

酒粕の おいしいレシピ

▶寺田本家蔵人直伝の酒粕料理帖
なかじ著 発酵の生命力溢れる自然酒造りの蔵人が教えるレシピ。
発酵調味料、おかず、パスタ、パン、
お菓子まで50品。酒粕の健康・
美容効果、酒文化も紹介。●1365円

米粉 ランチ

▶パスタに、
チヂミに、
どんぶりになる
米粉のレシピ40

サカイ優佳子・田平恵美著 小麦粉
をこねるより、米を炊くより簡単！
パスタ、米粉ボール(団子)、パン、
ケーキ、スコーンなど。●1365円

図解 よくわかる 陰陽調和料理

▶地産地消の食べ方が健康を守る
梅崎和子著 体を冷やす食べ物と
温める食べ物の調和から身土不二
や旬の効用を示し、家庭でできる
養生料理の実際を解説。●1300円

農文協

東京都港区赤坂
7-6-1(価格税込)

●読者注文専用電話0120-582-346
<http://shop.ruralnet.or.jp/>