

■ 新刊のご案内 □

伝え残したい北信濃の旬菜料理 239 点

うんめえ おらちの味!

うんめえ おらちの味! 編集委員会 / 編

長野県食生活改善推進協議会 北信州支部
中野市きのこ・果実消費拡大実行委員会
JA 中野市女性部 JA 中野市ぶどう部会
JA 志賀高原 JA 北信州みゆき女性部

北信濃の特産品、新種の食材を生かした、 簡単な家庭料理レシピ集。

主食材の種類毎に季節を追って紹介。

四季を感じられる毎日の健康食卓に。

掲載レシピ

全239点(野菜31点、根菜25点、きのこ43点、肉15点、
魚介類11点、乳製品3点、豆製品10点、卵3点、主食27点、
おやき7点、漬物41点、おやつ23点)

規格 / A5判・260ページ

定価 / 1,050円(税込)

発行 / ほおずき書籍

発売 / 星雲社



き り と り 線

取り扱い

『うんめえ おらちの味』を _____ 冊申し込みます。

フリガナ

お名前

〒 □□□-□□□□

都道
府県

郡市
区

ご住所

電話番号 () _____

ご注文ありがとうございました。

申
込
書