

シンプルだから飽きない！ 〆まで美味しい！

# 1肉1野菜鍋

メインの食材は野菜と肉の1種類ずつ！  
だから簡単！なのに新鮮！そして美味しい！  
**豚肉・牛肉・鶏肉45鍋+〆45品**をたっぷり紹介。

冬の定番、鍋料理。身体が温かくなるのと、野菜や肉、魚を入れるだけでついつい登場回数も増えてしまいます。でもいちばんの問題はマンネリ化…。実はその理由は、鍋に入れる具材は多いものの、似たような野菜、ばかりを入れているから！ だったら1肉1野菜！ それでいいのでは？ それならあとは簡単！ ひとつずつ素材をそぎ落としていくうちに、いろんな鍋の料理が誕生しました！ 寒い冬だけでなく、春にも、夏にも使え、おかずのように毎日使えるレシピ。下ごしらえやトッピングや切り方、たれにもひと工夫し、家族はもちろん、誰かが来たときにも喜ばれる鍋のレシピを紹介します！

堤人美 著 定価:1,500円(税別) ISBN978-4-7661-3113-0 C2077  
B5判 総96頁(オール4色)



例えば、「焼き手羽先+せりの鍋」で 〆は「温そば」



地区	書店コード	書名	注文数
		シンプルだから飽きない！ 〆まで美味しい！ <b>1肉1野菜鍋</b> 堤人美 著 ISBN978-4-7661-3113-0 C2077 本体：1,500円	
書店印		新刊	冊