

# 編集者が1番作りたかったレシピ本 大好評につき、発売即重版！

「週末に何品も作りおきをするのは疲れる！そもそも時間がない！」「でも、平日が大変なのはもっと嫌！」。そんな悩みを抱いていた実用書編集者が、“本当に効率的で、ラクで、おいしいごはん”を追求して、ありそうでなかったレシピ本を作りました！新星出版社から5月28日に発売された『作りおき&帰って10分おかず336』は、「作りおきおかず」「スピードおかず」という2大テーマを1冊にまとめ、その日ある材料で簡単に作れるという画期的な内容です。6月初旬に重版が決まり、ただいま大好評発売中です。



## 「作りおき」と「スピードおかず」 2大テーマがひとつに！

「作りおき」と「帰ってから作るスピードおかず」は忙しい人たちに大好評の2大テーマです。これまでは別々の企画としてたくさんレシピ本が刊行されてきました。でも本当は、週末に3～5品を作りおいて、平日はレンジやフライパンでパパッと1品だけプラスするのが、一番効率的で、ラクに暮らせる方法です！肉・魚・野菜・卵…

など、食材別にひと目で探せる構成なので、その日の忙しさや、冷蔵庫にある食材に応じて、必ず作りたいレシピが見つかります。「作りおき」も「スピードおかず」も自由自在、という便利さを、ぜひ実感してみてください！

〔著者〕 倉橋利江…編集者・料理愛好家。料理編集者として出版社に勤務し、編集長としてムックの発行を手掛け、さらに大手出版社で料理雑誌の編集に携わったのちにフリー編集者に。著書に『かんたん冷凍作りおき』（新星出版社）。

〔書誌情報〕 『作りおき&帰って10分おかず336』

出版社：株式会社新星出版社 著者：倉橋利江 定価：本体1200円+税 判型など：B5変形/4C/176頁

【お問い合わせ】

(株) 新星出版社 広報室 (担当：栗山)

TEL03-3831-0743/FAX03-3831-0758

e-mail:koho@shin-sei.co.jp

〒110-0016 東京都台東区台東2-24-10

【内容に関するお問い合わせ】

(株) 新星出版社 編集部 (担当：山口)

TEL03-3831-4073/FAX03-3831-0902

e-mail:yamaguchi@shin-sei.co.jp

〒110-0016 東京都台東区台東2-24-10