

食べれば体が目覚める！ひとなべ完結のおかずスープ&なべレシピ 『材料入れてのんびり煮るだけレシピ』

2016年10月7日（金）全国の書店・ネット書店にて発売

株式会社主婦の友社は、これからの季節にぴったり、しかも1品作ればおかずいらずのスープとなべのレシピ本『材料入れてのんびり煮るだけレシピ』（<https://www.amazon.co.jp/dp/4074178303/>）を10月7日（金）に発売いたします。



勝手においしくなってくれるから手間いらず！

本書で紹介しているのは、ボリュームたっぷり、どれも材料を切ったらなべに入れて煮込むだけという簡単なものばかりです。肉や魚介、野菜それぞれの旨味が重なり合っ、煮込むうちに勝手においしくなれます。

スープはひと皿で完結する主食スープや1日分の野菜がとれるスープを、なべは水炊きやちゃんこなべといった定番から、カレーなべやとろろなべといったアイデアなべまで、テイスト別に掲載しています。



▲とろとろバゲットのアホスープ
アホ=にんにくがたっぷり、パンチのあるスープ



▲白い野菜とカマンベールのスープ
まろやかなチーズ風味のやさしい味



▲さんしょう風味の塩牛肉なべ
さんしょうの上品な辛みがきいた、塩すき焼き風



▲キャベツと大根の野菜マーボーなべ
やわらか大根&キャベツの食感の差が楽しい

『材料入れてのんびり煮るだけレシピ』

堤人美 著

定価：本体1200円＋税 2016/10/7発売

978-4-07-417830-8

<https://www.amazon.co.jp/dp/4074178303/>

8303/

ただのスープで終わらない！応用レシピ♡

定番スープを使ったアレンジレシピも紹介。たっぷり作っておけば、次の日も違う1品として楽しむことができます。他にも、野菜で作るポタージュやひんやりスープも掲載。



ひとつで二度おいしいダブル食感なべ♡

軽く火を入れてシャキシャキ感を残した野菜とくたくたに煮えた野菜、2つの食感を一緒に楽しめる新感覚なべも紹介しています。異なる野菜の食感が味わえて、飽きずに食べられます。



▶めがじきとパプリカのココナツカレーなべ

この件に関するお問い合わせは、
下記までお願いいたします。
株式会社主婦の友社 広報・宣伝課 pr@shufutomo.com
TEL. 03-5280-7577 FAX. 03-5280-7578