

1日を元気にスタートしたい人に贈る、 簡単に作れる家族のための朝ごはんレシピ集



お母さんが子どもの頃に作ってくれたような、ちょっと懐かしくて愛情のこもった朝ごはんを、大人になった今、大切な家族に作ってあげましょう。時間をかけて品数を多く作る必要はありません。起き抜けの寝ぼけた体でもさっと作れる、和洋+休日の朝ごはんレシピを100点以上ご紹介しています。パンに味噌汁を合わせたり、ごはんのスープを合わせたり、朝食の組み合わせは自由自在。好みのアイテムを選んで、毎日の朝ごはん時間を楽しい笑顔でスタートしてください。

家族の朝ごはん

著者：杵島直美
定価（本体1,500円+税）
A5判 / 112ページ

6/23(火) 配本

CONTENTS

- ◎第一章 和の朝ごはん
納豆、大根おろし、お味噌汁、焼き魚、卵のおかず、炒め物、煮物、和のサラダ
- ◎第二章 洋の朝ごはん
卵料理、オープンサンド、缶詰のおかず、炒め物、サラダ、スープ、ヨーグルト
- ◎第三章 休日の朝ごはん
サンドイッチいろいろ、フレンチトーストとパンケーキ、シリアルとコーンフレーク、おむすび、雑炊とおじや
- ◎コラム
朝ごはんのための下ごしらえアイデア、朝ごはん作りが楽しくなる台所道具、他

PROFILE

杵島直美（きじま・なおみ）／料理研究家。母である故・村上昭子から伝統的な和食と保存食作りの味と技を継承し、時代に合わせた作りやすいレシピを提案し続けている。NHK あさイチ、きょうの料理で紹介する「おふくろの味」が大人気！本書では、忙しい人でもすぐに作れる、愛情あふれる和洋の朝ごはんレシピを紹介。息子は同じ料理研究家のきじまりゅうた。近著に『ポリ袋だから簡単！発酵食レシピ』（青春出版社）、『今年こそ、梅しごと』（河出書房新社）、『日本一美味しいのり弁の作り方』（日東書院本社）などがある。

番線印	タイトル	ご注文数
	【新刊】 家族の朝ごはん	新刊指定締切：6/9(火) 定価：(本体1,500円+税) ISBN978-4-8456-3515-3
	【既刊】 フランス共働き家庭の2品献立	定価：(本体1,600円+税) ISBN978-4-8456-3469-9
	【既刊】 スパイスでおいしくなるand CURRYのカレーレッスン 3刷	定価：(本体1,500円+税) ISBN978-4-8456-3374-6
	【既刊】 至福のどんぶりレシピ	定価：(本体1,400円+税) ISBN978-4-8456-3346-3
	【既刊】 煮込み料理はフライパンで	定価：(本体1,400円+税) ISBN978-4-8456-3297-8

こちらから
店頭用POPを
ダウンロード
いただけます。

