

บรูไนดารุสซาลาม (Brunei Darussalam)

อัมบูยัต (Ambuyat) จัดเป็นอาหารประจำชาติ ที่มีชื่อเสียงที่สุดของประเทศบรูไน ดารุสซาลาม มีลักษณะคล้ายข้าวต้ม หรือโจ๊ก มีส่วนผสมของแป้งสาคูเป็นหลัก โดยทั่วไปอัมบูยัต คือ อาหารที่รับประทานแทนข้าว โดยจะมีอาหารจานหลักและเครื่องเคียงอย่างน้อย 3 อย่าง วางอยู่โดยรอบ

กัมพูชา (Cambodia)

อามอก (Amok) มีลักษณะคล้ายห่อหมกของไทย ทาจากปลา น้ำพริก เครื่องเคียงและกะทิ อามอก เป็นหนึ่งในอาหารยอดนิยมของกัมพูชา

อินโดนีเซีย (Indonesia)

กาโด กาโด (Gado Gado) เป็นหนึ่งในอาหารยอดนิยมของอินโดนีเซียคล้าย กับสลัดแขก ซึ่งจะประกอบด้วยถั่วเขียว มันฝรั่ง ถั่วงอก เต้าหู้ไข่ต้มสุก กะหล่ำปลี ข้าวเกรียบกุ้งรับประทานกับซอสถั่วที่มีลักษณะเหมือนซอสสะเต๊ะ

ลาว (Loas)

ซูปไก่ (Chicken Soup) เป็นหนึ่งในอาหารพื้นเมืองของประเทสลาว มีส่วนผสมในการประกอบอาหาร คือ ตะไคร้ ใบสะระแหน่ กระเทียม และหอมแดงทั้งนี้อาหารลาวโดยส่วนใหญ่จะมีผักและสมุนไพรเป็นส่วนผสมในการปรุง

มาเลเซีย (Malaysia)

นาซี เลอแมก (Nasi Lemak) เป็นหนึ่งในอาหารยอดนิยมของประเทศมาเลเซีย เป็นข้าวผัดกับกะทิและสมุนไพร นาซี เลอแมก เสิร์ฟพร้อมกับปลากะตักทอด แตงกวาหั่น ไข่ต้มสุกและถั่วอบ นาซี เลอแมก แบบดั้งเดิมจะห่อในใบตองและรับประทานเป็นอาหารเช้า

เวียดนาม (Vietnam)

Nem หรือ เปาะเปี๊ยะเวียดนาม เป็นหนึ่งในอาหารพื้นเมืองที่มีชื่อเสียงมากที่สุดในเวียดนาม แผ่นเปาะเปี๊ยะทำจากแผ่นแป้งที่ทำจากข้าวเจ้า โดยใส่เปาะเปี๊ยะอาจเป็นไก่ หมู กุ้ง ห่อรวมกับผักต่าง ๆ นับเป็นอาหารยอดนิยมที่สามารถรับประทานได้ทั่วไปในเวียดนาม

ฟิลิปปินส์(Philippines)

อโดโบ้(Adobo) เป็นหนึ่งในอาหารยอดนิยม ของประเทศฟิลิปปินส์ เป็น

อาหารที่มีต้นกำเนิดมาจาก ภาคเหนือของฟิลิปปินส์และเป็นที่นิยมของนักเดินทางหรือ นักเดินเขา อโดโบ้ทำจากหมูหรือไก่ที่ผ่านกรรมวิธีหมักและปรุงรสโดยจะใส่ซีอิ๊วขาว น้ำส้มสายชูกระเทียมสับ ใบกระวาน พริกไทยดำนำไป ทำให้อุณหภูมิในเตาอบหรือ ทอด และรับประทานกับข้าว

สิงคโปร์ (Singapore)

ลักสา (Laksa) เป็นก๋วยเตี๋ยวต้มยำ (ใส่กะทิ) มีลักษณะคล้ายข้าวซอยของไทย โดยเส้นก๋วยเตี๋ยวจะมี ลักษณะคล้าย vermicelli ซึ่งเป็นหนึ่งในเส้นสปาเกตตีของอิตาลี

ไทย (Thailand)

ต้มยำกุ้ง (Tom Yam Goong) เป็นอาหารที่โด่งดังมากที่สุดของประเทศไทย ชาวต่างชาติจะรักต้มยำกุ้งมากกว่าต้มยำชนิดอื่น ๆ การปรุงต้มยำกุ้งจะเน้นรสชาติเปรี้ยว และเผ็ดเป็นหลัก จะออกเค็มและหวานเล็กน้อย มีเครื่องเทศที่ใส่น้ำแกงคือใบมะกรูด ตะไคร้ ส่วนผักที่นิยมใส่ใน ต้มยำ ได้แก่ มะเขือเทศ เห็ดฟาง เห็ดนางฟ้า ใบผักชี ส่วนเครื่องปรุงที่จำเป็นต้องใส่ คือ มะนาว น้ำปลา น้ำตาล และน้ำพริกเผา

พม่า (Myanmar)

หล่าพีต (Lahpet) เป็นอาหารประจำชาติของ พม่าที่มีลักษณะคล้ายกับยำเมืองของไทย โดยรับประทานกับ เครื่องเคียง เช่น ใบชาหมัก กระเทียมเจียว ถัวชนิดต่าง ๆ งาคั่ว กุ้งแห้ง ชিং มะพร้าวคั่ว เป็นต้น