

信州

# ふるさとの食材

豊かな自然が育んだ温もりの素材

長野県商工会女性部編

核家族化、食の簡便化による「ふるさとの味」が失われつつある現在。今回、長野県内の地域の特徴ある素材を活かした郷土食・現代食を、説明・トリビアを含めて紹介する1冊。地域資源としての「安心・安全な食べ物」の提供、「食文化の見直し」をはかるうえで、単なるレシピ本でない「読める料理」本。



朴葉巻き



にこごり

## 内容目次

資料  
季節別索引

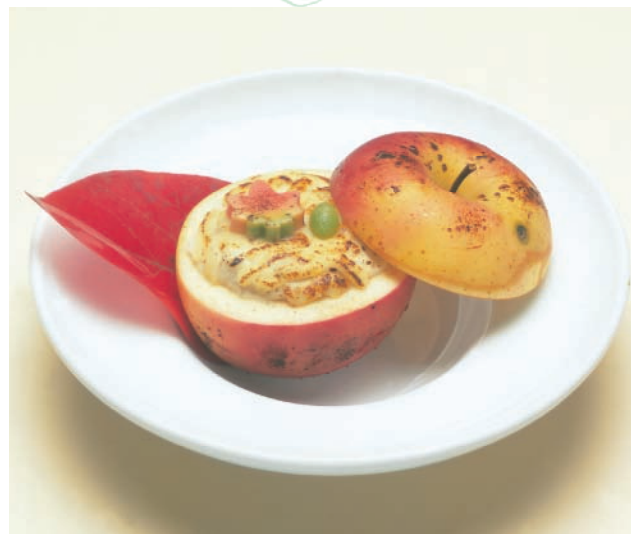
3 1

中信の食材  
北信の食材

4 2

南信の食材  
東信の食材

監修／武田 徹  
(つれづれ遊学舎主宰)



リンゴの釜焼きグラタン



ハチミツケーキ

●定価／1,890円(消費税込み)

●規格／B5変形判・240頁

●発行／ほおずき書籍(株)

〒381-0012 長野市柳原2133-5

TEL(026)244-0235 FAX(026)244-0210

問い合わせ先

## ほおずき書籍

〒381-0012 長野市柳原2133-5

TEL 026(244)0235 FAX 026(244)0210

<http://www.hoozuki.co.jp/>