



笠原、初の調味料  
完全使いこなし本です!

5つの調味料の特性

- さ 砂糖 甘さを加えることで味がまろやかに。
- し 塩 素材の色と持ち味を生かしてくれる。
- す 酢 酢を効かせることで保存性も抜群に。
- せ 醤油 何の料理にも合う万能性◎の調味料。
- そ 味噌 発酵食・味噌がうまみとコクを深めてくれる。

笠原将弘の  
さしすせそうざい  
砂糖・塩・酢・醤油・味噌の力で  
おいしくなるおかず 100

「賛否両論」店主 笠原将弘 / 著

定価: 本体1300円 + 税 / 主婦と生活社



鶏塩  
じゃが



サーモンテー  
ねごま酢おろし



鶏もみそ  
から揚げ

毎日のおかずに**使える**レシピばかり!!