

料理教室 ベターホーム の本 7月新刊のご案内

50年以上、全国で料理教室を開催しているベターホームが発行する料理の本。「そのとおりに作れば必ずおいしくできる!」と多くの方に支持されています。

★実用書ご担当者さまへ★



『時間差ごはん読本』

—あとで食べる家族のために、
時間がたってもおいしいおかず 61品—

「夕飯は家族そろって食べる」のが理想ですが、残業や子どもの塾通いなどで、全員一緒に食べるのは、なかなか難しいのが現状です。

料理は作ってから時間がたつと、味が落ちがち。でも「作りたてを食べてもらいたいから」と、家族が帰ってくるたびにキッチンに立つのも大変です。

それを解消するのが“時間差ごはん”。材料や調理にひと工夫することで、時間がたってもおいしさをキープできるおかずのこです。帰りが遅い家族にも、料理を作る人にも、役立つ1冊です。

- 定価 本体 602 円+税
- ISBN:978-4-86586-032-0
- B5判 80 ページ 並製
- 6月27日ごろ搬入予定です。

冷やしてもおいしいおかず

冷たいまま食べてもおいしいおかず。温め直しの手間すらないので、おなかをすかせた家族を待たせることはありません。

<レシピ例>

冷たいチキン南蛮・アジアン春雨サラダ・夏野菜の冷やしおでん

ひと工夫で、温め直してもおいしいおかず

温かい料理の多くは、時間がたつと味が落ちがちですが、野菜炒めやハンバーグなども、ひと工夫加えることで、野菜はシャキシャキ、肉はふっくら。温め直しても、まるで作りたてのようにおいしく食べられます。

<レシピ例>

シャキシャキ肉野菜炒め・にら麻婆高野豆腐・野菜も一緒に煮魚・ピーマンの肉ごはん詰め・すぐのできるスープカレー

レンジでチンで、作りたておかず

材料をお皿にセットしておけば、あとは食べるときにチンするだけで、作りたてのおいしさが楽しめます。ふだん料理をしない家族にも任せられるから嬉しい。

<レシピ例>

野菜しゅうまい・ささみのピザ風蒸し・甘塩さけの紙包み蒸し・卵ふんわりレンジキッシュ

* 野菜もとれる、ひとり鍋・そそくだけ汁もの・軽食にもなる、具たくさんスープ・野菜の常備菜 も掲載。

注文 FAX : 03-3407-1044 ベターホーム協会

お問合せ・ご注文先 小幡(おばた)
〒150-8363 渋谷区渋谷 1-15-12
TEL 03-3407-4871

貴店名	冊	7/1刊 時間差ごはん読本 978-4-86586-032-0 B5判 80頁 並製 ¥602(本体)
		▼売れ行き良好の下記の補充もお願いいたします。※新刊と同時期の納品を希望 → する・しない
	冊	さばかない・おろさない! 魚のおかず 90 ¥1,000(本体) 978-4-86586-030-6 B6判変型 192頁 2017年3月刊
	冊	朝さつと作るお弁当 125 ¥905(本体) 978-4-86586-020-7 B6判変型 192頁 2016年3月刊
	冊	野菜のミニおかず 210 ¥1,000(本体) 978-4-86586-003-0 B6判変型 224頁 2010年12月刊
	冊	もっと野菜のミニおかず 222 ¥1,000(本体) 978-4-904544-31-0 B6判変型 224頁 2013年11月刊
ご担当者様名	冊	とうふのおかず 102 ¥905(本体) 978-4-904544-26-6 B6判変型 192頁 2012年11月刊
	冊	ベターホームのひんやりスイーツ ¥1,100(本体) 978-4-86586-026-9 B5判変型 96頁 並製 2016年7月刊

※取次はトーハンです。トーハン以外は、地方小出版流通センター経由となります。

☆既刊注文一覧書 → 要・不要