

YouTube「さばいどるチャンネル」登録者数 38万人超!

ソロキャンアイドル・かほなんのはじめてのキャンプ飯本ができました!



ライブで歌って踊る正真正銘のアイドル。でも、無人島生活を夢見て山を買ひ、日々アウトドアテクニックを磨くガチのさばいどる。そんなかほなんが、「キャンプ飯のクッカーはこれ一択です!」と熱烈に推す「飯ごう」を使ったレシピを大公開! 飯ごうと言えばご飯を炊く道具、と思いがちですが、昔ながらの最強クッカーの実力はそれだけではありません。標準的な飯ごうは1,000円台で買えてとてもリーズナブル。容量的にも申し分ないので、焼く、ゆでる、揚げる、煮る、炒める、蒸す、炊く、燻すなどの調理のほか、和えたり、盛ったり、スイーツの型として使えたりと役立ち度がすごいんです。本編では、飯ごうの本体とふたを組み合わせでご飯とおかずを完成させる同時調理や、大人気のスモークレシピ、お酒がすすむかんたんおつまみ、バケツプリンならぬ飯ごうプリンなど、レシピ開発から製作までかほなん渾身のキャンプ飯&スイーツを60点以上収録。これからのキャンプのおともには「飯ごう」が必携ですよ!

飯ごうレシピ
マスターブック8/24
配本

最強クッカーでおいしいソロキャン時間!

著者: さばいどる かほなん A5判/112ページ
定価1,650円(本体1,500円+税10%)

CONTENTS

- 飯ごうの基本 … 飯ごうってなに?/飯ごうを知る/飯ごうでできること/おすすめのものたち/ほか
- 市販品ですぐできあがり! かんたん・満足レシピ … ポロネーゼごはん/3種のじゃがバター/ほか
- おつまみからガッツリ定食まで! 飯ごう使いこなしレシピ … アヒージョ/クラムチャウダー/ほか
- みんなで食べよう! パーティーレシピ … ローストチキンレッグ/アクアパッツァ/ほか
- 食後のおたのしみ! 別腹スイーツレシピ … パナナパウンドケーキ/まるごとりんご蒸し/ほか
- Column かほなん的 キャンプの楽しみ方 … ブッシュクラフト/ジビエ
- 番外レシピ 和えるだけ おつまみ食堂 … 缶詰編/前菜編

ソロキャンはもちろん、
ファミキャン、グルキャンでも
よるこばれる万能クッカー
飯ごう1台で
キャンプ飯が大充実!

番線印	タイトル	ご注文数
	飯ごうレシピ マスターブック [新刊/書籍]	新刊指定締切: 8/6(金) 定価1,650円(本体1,500円+税10%) ISBN978-4-8456-3657-0
	かんたん&おしゃれな バーベキューの人気レシピ [既刊/書籍]	3刷 定価1,496円(本体1,360円+税10%) ISBN978-4-8456-3009-7

30冊以上のご注文で、「さばいどる かほなん」ポスター(A2)1枚、
 10冊以上のご注文で、POP1枚(ハガキサイズ)を贈呈いたします! ※どちらも先着順

★ご希望販促物にチェックをお願いいたします。 ポスター希望→ POP希望→

発売後、こちらから
 POPのダウンロードも
 可能ですので
 ご活用ください。

