

シェフや  
グルメ評論家  
も絶賛!

おかず、  
おつまみ、  
おもてなしに  
使える!!



ミキサーもフードプロセッサーも  
オーブンも使いません。

**使う食材はひとつだけ。**

切り方や調味料、

アイデアがアクセント。

だから、どれも驚くほど簡単。

でもそうは見えない料理ばかりです。

浅妻千映子



**ほめられレシピ**

定価：本体1300円 + 税 主婦と生活社