

あそぶ、まなぶ、いきる。

山と溪谷社

An impress Group Company

各 位

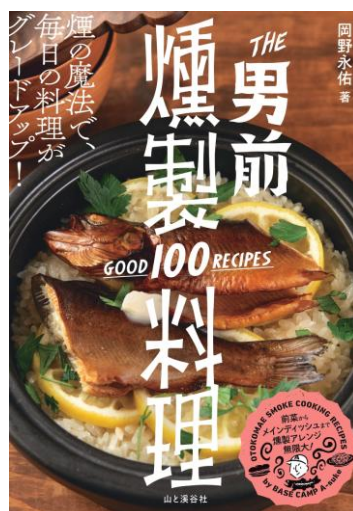
2026 年 10 月 14 日

株式会社 山と溪谷社

<https://www.yamakei.co.jp/>

煙の魔法で日々の料理がグレードアップ！ 燻製料理レシピ本の決定版！
『THE 男前燻製料理 GOOD 100 RECIPES』10 月 14 日発売！

インプレスグループで山岳・自然分野のメディア事業を手がける株式会社山と溪谷社（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：二宮宏文）は、『THE 男前燻製料理 GOOD 100 RECIPES』（岡野永佑著）を 10 月 14 日に刊行いたしました。



アウトドアをコンセプトにする東京・水道橋のカフェバー「BASE CAMP」オーナー兼料理人である、A-suke こと岡野永佑さんの「男前レシピ」シリーズ第 3 弾。テーマははずばり原点回帰の「燻製」。その内容は、燻製をそのままのツマミだけで終わらせることなく、サラダ、パスタ、マリネ、サンドイッチ、米料理、スープ等に活用し、堂々とした燻製料理に昇華させるためのレシピ集です。この 1 冊さえあれば、煙の魔法で日々の料理がグレードアップ！ そんな燻製料理レシピ本の決定版となっております。



©2026 YAMAKEI SHINGO COOKING RECIPES BY BASE CAMP A-suke



043
簡単、簡単、簡単！
ガーリック
チキンステーキ

【材料】
・鶏胸肉……1枚
・オリーブオイル……大さじ1
・にんにく（薄切り）……1かけ分
・塩……少々
・ローズマリー……1束

【手順】
① フライパンにオリーブオイルを熱し、にんにくを炒め、香りが出たら鶏胸肉を入れる。中火で5分ほど焼く。② 鶏胸肉を裏返して、ローズマリーをのせ、塩をふりかけ、さらに5分ほど焼く。③ 鶏胸肉を切り、ローズマリーをのせ、塩をふりかけ、さらに5分ほど焼く。④ 鶏胸肉を切り、ローズマリーをのせ、塩をふりかけ、さらに5分ほど焼く。

STONED SMOKES COOKING RECIPES BY BASS CAMP & more 024



044
マヨネーズを添えるのが
マイルド
燻製ムニエル

【材料】
・燻製鶏身（ムニエル）……1羽
・オリーブオイル……大さじ1
・にんにく（薄切り）……1かけ分
・塩……少々
・マヨネーズ……少々
・レモン汁……少々

【手順】
① フライパンにオリーブオイルを熱し、にんにくを炒め、香りが出たら燻製鶏身を入れる。中火で5分ほど焼く。② 燻製鶏身を裏返し、塩をふりかけ、さらに5分ほど焼く。③ 燻製鶏身を切り、マヨネーズを添える。④ レモン汁を添える。

STONED SMOKES COOKING RECIPES BY BASS CAMP & more 044

（目次より抜粋）

男前燻製の基本と料理への展開

【Part】肉の燻製とその料理

- ◎自家製ベーコン～カルボナーラ／BLT サンド／チャーハン／2 種のスープ、ほか
- ◎燻製チキン～ガーリックチキンステーキ／スモークチキンのスパイスカレー／燻製親子丼、ほか
- ◎燻製鶏ハム～燻製鶏ハムのフォー／燻製鶏ハムと梅のそうめん
- ◎自家製燻製ハム～自家製ハムとカブのマリネ／自家製ハムと卵のスープ、ほか

【Part2】魚介の燻製とその料理

- ◎鮭の燻製～燻製鮭の炊き込みごはん／燻製鮭とほうれんそうのクリームペンネ／燻製鮭とねぎのグラタン、ほか
- ◎燻製サバ～燻製サバおにぎり／燻製サバの香草パン粉焼き／燻製サバサンド
- ◎燻製オイルサーディン～カナッペ／燻製オイルサーディンのパスタ
- ◎刺身の燻製～燻製カルパッチョ／燻製アクアパッツァ／燻製ムニエル、ほか
- ◎ニジマスの燻製～燻製ニジマスのレモンバターご飯／燻製ニジマスと小松菜のパスタ、ほか
- ◎ホタテ、タコ、カキの燻製～2 種のマリネ／燻製カキの炊き込みご飯
- ◎燻製しらす、燻製明太子

【Part3】加工品の燻製とその料理

- ◎スモークチーズ～燻製カマンベールのアヒージョ／燻製クワトロフォルマッジトースト、ほか
- ◎燻製ソーセージ～燻製ソーセージピラフ／燻製ホットドッグ／燻製ナポリタン、ほか
- ◎燻製コンビーフ、燻製ツナ～燻製コンビーフのパテ／燻製ツナと梅の冷製パスタ、ほか
- ◎燻製ナッツ&ドライフルーツ～燻製ナッツのヨーグルトのせ
- ◎燻製たくわん～燻製たくわんとクリームチーズのポテトサラダ
- ◎燻製納豆、◎燻製オリーブオイル、◎燻製マヨネーズ

【Part4】新感覚！ 燻製料理

燻製おうちカレー／燻製バニラアイス／燻製ハンバーグ／燻製皮なしソーセージとブロッコリーのパスタ／燻製鶏つくね／燻製豚もやし／燻製とんかつ／燻製すき焼き／燻製牛丼

◆著者プロフィール

岡野永佑（おかの えいすけ）

東京・水道橋のアウトドアカフェ・バーBASE CAMP オーナー＆料理人。ブッシュクラフト的な焚き火料理やダッチオープン料理、燻製など男前な料理を得意とする。BASE CAMP では、毎日 5 種程度の燻製料理を用意しているほどスモークに精通。フライフィッシング、ハンティング、キノコ狩りや山菜採りなど、アウトドアと食を結ぶ遊びが大好き。BASE CAMP にて食事をしながら毛ばりを巻ける「毛ばりカフェ」、不便を楽しむキャンプ企画「男前キャンプ」を開催するほか、各地のキャンプイベントにも出役する。愛称 A-suke（エースケ）。著書に『THE 男前燻製レシピ 77』『THE 男前 BBQ レシピ 77』（ともに山と溪谷社）などがある

◆書誌データ

書名：『THE 男前燻製料理 GOOD 100 RECIPES』

著者：岡野永佑

発売日：2026 年 10 月 14 日

出版社：山と溪谷社

定価：1870 円（本体 1700 円＋税 10%）

128 ページ／A5 判

<https://www.yamakei.co.jp/products/2826451050.html>

【山と溪谷社】 <https://www.yamakei.co.jp/>

1930 年創業。月刊誌『山と溪谷』を中心とした山岳・自然科学・アウトドア・ライフスタイル・健康関連の出版事業のほか、ネットメディア・サービスを展開しています。
さらに、登山やアウトドアをテーマに、企業や自治体と共に地域の活性化をめざすソリューション事業にも取り組んでいます。

【インプレスグループ】 <https://www.impressholdings.com/>

株式会社インプレスホールディングス（本社：東京都千代田区、代表取締役：塚本由紀）を持株会社とするメディアグループ。「IT」「音楽」「デザイン」「山岳・自然」「航空・鉄道」「モバイルサービス」「学術・理工学」を主要テーマに専門性の高いメディア&サービスおよびソリューション事業を展開しています。さらに、コンテンツビジネスのプラットフォーム開発・運営も手がけています。

以上

【本件に関するお問合せ先】

株式会社山と溪谷社 担当：稲葉

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町 1-105 神保町三井ビルディング
TEL03-6744-1900 E-mail: info@yamakei.co.jp
<https://www.yamakei.co.jp/>