

有賀薫 著

『帰り遅いけどこんなスープなら作れそう
1、2人分からすぐ作れる毎日レシピ』(文響社)が

[第5回] 料理レシピ本大賞

料理部門入賞受賞

料理レシピ本大賞®
in Japan

～食は本能の言葉 / 文字は心の叫び～



2018年9月13日、株式会社文響社が2018年2月に刊行した有賀薫 著『帰り遅いけどこんなスープなら作れそう 1、2人分からすぐ作れる毎日レシピ』が第5回料理レシピ本大賞料理部門で入賞いたしました。

本書では、ひとり暮らしで働く世代、子育て世代の夫婦など、忙しい現代人向けに、疲れて帰ってきてからでも簡単に作れて美味しいスープのレシピを多数紹介しています。

SNSでも話題となり、2018年8月時点にて、8刷り4.7万部と好評です。

B6判 / 128ページ / 4色 / 本体価格1100円(税抜き) / ISBN 978-4-86651-049-1
イラスト：伊藤ハムスター / 写真：土居麻紀子

受賞を受けて、著者の有賀薫氏コメント

「こんな私でもやろうという気になれるレシピ本が欲しいんです!」、料理はめんどろという編集者、野本さんの願いがこの本のはじまりでした。これだけ多くのレシピ本があふれる中、働いて疲れて帰ってきた人が、買い物も手間も最小限で済んで、そしてここがポイントですが、きちんと栄養も満たされ、心癒される食事をした気持ちになれるレシピ本、というものがなかったのです。スープには、そんな要素が詰まっています。苦労もありつつ、届ける相手と生活の見えるレシピ作りは楽しく新鮮でした。これからもスープを通じて、多くのメッセージをお届けしたいと思います。関係者のみなさまと、この本を手に取りスープを作ってくださいましたみなさまに、お礼申し上げます。



有賀薫 ありが・かおる

1964年東京生まれ。スープ作家。6年間、約2300日になる朝のスープ作り『スープ・カレンダー』を日々更新。旬の食材で作るシンプルでおいしいレシピや、スープにまつわる情報を発信している。著書に『365日のめざましスープ』(SBクリエイティブ)、『帰り遅いけどこんなスープなら作れそう』(文響社)など。

Twitter @kaorun6

応援ありがとうございました!

料理レシピ本大賞 選考委員の方からのコメント

忙しくて帰宅が遅いときでも、
あたたかいスープを簡単調理で
ヘルシーに頂くというコンセプトが良いと思う。
和洋中とバリエーションも多く、**飽きずに毎日食べられそう**。
男性女性問わず**仕事に頑張っている方**におすすめしたい。



見やすく**かわいいレイアウト**が
特徴的なレシピ本。
四コマ漫画もかわいらしい。
しかし内容はしっかりしており、
気軽に調理できるように
言葉づかいも**わかりやすく**
まとめられている。

サバ缶とトマトで
時短カレー!



1週間曜日ごとのスープが載っていて
わかりやすい。疲れていても
このくらいなら頑張って作りたい!と思わせてくる。
サラダやコンビニ弁当だったらもっと楽に食べられる
けどスープなら**カラダも温まるし女子にオススメ**。
まさかのサラダチキンを作ったスープもあってビックリ。

ひとり暮らしや遅くまでお仕事の方に
やさしいレシピがたくさん!
スープといいますが、具材がたくさんで
うたい文句の**一汁一飯でも十分満足**できます。



コンビニの
サラダチキンがスープに!



たらとジャガイモの
ほっこりお味噌汁



これが電子レンジで
できるの!? 鹹豆浆



さっと作れるスープがこんなに!
フルーツスープなんかの
変わり種もあり、
長く楽しめそうです。

甘い香りがやみつき!
苺のデザートスープ



料理レシピ本大賞 inJapanとは **料理レシピ本大賞 in Japan**

「料理レシピ本」の書籍としての魅力をアピールし、その価値を広めるために創設された賞。書店員有志が中心となった「料理レシピ本大賞 in Japan実行委員会」によって運営されている。 <http://recipe-bon.jp/>