

# 新刊案内

# 料理書 ご担当者様

11月下旬  
取次搬入予定

いつも大変お世話になっております。  
ご発注よろしくお願ひします。

フリー入帖出版社 女子栄養大学出版部

## スープも麺も、もう我慢しない！おいしい減塩 汁とめん



毎日の食卓に欠かせない汁物と汁めん料理を、驚くほどおいしく減塩で楽しめるレシピ集です。みそ汁・和風汁・洋風スープ・アジア風スープから、ラーメン・うどん・そば・アジア麺まで、多彩なメニューを網羅。「汁物＝塩分が高いから控えるしかない」という常識を覆し、「平均で汁物は塩分1g未満、めんは塩分2g未満、汁物のある献立は塩分1.5g」を実現しました。だし・具材・香味野菜の力を活かし、家庭にある普通の調味料で無理なく作れる工夫が詰まった一冊です。

### 本書のポイント

#### 1. 汁物はがまんしなくていい！

1杯あたり塩分1g以下でも満足感たっぷり。温かく栄養豊富な汁物が、安心して毎日の食卓に並べられます。

#### 2. 減塩でもしっかりおいしい 汁のあるめん類、汁めん

うどん、そば、そうめん、ラーメン、冷やしめんなど、スープまで飲み干せるめんのレシピを収載！

#### 3. 実践的で続けやすい構成

1週間の減塩献立例や、減塩を叶える5つのポイントを掲載。家庭で無理なく「減塩生活」を続けられます。

### 著者/本田 よう一

ほんだよういち●料理家。栄養士。東北の郷土料理や家庭料理をベースに、「作りやすく、続けやすい家庭料理」を提案している。テレビや雑誌でも活躍し、親しみやすい人柄と確かなレシピ開発力に定評がある。「減塩とは思えない」減塩料理に定評があり、『わがまま男をうならせる うまい！減塩めし』は女子栄養大学出版部のベストセラーとなっている。

新刊注文書	貴店印	申し込み数	冊	おいしい減塩 汁とめん	
	担当者	条件/新刊委託		ISBN978-4-7895-1846-8 定価 本体1,500円+税 A5判 112ページ	
				女子栄養大学出版部	新刊委託注文締切日：11月10日(月)

ご注文はこちらまで→  
女子栄養大学出版部

FAX 03-3918-5591 TEL 03-3918-5411