

売れてます！ 店頭在庫をご確認ください！

新刊

つくあやの  
**10分15分  
時短おかず**

著：つくあや



おかず選びに迷わない！  
献立づくりができる超時短おかず

Instagramでフォロワー23万人、レシピサイトNadiaでも大人気の料理家つくあやさん。昨年出版した『つくあやの一汁三菜時短献立』に続き、大好評のレシピをまとめたレシピブックの第2弾が発売！

1週間分の献立見本&食材別のレシピを全195品紹介しています。今日冷蔵庫にある食材や家族の好きなおかずから自由に献立を組み合わせることができます。

つくあやの  
**一汁三菜  
時短献立**

著：つくあや

4刷突破!!



最短15分で完成！  
一汁三菜献立をムリせず毎日作れる

NadiaやInstagramで大人気のつくあやさんは、30分以内でできる一汁三菜の献立提案が話題。

初のレシピブックとなる本書では、その時短のコツをたっぷり紹介しています。

今日からマネできるアイデア&作りたいおかずが満載です。

ISBN 978-4-651-	書名	品目コード	判型・頁数	本体価格	ご注文数
20366-9	つくあやの10分15分時短おかず	3203662300	AB/96ページ	1,080円	
20244-0	つくあやの一汁三菜時短献立	3202442200	AB/96ページ	1,080円	

4刷突破!

《条件：注文扱い 搬入：随時》

ご注文は… **ワン・パブリッシング 受注センター**  
FAX: **0570-008020**

書店印