

女子栄養大学出版部から季節感あふれる料理書のご案内です

瀬戸内「やまくに」の

いりこで毎日おかず

ワタナベマキ / 著 ◆ A5判 ◆ 定価 1,296円(税込)

いりこで作る、絶品おかずと作りおき

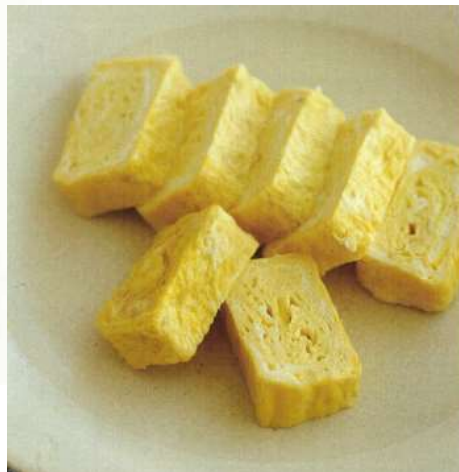
テレビや雑誌で、ほんのりやさしい料理を紹介して話題のワタナベマキさんが、瀬戸内「やまくに」の上質ないりこを使った絶品料理やすっきりとした上手なだしのとり方を提案します。



「いりこ」で広がる、毎日のおかず



まずはおみそ汁とお吸い物



基本のおかず

～掲載料理の一例～
いりことドライトマトのピラフ
きのこといりこのマリネ
そら豆のポタージュ



もっと！いりこ活用術

～掲載料理の一例～
いりこめし
豚肉と長ねぎのおみそ汁
厚切りふろふき大根
かぶと油揚げのさっと煮

注文書	貴店印	申込数	瀬戸内「やまくに」の	
			いりこで毎日おかず	
	条件/注文扱い	冊	ISBN 978-4-7895-4503-7	定価 1,296円(税込)
			女子栄養大学出版部	

ご注文はこちらまで⇒ **女子栄養大学出版部**

FAX 03-3918-5591 **TEL 03-3918-5411**

※FAX 番号のかけ間違いにご注意ください。メール keigyo@eiyo.ac.jp