

お米農家の
お米レシピ帖
だよー!



お米のことは、 お米農家さんが 一番よく知っている!

カラダは
お米で
できている。

おいしいお米は幸せのもと。
お米農家さんがすすめる、
簡単ごはん料理と
ごはんにあうまんぷくおかず。
ほっぺがトロンと落ちる81品。

お米やま家のまんぷくごはん

定価：本体1300円+税 主婦と生活社

ラブ丼



おいなりさん



肉巻き弁当