



ごはんにごく合うスープ、  
ごはんのおかずになるスープを紹介します！

2022年11月新刊

おかずはスープだけ

最高に自由で楽しいごはんの食べ方

ポイントは3つ

- ①うまみが出る素材を使うこと
- ②薬味を加えること
- ③発酵調味料を使うこと



焼いたり炒めたりして素材のうまみを引き出すスープと変化をさせて次の日も楽しむスープに加え、それらを自由に楽しむための調味料ダレ、野菜ダレのトッピングも紹介。ごはんにはスープをかけたり、浸したり。シャキシャキの野菜ダレをちょい足したり、3日間スープを楽しめたり……。そんなシンプルだけど自由で豊かなスープとごはんの食べ方の提案です。

このスープさえあれば  
ごはんが楽しくなること間違いなし！

【構成】

PART1 焼いて炒めて オイルでコクを出すスープ

- ・わかめと牛肉の韓国風スープ
- ・薄切り大根と豚ひき肉のしょうゆスープ
- ・長ねぎと鶏もも肉の甘辛スープ …etc.

PART2 変化させて3日間楽しむスープ

- ・鶏団子のスープ
- ・牛すね肉のスープ
- ・スペアリブのスープ …etc.



さつま揚げと  
ゆで卵の  
しょうゆスープ



あさりと  
じゃがいもの  
クラムチャウダー

2022年10月20日受注締切 / 11月29日搬入予定

貴店番線印

新刊委託

おかずはスープだけ  
最高に自由で楽しいごはんの食べ方

著者：堤 人美

ISBN: 978-4-405-09434-5 定価: 1,200円+税 4C 128P A5判

ご担当

冊

様



新星出版社

営業担当:

〒110-0016 東京都台東区台東2-24-10  
TEL: 03-3831-0743(代)

ご注文は  
営業本部FAXまで

03-3831-0758 (fax)

2022.08.31作成