ
၆။ Sebacic Acid	၁၀ ဆ



**နာနတ်သီးဆီ (Pineapple Oil)**

၁။ Glycerin	၃ ဆ
၂။ Chlorform	၁ ဆ
၃။ Aldehyde	၁ ဆ
၄။ Ethyl Butyrate	၅ ဆ
၅။ Amyl Acetate	၁၀ ဆ



လက်တွေ့အသုံးပြုနိုင်သည့် အမျိုးမျိုး

၁၃၇

**ပန်းသီးဆီ (Apple oil)**

၁။ Glycerin	၄ ဆ
၂။ Chlorform	၁ ဆ
၃။ Nitrous Ether	၁ ဆ
၄။ Aldehyde	၂ ဆ
၅။ Ethyl acetate	၁ ဆ
၆။ Amyl Valerianate	၁၀ ဆ
၇။ Tartaric acid	၁ ဆ



**ပျော့သီးဆီ (Grape Oil)**

၁။ Glycerin	၁၀ ဆ
၂။ Chlorform	၂ ဆ
၃။ Aldehyde	၂ ဆ
၄။ Ethyl formate	၂ ဆ
၅။ Ethyl Oenanthatate	၁၀ ဆ
၆။ Methyl Salicylate	၁ ဆ
၇။ Tartaric acid	၅ ဆ
၈။ Succinic acid	၃ ဆ



**ဆီးဖြူသီးဆီ (Goose berry)**

၁။ Aldehyde	၁ ဆ
၂။ Ethyl acetate	၅ ဆ
၃။ Ethyl Benzoate	၁ ဆ
၄။ Ethyl Oenanthatate	၁ ဆ
၅။ Essence of Orange	၅ ဆ
၆။ Oxalie acid	၁ ဆ
၇။ Succinic acid	၁ ဆ



### အထွေထွေကဏ္ဍ

ကြွေပန်းကန်၊ ကြွေထည်များပေါ်၌  
ဓာတ်ပုံကူးနည်း

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

- ၁။ ကျွဲကော်
- ၂။ အရည် (Silver Nitrate)
- ၃။ ဝှမ်း
- ၄။ လက်ချားအရည် (Borax)
- ၅။ Auric Chloride

ပြုလုပ်နည်း

- ၁။ ပုံကူးမည့် ကြွေထည်ကို သွားပွတ်တံဖြင့် အမှိုက်၊  
ချေးများသန့်စင်သွားအောင် ပွတ်တိုက်ပေးပါ။
- ၂။ ပုံကူးမည့်နေရာကို ကျွဲကော်ပါးပါး တစ်ထပ်သုတ်ပါ။
- ၃။ ကျွဲကော် ခြောက်သွေ့သွားသောအခါ (Silver  
Nitrate) အရည်ကို တစ်ထပ်သုတ်လိမ်းပါ။  
(ညီညီညာညာသုတ်ပါ)

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး ၁၁၉

၄။ ဓာတ်ပုံ (နဂ္ဂတစ်)ကို ကပ်၍ ဝှမ်းဖြင့်အုပ်ပြီး တင်းတင်းချည်ထားပါ။

၅။ နေပူထဲ၌ ၁ မိနစ်ခန့် လှန်းထားပါ။

၆။ ထို့နောက် ဝါဝှမ်းကိုဖြေ၍ နဂ္ဂတစ်ကို ယူလိုက်ပါ။

၇။ ပုံကူးထားသောနေရာကို သွားပွတ်တံဖြင့် ရေသန့် သန့်များများ ဆေးကြောပါ။

၈။ လက်ချားအရည်နှင့် Auric Chloride အရည်ဖြင့် ဆေးပါက အညိုရောင် သန်းလာပါလိမ့်မည်။ တဖြည်းဖြည်း ခရမ်းရောင်သို့ ပြောင်းလဲလာသော အခါ ရေဖြင့်ဆေးပေးပါ။ တဖြည်းဖြည်း ခြောက် သွေ့သွားလျှင် လှပ၍ ထင်ထင်ရှားရှားပုံများ ကြွ ထည်ပေါ်၌ တင်ရစ်နေပါလိမ့်မည်။



### လက်ကိုင်ပဝါပေါ်၌ ဓာတ်ပုံကူးနည်း

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

၁။ လက်ကိုင်ပဝါ (အမွှေးပွသော လက်ကိုင်ပဝါ အသုံး မပြုပါနှင့်)

၂။ အရည် (Silver Nitrate)

၃။ ဓာတ်ပုံရိုက်ပြီးသော နဂ္ဂတစ်ဖလင်(မိမိအလိုရှိသောပုံ)

ပြုလုပ်နည်း

မှတ်ချက်။ မျက်နှာသုတ်ပဝါမှလွဲ၍ မည်သည့် လက်ကိုင်ပဝါ မျိုးမဆို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

- ၁။ လက်ကိုင်ပဝါကို ဆပ်ပြာဖြင့် ဆီချေးများ စင်ကြယ်သွားအောင် စိမ်၍ လျှော်ပါ။
- ၂။ ခြောက်သွေ့သွားသောအခါ စုတ်တံဖြင့် Silver Nitrate အရည်ကို မိမိ ဓာတ်ပုံကူးလိုသောနေရာ၌ သုတ်လိမ်းပါ။ (ညီညီညာညာ သုတ်ပါ)
- ၃။ (Silver Nitrate) အရည်သုတ်ပြီးသော လက်ကိုင်ပဝါကို မှောင်ရိပ်ထဲ၌ အခြောက်ထားပါ။
- ၄။ ပုံကူးသောအခါ စက္ကူ(အနက်ရောင်) တစ်ချပ်ယူ၍ မိမိကူးမည့် ပုံအရွယ်အစားအလိုက် လေးထောင့်ပုံ ဖြစ်စေ၊ အဝိုင်းပုံဖြစ်စေ ညှပ်၍ လက်ကိုင်ပဝါနှင့် နဂ္ဂတစ်ကြားထားပြီး ၎င်းကို ဘောင်ထဲသို့ညှပ်ပြီး နေပူလှန်းပါ။
- ၅။ တစ်မိနစ်ခန့် နေပူလှန်းပြီးသောအခါ ဘောင်ထဲမှ ထုတ်၍ လက်ကိုင်ပဝါကို ရေသန့်သန့်နှင့် ဆေးပါ။ (ဘရပ်နှင့် ဆေးပါ)

မှတ်ချက်။ ။ အမှတ် ၂ ၌ ဖော်ပြထားသော Silver Nitrate အရည်သည် Silver Nitrate ၁ ဆနှင့် ရေ ၉ ဆ ရောထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။



**လောပန်း (ခေါ်) အမွှေးတိုင်အမှုန့်**  
**Sweet Wood Powder**

Sweet Wood Powder (လောပန်း)သည် အရှေ့တိုင်းနိုင်ငံများ နှစ်ပေါင်းများစွာက အသုံးပြုခဲ့လေသည်။

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး ၁၂၁

၎င်းတို့သည် အမွှေးနံ့ရှိသော သစ်သားသစ်ရွက်များကို အမှုန့်ထောင်း၍ မီးရှို့လျှင် အနံ့အသက်ကောင်းပြီး ဆေးဂန္ဓမာရွက်များထည့်ပါက ပိုးသတ်အမွှေးဆေးမှုန့်များ ဖြစ်လာပေမည်။ ၎င်း၏ ပြုလုပ်ပုံမှာ လွယ်ကူပါသည်။ ပြုလုပ်လိုသူများအတွက် အနောက်တိုင်းနှင့် အရှေ့တိုင်း ပြုလုပ်နည်းများကို အနည်းငယ် ဖော်ပြထားပါသည်။



### ပြင်သစ်အမွှေးတိုင်အမှုန့်

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း:

- ၁။ နှင်းဆီပန်းခြောက်အမှုန့် ၂၀ ဆ
- ၂။ သနပ်ခါးအမှုန့် ၁၅ ဆ
- ၃။ Iris Root အိုက်လစ်အမြစ်မှုန့် ၃၅ ဆ

ပြုလုပ်နည်း:

အထက်ဖော် ပြပါပစ္စည်းများကို အမှုန့်ဖြစ်အောင် ရောမွှေ၍ ကြိတ်ပါလေ။

### နောက်တစ်နည်း:

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း:

- ၁။ ဇာတီပျိုလ်ပန်း ၂၃ ဆ
- ၂။ Iris Root Powder } ၃၅ ဆ
- အိုင်းရင်းအမြစ်မှုန့် }
- ၃။ အမွှေးရွက် ၂၀ ဆ
- ၄။ နှင်းဆီပန်းအရွက် ၃၅ ဆ



ပြုလုပ်နည်း:

အထက်ဖော်ပြပါ ပစ္စည်းများအားလုံး အမှုန့်ကြိတ်ပြီး ဆန်ခါနှင့်ချလျှင် ရသည့်အမှုန့်ကို လိုအပ်သောအခါ မီးဖြင့် ရှိပေးလျှင် ရနံ့သင်း၍ အမူးအမော် ကောင်းပါသည်။



အိန္ဒိယအကြိုက် အမွှေးမှုန့်

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း:

- |                                 |   |       |
|---------------------------------|---|-------|
| ၁။ အိုင်းရစ် (Iris Root Powder) | } | ၃၀၀ ဆ |
| အမြစ်မှုန့်                     |   |       |
| ၂။ သနပ်ခါးမှုန့်                |   | ၂၀ ဆ  |
| ၃။ လေးညှင်းပွင့်အမှုန့် (Clove) |   | ၂ ဆ   |
| ၄။ သစ်ကြံပိုးအမှုန့် (Cassia)   |   | ၁၀၀ ဆ |
| ၅။ ကတိုးမှုန့် (Musk)           |   | ၃ ဆ   |

ပြုလုပ်နည်း:

အထက်ဖော်ပြပါ အမှုန့်များကို ရောလိုက်လျှင် ပြီးပါသည်။



ကတိုးအမွှေးမှုန့်

လိုအပ်သောပစ္စည်း:

- |                                     |       |
|-------------------------------------|-------|
| ၁။ ကတိုးအမှုန့် (Musk)              | ၁၀ ဆ  |
| ၂။ ကြောင်ကတိုး (Civet) အမှုန့်      | ၁၀ ဆ  |
| ၃။ အိုက်ရစ်အမြစ် (Iris Root) မှုန့် | ၂၀၀ ဆ |
| ၄။ ဗာနီလာအမှုန့် (Vanilla Powder)   | ၁၅ ဆ  |

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး

ပြုလုပ်နည်း

အားလုံးရောလိုက်လျှင် ဖြစ်ပါသည်။



ဖက်ထုပ်ဝက်သားပေါင်းနည်း

လိုအပ်သောပစ္စည်းများ

- |                               |               |
|-------------------------------|---------------|
| ၁။ ဝက်သား                     | ၅၀ ကျပ်သား    |
| ၂။ ငံပြာရည်(ပဲငံပြာရည် အကြည်) | ၅ ကျပ်သား     |
| ၃။ အရက်                       | ၆ ဇွန်        |
| ၄။ ဆန်မှုန့်                  | အနည်းငယ်      |
| ၅။ ဖက်ရွက် (ရဲယိုရွက်)        | သင့်လျော်သလို |

ပေါင်းနည်း

- ၁။ အဆီများများရှိသော ဝက်သားကို အနေတော်ပါးပါး တုံး၍ ၂ လက်မခန့်အရှည် ရေစင်စင်ဆေးပြီးရေစစ်ထားပါ။
- ၂။ ပဲငံပြာရည်နှင့်အရက်ကို ပန်းကန်ကြီးထဲ ထည့်၍ ထားပါ။
- ၃။ တုံးပြီးသော ဝက်သားများကို ထိုအရက် ထည့်ထားသည့် ပန်းကန်ထဲသို့ ၁ နာရီခန့် စိမ်ထားပါ။
- ၄။ ဆန်မှုန့်များ ဆန်ခါစစ်ချ၍ လင်ဗန်းတစ်ခုပေါ် ထည့်ထားပါ။
- ၅။ အရက်စိမ်ပြီးသော ဝက်သားများကို ဆန်မှုန့်ဖြင့်နံ့အောင် လူးပေးပါ။ (ဆန်မှုန့်ခပ်ထူထူ လူးပါ။)

- ၆။ ဖက်ရွက်များကို ဝက်သားအတုံး တစ်တုံး တစ်ထုပ် ထုပ်နိုင်ရန် ညှပ်ပြီး ဝက်သားတုံးများကို ထုပ်ပါ။
- ၇။ ဖက်နှင့်ထုပ်ပြီးသော ဝက်သားထုပ်များကို လင်ဗန်း တစ်ခုဖြင့် အထပ်လိုက်စီထည့်ပါ။ (သတိပြုရန်။) ဝက်သားထုပ်သည့်အခါ တစ်ထုပ်နှင့် တစ်ထုပ် အငွေ့ဝင်နိုင်ရန် ကြားလှုပ်ပေးပါ။
- ၈။ ထိုဝက်သားထုပ်များ ထပ်ထားသော လင်ဗန်းကို တရုတ်ပေါင်းချောင်ဖြင့် ပေါင်းပါ။
- ၉။ ၂ နာရီခန့် ပေါင်းပြီးလျှင် အဖုံးဖွင့်၍ တုတ်ဖြင့် ထိုးကြည့်ပါ။ အထုပ်ကို ထိုးဖောက်၍ ရပါက ဝက်သားများကျက်ပြီဖြစ်၍ မီးပေါ်မှချ၍ သုံးဆောင် နိုင်ပါသည်။



### ကြက်သားချိုရည်ကြော်

လိုအပ်သောပစ္စည်းများ

- |                 |               |
|-----------------|---------------|
| ၁။ ကြက်တစ်ကောင် | ၁ ပိဿာခန့်    |
| ၂။ ပဲငံပြာရည်   | သင့်လျော်သလို |
| ၃။ သကြား        | ၅ ကျပ်သား     |
| ၄။ ပဲမှုန့်     | ၅ ကျပ်သား     |
| ၅။ ရှာလကာရည်    | ၅ ကျပ်သား     |

ချက်နည်း

- ၁။ ကြက်သားကို လက်မဝက်ခန့် အတုံးကလေး ညီညီတုံးပါ။
- ၂။ ပန်းကန်လုံး တစ်ခုထဲ၌ ပဲငံပြာရည်နှင့် သကြား ထည့်ပါ။

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်ငန်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအချို့ကို ၁၂၅

- ၃။ ကြက်သားတုံးများကို ပဲခဲပြာရည်နှင့် သကြားထည့်ထားသော ပန်းကန်လုံးထဲ၌ ၁ နာရီခန့် စိမ်ထားပါ။
- ၄။ ဆီအိုးတည်ပြီးလျှင် ကြက်သားများ ထည့်ကြော်ပါ။ အနီရောင်သန်းလာလျှင် သံဆန်ခါဖြင့် ပြုလုပ်ထားသော ယောက်ဇွန်းဖြင့် ဆယ်ယူပါ။
- ၅။ ကြက်သားအားလုံး ကြော်ပြီးနောက် ကျန်ရှိသော ဆီများကို ခပ်လိုက်ပါ။
- ၆။ ထို့နောက် ကြော်ပြီးသော ကြက်သားများကို အိုးထဲထည့်၍ ကြက်သားစိမ်ထားသော သကြားနှင့် ပဲခဲပြာရည်များကို ထည့်လိုက်ပါ။
- ၇။ ပဲမှုန့်နှင့် ရှာလကာရည်ထည့်ပြီး အိုးထဲ၌ အနည်းငယ် ကြာ လှော်ပေးပါက အရသာ ကောင်းမွန်သော ကြက်သားချိုချဉ်ကြော်ကို အရသာရှိရှိ စားသောက်နိုင်ပေသည်။



ငါးချိုချဉ်ကြော်

လိုအပ်သောပစ္စည်းများ

- |                     |                |
|---------------------|----------------|
| ၁။ ကကတစ်ငါးတစ်ကောင် | ၅၀ ကျပ်သားခန့် |
| ၂။ ပဲခဲပြာရည်       | သင့်လျော်သလို  |
| ၃။ ရှာလကာရည်        | သင့်လျော်သလို  |
| ၄။ သကြား            | သင့်လျော်သလို  |
| ၅။ မှိုခြောက်       | သင့်လျော်သလို  |
| ၆။ ဆီ               | သင့်လျော်သလို  |

ချက်နည်း

- ၁။ ငါးကို အကြေးထိုးပြီး ဗိုက်ခွဲ၍ အူများ ထုတ်ပစ်ပါ။
- ၂။ ရေကို စင်စင်ဆေးပြီး ငါးကိုယ်ပိုင်း နှစ်ဖက်ကို ဓားဖြင့် ကန့်လန့်မွန်းပေးပါ။
- ၃။ ဆီအိုးပူပူတည်ပြီး ငါးထည့်ကြော်ပါ။
- ၄။ ငါးကြော်ပြီးပါက ဆီများကို ခပ်ယူလိုက်ပြီး ငါးကို ပြန်ထည့်ပါ။
- ၅။ ပဲခဲပြာရည်နှင့် သကြားထည့်ပြီး တဘက်မှ တဘက် သို့ လှန်ပေးပါ။
- ၆။ မှိုခြောက်နှင့် ရှာလကာရည်ထည့်ပြီး မိနစ်ပိုင်းမျှ တဘက်နှင့်တဘက် နှံ့အောင်လှန်ပေးရပါမည်။



ဝက်အူချောင်း ပြုလုပ်နည်း

လိုအပ်သောကိရိယာများ

- ၁။ တရုတ်ဓားပြား (သို့မဟုတ်) ဓားထက်ထက်
- ၂။ ကြိုး (ဝက်အူချောင်းချည်ရန်)
- ၃။ ကတော့ (သံဖြူဆိုင်တွင် ပြုလုပ်ပေးသည်)
- ၄။ စဉ်းတီတုံး

လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

- ၁။ ဆိတ်အူ အလိုရှိသလောက်
- ၂။ ဝက်သား ၁ ပိဿာ
- ၃။ အရက် အကြမ်းပန်းကန်လုံး ၁ လုံး
- ၄။ ယမ်းစိမ်းမှုန့် လက်ဖက်ရည်ခွက် ၁ ၂/၂ ခွက်

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး ၁၂၂

- ၅။ သကြား . ၁၀ ကျပ်သား
- ၆။ ပဲခဲပြာရည်ကောင်းကောင်း ၁ ဇွန်း
- ၇။ ဆား ၁ ဇွန်း
- ၈။ ချင်း အနည်းငယ်

ပြုလုပ်နည်း

- ၁။ ဆိတ်အူကို အတွင်းအပြင် လှန်၍ ခြစ်ပါ။ ရေအကြိမ်ကြိမ်ဆေးပါ။
- ၂။ ဆားဖြင့်နယ်၍ ဖောင်းလာအောင် မှုတ်ပါ။
- ၃။ ဖောင်းလာသော ဆိတ်အူများကို နေပူတွင် ခြောက်သည့်တိုင်အောင် လှန်းပါ။
- ၄။ ဝက်သားကို အခေါက်ဖယ်၍ စဉ်းတီတုံးပေါ် တင်၍ စင်းပါ။
- ၅။ ယမ်းစိမ်း၊ အရက်၊ သကြား၊ ပဲခဲပြာရည်၊ ဆားအားလုံးထည့်၍ သမအောင် မွှေပြီး နယ်ပါ။
- ၆။ ကတော့ဖြင့် ဆိတ်အူထဲအစာသွတ်ပါ။
- ၇။ မာတောင့်လာသည့်တိုင် အစာကို သွတ်သွင်းပြီးလျှင် မိမိ လိုအပ်သည့် အရွယ်အစားကို ကြိုးဖြင့် ချည်ပါ။
- ၈။ အစာသွတ်ပြီးသော ဝက်အူချောင်းများကို အပ်ဖြင့် အနည်းငယ် ဖောက်ပါ။
- ၉။ ဖုန်ကင်းသောနေရာ၌ နေပူ ၃ ရက်ကြာခန့် လှန်းပေးပါ။ ထို့နောက် ဝက်အူချောင်းအဖြစ်ရရှိပြီး

စားလိုက စားသုံးနိုင်ပြီး ရောင်းလိုက စီးပွားရေးအဖြစ်  
ရောင်းချနိုင်ပေသည်။



### ဝက်သားပေါင်းနည်း

#### လိုအပ်သောကုန်ကြမ်း

- |                                 |          |
|---------------------------------|----------|
| ၁။ ဝက်သား                       | ၁ ပိဿာ   |
| ၂။ ပဲငံပြာရည်အနောက်             | ၃ ဇွန်း  |
| ၃။ ပဲငံပြာရည်အကြည် (အကောင်းစား) | ၈ ဇွန်း  |
| ၄။ သကြား                        | ၁ ဇွန်း  |
| ၅။ မှိုခြောက်                   | အနည်းငယ် |

#### ပေါင်းနည်း



- ၁။ ဝက်သားကို တစ်လက်မခန့် အတုံးကလေးလှီး၍  
ရေဖြင့် သန့်စင်အောင် ဆေးပြီး ရေစစ်ထားပါ။
- ၂။ ပဲငံပြာရည် (အနောက်) ၃ ဇွန်းကို အိုးထဲထည့်၍  
မီးပေါ်တင်ပါ။
- ၃။ ပဲငံပြာရည်ကျက်လာသောအခါ ဝက်သားတုံးများ  
ထည့်၍ အဆက်မပြတ် ယောက်မနှင့် မွှေပါ။
- ၄။ တစ်မိနစ်ခန့်မွှေ၍ ဝက်သားအနည်းငယ် ကျက်လာ  
လျှင် ပဲငံပြာရည် အကြည်ထည့်ပါ။ (ယောက်မဖြင့်  
အဆက်မပြတ် မွှေပေးပါ)

လက်တွေ့အိမ်တွင်စီးပွားဖြစ်လုပ်နည်းများနှင့် ချက်ပြုတ်နည်းအမျိုးမျိုး ၁၂၉

၅။ သကြားနှင့်ရေ အနည်းငယ်ထည့်လိုက်ပြီး ဝက်သားများနဲ့အောင် မွေပေးပါ။

၆။ အသားရောင် မည်းလာသောအခါ ရေတစ်ပန်းကန်ဖြင့် မှိုခြောက်များထည့်၍ မီးအရှိန်နည်းနည်းဖြင့် အဖုံးဖုံး၍ ပေါင်းပါ။

၇။ နာရီဝက်ခန့်ပေါင်းပြီးသော် အဖုံးဖွင့်၍ ဝက်သားများကို ထက်အောက်လှန်ပေးပါ။ ရေကို ချိန်ဆ၍ ထပ်ထည့်ပြီး ၂ နာရီခန့် ပေါင်းလျှင် ပြီးပါသည်။





# ဇမ္ဗူကျော် ဆေးဝါးမဲ့ ရောဂါကုသနည်း

စာအုပ်ကောင်းမည်သည် စာအုပ်အထူးအပါး၊ စာများများရေးသည့် အပေါ်မူမတည်ပါ။ လိုရင်းတိုရှင်းဖြင့် ဖတ်ရှုသူများ လိုရင်းအဓိကအချက်ကို သိရမှုပင် ဖြစ်သည်။

ဤစာအုပ်တွင် ပုံပြလေ့ကျင့်နည်း ရှစ်ဆယ့်ရှစ်ပုံပါရှိပါသည်။ ဖတ်ရှုသူများ အလွယ်တကူဖတ်ရှုလေ့လာနိုင်ရန် ဖော်ပြထားပါသည်။

ချို့ကုန်း (၁၈) ကွက်ကိုလည်း လွယ်ကူစွာ ကျင့်နိုင်ရန် လေ့ကျင့်နည်းပုံပြများဖြင့် ဖော်ပြထားပါသည်။

ဆေးသောက်၍ ရောဂါမပျောက်သွားသူများအတွက် ဆေးဖိုးမကုန်၊ ဤစာအုပ်တစ်အုပ်ကို ဖတ်ရှုခြင်းဖြင့် သင့်တစ်အိမ်သားလုံး ကျန်းမာစေနိုင်သည် အပြင် အသက်တစ်ရာနေထိုင်နိုင်ပါသည်။

နာတာရှည်ရောဂါရှင်များအတွက် လေ့ကျင့်နည်းပုံပြများပါရှိပြီး မှန်မှန် လေ့ကျင့်သွားနိုင်ပါက သင့်၌ခံစားနေရသော နာတာရှည်ရောဂါများ ယုံကြည်စိတ်ချစွာ ပျောက်ကင်းနိုင်ပါသည်။ ကျန်ရောဂါများလည်း ယုံကြည်စိတ်ချစွာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။



စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် ၇၃၅/၂၀၀၃ (၈)

အောင်ဇမ္ဗူကျော်စာပေ

အမှတ် ၆၁/အ ၂၊

ပန်းလှိုင်လမ်း၊ ကြည့်မြင်တိုင်စာတိုက်၊ ရန်ကုန်မြို့။