

報道関係者各位

2011年11月
株式会社主婦の友社

「お願いランキング GOLD」の辛口コメンテーター、森崎友紀が作る料理本
新刊書 『森崎友紀の野菜ごはん & スープ BOOK』

森崎友紀：著 定価 1344 円(税込み)

株式会社主婦の友社(本社:東京都千代田区、代表取締役社長:荻野善之)は、2011年11月2日、『森崎友紀の野菜ごはん & スープ BOOK』:著、定価 1344 円(税込み)を発売いたします。

テレビでおなじみの料理研究家にして野菜ソムリエ・森崎友紀さんが教える、野菜を「上手に食べる」と「使い切る」コツ。簡単でヘルシーな、スープ、定食、おかずレシピ 100!

< 担当編集より >



「野菜をもっと食べたいけれど、料理はちょっと苦手だし、一人暮らしじゃ使い切るのも大変」。そんなあなたのお悩みは、料理家にして野菜ソムリエでもある森崎友紀さんが解決します！ 野菜を手軽に食べられる、スープ、定食、おかずのレシピがトータル 100！ 「非自炊女子」でも簡単にできて、からだが喜ぶヘルシーメニューばかり。野菜を知り尽くした森崎さんならではの、素材の甘みを存分に引き出した味は撮影スタッフも大絶賛でした。この1冊で、野菜ごはんがぐっと身近になるはず！ ぜひトライしてみてください。 本の内容:野菜たっぷり具たくさんスープ/今日おうちにある野菜は何? 定番野菜ごとに作れるメニュー/野菜ぎっしり定食世界旅行/余った野菜でもう一品! 常備菜、おつまみ、漬け物を作り置き/朝食にもおすすめの野菜&フルーツジュースカタログ/余った野菜は迷わず冷凍! フリージングテク.....など。

著者プロフィール: 森崎友紀(もりさき・ゆき) 料理研究家、管理栄養士、野菜ソムリエ、製菓衛生士、中医薬膳指導員の資格も保有。「お願い! ランキング GOLD」(テレビ朝日)の美食アカデミー、「森崎友紀のおはよう! Yu-Kitchen」(文化放送)などでもおなじみ。著書に「森崎友紀 レシピ付き写真集/for Men」(集英社)、「太らない夜食」(トランスワールドジャパン)ほか。

書誌タイトル: 『森崎友紀の野菜ごはん & スープ BOOK』

著者: 森崎友紀

定価: 1344 円(税込み) ISBN: 978-4-07-280531-2 サイズ: B5判 96 ページ 発売日: 2011/11/2

株式会社主婦の友社の概要

・社名: 株式会社 主婦の友社 ・代表取締役社長 荻野 善之 ・URL: <http://www.shufunotomo.co.jp/>

・所在地: 東京都千代田区神田駿河台 2-9

この件に関するお問い合わせは下記担当までお願いいたします。

株式会社主婦の友社 広報宣伝課 酒見・長友・大塚 TEL 03-5280-7577 FAX 03-5280-7578