

フレンチ&「ル・クルーゼ」なべならおまかせ！の平野由希子さんによる 忙しい人向け「簡単」&「スピード」ビストロレシピ集、発売

『スピードビストロクッキング』

2012年3月9日（金）発売

株式会社主婦の友社は、フレンチとワインをこよなく愛し、「ル・クルーゼ」のなべを使ったレシピに定評のある料理研究家、平野由希子さんの最新刊『スピードビストロクッキング』を発売いたします。

昨今、カジュアルなワイングラス片手につまむ「ビストロ料理」を提供するお店が増え、盛況です。本書は、今どきの“カジュアル洋食”である「ビストロ料理」を、シンプルな素材を使った、家庭でも楽しめるレシピにしてご紹介しています。忙しい毎日を送る人に向けて、「簡単さ」と「スピード」にこだわって作ったレシピ集です。



●掲載料理一例(左から)
ほったらかしのパリパリ鶏ソテー グリーンサラダ添え
&煮込んだりしないラタトゥイユ/ホワイトアスパラの
キッシュ/練らない、つなぎなしのハンバーグ/皮つき
じゃがいものシンプルグラタン/小エビとマッシュルー
ムのアヒージョ

忙しい日の時間・気分に合わせて選べる4つの章立て

シンプルな素材で時間や手間をなるべくかけない、**「だけど」とびきりおいしい」メニューを厳選**



●書籍概要

タイトル/
スピードビストロクッキング
著者/平野由希子
定価/1449円(税込み)
発売日/2012年3月9日
判型/B5判 ページ数/80P
ISBN/978-4-07-282056-8

「チキンソテーは弱火でじーっと焼くだけ」「ハンバーグは練らずにひき肉のまま焼きつけちゃう」「ラタトゥイユは煮込みません」
・・・目からウロコの「手間なし」テクニックが満載

◎Part 1 / 簡単「だから」おいしい2品メニュー（献立）

⇒丁寧なプロセス写真&時間軸つき。30分以内でできます。

◎Part 2 / 「ほったらかし」のル・クルーゼ料理

⇒人気のなべを使った料理。なべに放り込んで加熱するだけ。

◎Part 3 / 9つの「お役立ち素材」で本格ビストロ料理

⇒マスタードやケイパー等1つ加えるだけで複雑な味わいに

◎Part 4 / ワインに合う「10分」メニュー

⇒組み合わせれば晩ごはんにもなる、ごちそうおつまみ

●著者プロフィール 平野由希子

フレンチとワインをこよなく愛し日々“ワインに合う”味を探求する料理研究家。フランスなどで料理を学んだのち、雑誌や広告を中心に活躍している。シンプルで素材そのもののおいしさを引き出すレシピには定評があり、ル・クルーゼなべを使った書籍『「ル・クルーゼ」だから、おいしい料理』（地球丸）のシリーズが大ヒット。また、ワイン好きが高じ、東京・大井町にワインバー『8 huit. (ユイット)』をオープンJ.S.A.認定ワインアドバイザー。



●本件に関するお問い合わせ先

株式会社主婦の友社 デジタルビジネス部広報宣伝課 酒見（さけみ）・長友・大塚
TEL 03-5280-7577 FAX 03-5280-7578