

料理レシピ本大賞。  
in Japan  
2024  
【料理部門】  
入賞

# 手軽 あっさり 毎日食べたい あたらしい家中華 酒徒



マガジンハウス

鳥ガラ、オイスターソース、豆板醤を  
使わない本場の家庭料理が話題沸騰 食  
通たちも絶賛する 厳選78レシピ

料理レシピ本大賞。  
in Japan  
2024  
【料理部門】  
入賞

# ニチレイフーズの広報さんに教わる 食材の冷凍、これが正解です！

株式会社  
ニチレイフーズ



KADOKAWA

冷凍食品のプロが驚きの冷凍テクを伝授！  
150食材を網羅し、解凍方法や料理のコツも  
掲載しています。