

宝塚・清荒神

シチニア食堂の Party

野菜を美味しく 72 のレシピ
食べるための

シチニア食堂オーナーのイタノシゲ・チカ。二人の料理や人、お店に込める想いと料理に関する工夫や考えが詰まったレシピの数々をご覧ください。ご挨拶から清荒神の町のこと、さらに[シチニア食堂] ヒストリー、そして、野菜が本当に美味しく、華やかになる手軽で優しい72のレシピ掲載中。

春夏秋冬旬の野菜を味わうための安心レシピ72



装画：おおくぼひでたか

たけのこのソテー 山椒ミントソース/春キャベツとオイルサーディンのサンドウィッチ/そら豆味噌おむすび/アスパラディップのポテチパーティー/万願寺とうがらしの大葉ジェノベーゼ和え/かぼちゃのフムス/パタートマトソース/オクラキムチ/桃とマスカルポーネのスムージー/無限ねぎ/里芋ゴルゴンゾーラ/ピーツのポタージュスープ/焼きブロッコリーのエチューベ/セロリ餃子/カブと海老のカルボナーラ/ホタテと高菜の肉まん、ほか

推薦コメント

竹内久典さん

[生瀬ヒュッテ] [ブランジュリ・タケウチ]

パーティーは苦手やけど
[シチニア食堂]の2人は
大好きです!

著者より書店のみなさまへ

はじめまして。兵庫県宝塚市の清荒神という
台所の神本菜の町。0-カレで 食堂を営んで
います。シチニア食堂と申します。
このたび、インセックツより、はじめましての本を
出しませんかとお声がけをいただきました。
私たち、シチニアのシゲチカは本が大好きで
休みの日には本屋に行っても2時間おぼろ時間まで
入り浸っています。そんな時にこの本を見つけた
ので、自分たちの本をつくといいと思い入札を
とってもらい、おもしろい、これもいい、と自分の
要望を押し付けてもらい、たかさんのことを自分たちで
知りました。しごきをして、言回し、おしゃ
くろを考へる、おしゃくろに合う、そして写真を（笑）
たかさん”と”とも楽しめたのです。一生の思い出です。
私たちの思いがけず本を、ぜひたくさん読んで下さい。
よくお馴染み至ります。

シチニア食堂
イタノチカ
イタノシゲ

おながいはいはに満足です!



〇注文書 | ご注文はFAX をお願いいたします。

インセックツ FAX | 06-6773-9882

番線印	発売元 / LLCインセックツ	
	部数	シチニア食堂の Party 野菜を美味しく食べるための 72 のレシピ
ご担当者 () 様	冊	ISBN 978-4-907932-24-4 C0477 ■ 144ページ A4変形 定価 2,300円(税抜き)