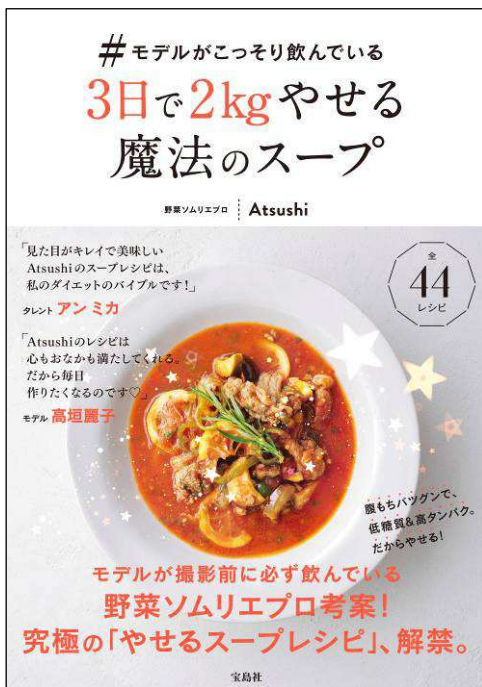


タレント アンミカ、
モデル 高垣麗子 絶賛!!!!

3日で2kg減！ 12月15日発売

野菜ソムリエプロ Atsushi “初”のレシピ本

『#モデルがこっそり飲んでいる3日で2kgやせる魔法のスープ』



腹もちバツグンだから、つらさゼロ！ モデルの「賢くおいしく体型キープ」の秘密はスープ


簡単で気軽に作れる！とモデルやタレントから絶大なる支持を誇る、Atsushiの美養食。そんな彼の、自身もダイエットのために活用しているスープレシピが一冊に。Atsushi考案の「やせるスープ」は、1)身体があたたまる 2)腹もちバツグンなのに低糖質 3)野菜たっぷり 4)切って煮るだけで簡単に作れる！ 5)タンパク質もたっぷりで代謝もアップ！と、いいことづくめの最強レシピ。消化・吸収がよく、身体のデトックスにもぴったりです。ひもじい思いゼロで満足いっぱいなのに、ひとまわり、ふたまわりとスリムになっていくボディラインの変化を感じられるはず。

一度作れば冷凍保存もできるから、短期間でダイエットしたいときは3食ともスープに、好きなものを食べながら長期的にゆるやかなダイエットをしたいときは1~2食置き換えなど、ニーズに合わせて調整も可能です。

『#モデルがこっそり飲んでいる
3日で2kgやせる魔法のスープ』
定価：本体1280円+税
発売日：2017年12月15日

著者取材も
可能です！





Atsushi (あつし) プロフィール

ディーゼル、D&G、ヴェルサーチのPRを経て、フリーランスとして独立。オーストラリアで習得した堪能な英語力、豊かな海外経験を活かし、ファッション業界の第一線で活躍。ファッションの歴史やトレンド、美容、食についても豊富な知識を持つ。2012年、ジュニア野菜ソムリエ、タイにてタイ古式マッサージ資格を取得。2016年、漢方養生指導士初級取得、野菜ソムリエ中級の試験に合格し、野菜ソムリエプロに。