

2019年
9月新刊

いつも食べている食材から
より効果的に栄養が取れるレシピ集登場!

大好評の作りおきシリーズ、今回のテーマは「栄養」です



※画像は仮画像です。

いつも食べている食材の栄養をもっとおいしく、もっと効率的に摂れる、かんたん作りおきレシピを収録。食材別の栄養や調理のコツをわかりやすく紹介しています。不足しがちな野菜を中心にした副菜と肉や魚を合わせた主菜にもなる常備菜が64個掲載!

- ポイント1
いつも食べている食材から、より効果的に栄養が摂れるレシピ集
- ポイント2
1Pに1レシピで写真を大胆に使い、見やすくわかりやすい!(1食材につき3レシピ)
- ポイント3
カンタンに作れて、しかも主菜菜も副菜もどちらも対応!




現代人の野菜不足を解消できる野菜中心のレシピを64個収録
作りおきにすることで毎日手軽に食べることができます!!



2019年8月13日受注締切 / 9月2日搬入予定

新刊委託	<p>栄養がたっぷりとれる作りおき</p> <p>新星出版社編集部編 ISBN: 978-4-405-09374-4 定価: 本体1,200円+税 128P A5判</p>	冊	貴店番線印

新刊同時搬入



スープにすれば、栄養が“まるごと”とれる!
からだに効く70のスープを紹介!!

”栄養”にこれまでになく注目が集まっていますが、野菜やお肉などの栄養は、スープにすることで効率よくまるごととることができます。本書はお味噌汁感覚で手軽に作れて、“栄養がぎっしりと濃い”スープを、野菜の素材別に70点をご紹介します。すべて身近な材料で15分以内に作れて、ふだんの和食にも洋食にも合うスープです。

注文扱い	<p>栄養が溶け込んだ おいしいスープ</p> <p>著者: 阪下千恵 ISBN: 978-4-405-09369-0 定価: 本体1,100円+税 128P A5判</p>	冊
------	---	---

搬入希望日

月 日

※新刊同時搬入を希望しない場合は搬入希望日をご記入ください。

貴店番線印

新星出版社 営業担当:

〒110-0016 東京都台東区台東2-24-10
TEL: 03-3831-0743(代)

03-3831-0758 (fax)

ご注文は
営業本部FAXまで

