



ต้มยำกุ้ง

รสชาติไทย อร่อยถูกใจ ให้ประโยชน์ทุกคำ

“ต้มยำกุ้ง” เป็นเมนูอาหารไทยที่มีชื่อเสียงและได้รับความนิยมไปทั่วโลก ด้วยรสชาติที่โดดเด่น กลมกล่อมทั้งเปรี้ยว เผ็ด เค็ม และหวานเล็กน้อย พร้อมกลิ่นหอมที่ชวนน้ำลายสอ ทั้งยังมีวัตถุดิบหลักจากสมุนไพรที่รวมสรรพคุณมากมายไว้ในชามเดียว

“ต้มยำกุ้ง” จึงสะท้อนถึงวัฒนธรรมอาหารไทยได้อย่างชัดเจน เพราะนอกจากการผสมรสชาติอย่างลงตัว ยังอุดมไปด้วยคุณค่าทางสารอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย

ตะไคร้ช่วยย่อยอาหารบรรเทาอาการท้องอืด และลดการอักเสบ
สารอาหาร: แคลเซียม ฟอสฟอรัส วิตามินเอ วิตามินบี 1 วิตามินบี 2

กุ้ง แหล่งโปรตีนคุณภาพสูงที่จำเป็นต่อการสร้างกล้ามเนื้อ ซ่อมแซมเนื้อเยื่อ และสารอาหารที่ช่วยเสริมสร้างกระดูก
สารอาหาร: วิตามิน B12 ไอโอดีน ไรโบฟลาวิน และซีลีเนียม

เห็ดฟาง ช่วยป้องกันการเจริญเติบโตของเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่ ช่วยย่อยอาหาร บำรุงโลหิต
สารอาหาร: โพแทสเซียม เหล็ก และวิตามินซี

หากคุณอยากลิ้มลอง “ต้มยำกุ้ง” หรืออาหารไทยเมนูอื่น ๆ Thai SELECT ช่วยคุณได้

Thai SELECT เป็นตราสัญลักษณ์ที่กระทรวงพาณิชย์มอบให้กับร้านอาหารไทยและผลิตภัณฑ์อาหารไทยทั่วโลก ที่จะช่วยให้คุณมั่นใจได้ว่าจะได้ลิ้มรสและสัมผัสความอร่อยตามแบบฉบับอาหารไทยแท้

มองหาอาหารไทยแท้ มองหา Thai SELECT
www.thaiselect.com

ผักชี ช่วยบำรุงร่างกาย แก้อาการกระหายน้ำ แก้อาการอาหารเป็นพิษ ลดระดับน้ำตาลในเลือด
สารอาหาร: มีสารต้านอนุมูลอิสระ: คาร์โบไฮเดรต วิตามินเอ เมตาไครทีน

ใบมะกรูด บรรเทาอาการไอและช่วยให้อาการหายใจโล่งขึ้น
สารอาหาร: เมตาไครทีน สารต้านอนุมูลอิสระ

น้ำปลา อุดมด้วยโปรตีน และแร่ธาตุสำคัญ ช่วยสร้างกล้ามเนื้อ ซ่อมแซมเซลล์ในร่างกาย
สารอาหาร: โปรตีน ไรโบฟลาวิน ไอโอดีน สังกะสี คอลลาเจน เอนไซม์ที่ช่วยในกระบวนการย่อยอาหาร

พริก ความเผ็ดร้อนในพริกจากแคปไซซินจะช่วยเพิ่มอัตราการเผาผลาญอาหาร ป้องกันการสะสมของคอเลสเตอรอล
สารอาหาร: แคปไซซิน วิตามินบี วิตามินซี เมตาไครทีน แมกนีเซียมและโพแทสเซียม

ข่ากระตุ้นการย่อยอาหารและบรรเทาอาการคลื่นไส้
สารอาหาร: ซิแนอล ยูจีนอล

น้ำมะนาว ช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน ช่วยในระบบย่อยอาหารทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น
สารอาหาร: วิตามินซี วิตามินบี 6 กรดซิตริก แคลเซียม โพแทสเซียม โพไฟฟ

TRADE WITH TRUST





Tom Yum Goong

A signature Thai dish that is filled with health benefits

"Tom Yum Goong" is a renowned and globally popular Thai dish, known for its distinctive and balanced flavors—sour, spicy, salty, and slightly sweet—along with its mouth-watering aroma. It features key ingredients from Thai herbs that pack a wealth of benefits into one bowl.

"Tom Yum Goong" vividly reflects Thai culinary culture. It not only blends flavors harmoniously but is also rich in nutrients beneficial to the body.

LEMONGRASS Aids digestion, relieves bloating, and reduces inflammation.

Nutrients: Calcium, phosphorus, vitamin A, vitamin B1, and vitamin B2.

SHRIMP A high-quality protein source essential for muscle building, tissue repair, and nutrients that help strengthen bones.

Nutrients: Vitamin B12, iodine, iron, and selenium.

STRAW MUSHROOMS Help prevent the growth of influenza viruses, aid digestion, and nourish the blood.

NUTRIENTS: Fiber, minerals, and vitamin C.

If you want to taste "Tom Yum Goong" or other Thai dishes, Thai SELECT can help you.

Thai SELECT is a symbol awarded by the Ministry of Commerce to Thai restaurants and Thai food products worldwide. It ensures that you can savor and enjoy authentic Thai cuisine.

Look for authentic Thai taste, look for Thai SELECT
www.thaiselect.com

CORIANDER Nourishes the body, alleviates thirst, treats food poisoning, and reduces blood sugar levels.

Nutrients: Antioxidants, carbohydrates, vitamin A, and beta-carotene.

KAFFIR LIME LEAVES Relieve cough and help clear the respiratory passages.

Nutrients: Beta-carotene and antioxidants.

FISH SAUCE Rich in protein and essential minerals, it helps build muscle and repair cells in the body.

Nutrients: Protein, iron, iodine, zinc, collagen, and enzymes that aid digestion.

CHILI The heat from capsaicin in chili helps boost the metabolic rate and prevents cholesterol accumulation.

Nutrients: Capsaicin, vitamin B, vitamin C, beta-carotene, magnesium, and potassium.

GALANGAL Stimulates digestion and alleviates nausea.

Nutrients: Cineole, eugenol.

LIME JUICE Boosts the immune system and helps the digestive system work more efficiently.

Nutrients: Vitamin C, vitamin B6, citric acid, calcium, potassium, folate.

TRADE WITH TRUST



THINK THAILAND