

2018年6～8月 図書館2階フロア イベント展示

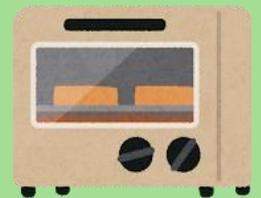
暑くなる季節、 ガスコンロを使わないレシピを を見つけよう！

IHコンロが普及しつつありますが、
ガスコンロで料理をされるご家庭では、
この気持ちを共感していただけるはず！

エアコンの下でも、ガスコンロ使用の
調理は、その熱さに悩まされます。

だから、ガス熱源の料理はできるだけ
避けたいですね。

そこで、ガスコンロ調理を代用できる
他の調理器具での料理や、ガスコンロを
使用しても、時短できるレシピを見つけ
ましょう。



2018年6～8月 図書館2階フロア イベント展示 : 暑くなる季節、ガスコンロを使わないレシピを見つけよう！

電子レンジ

	請求記号	書名	著者名	出版者
1	493.123/M	レンジで楽チン!糖尿病レシピ	村上祥子著	新星出版社
2	498.583/I	コレステロール・中性脂肪が気になる人の1400kcalやせる献立 : 組み合わせ自由自在 : 電子レンジで油抜き・美食ダイエット (セレクトBOOKS)	伊藤玲子著	主婦の友社
3	498.59/M	村上祥子のおうちでハッピー介護食 : レンジで楽々! : 1、2、3でハイッできあがり!パパッと作れて安心!おいしい!毎日の定番レシピ	村上祥子著	河出書房新社
4	596/D	電子レンジ料理のコツ (プロの技と料理の科学シリーズ)	千葉真知子 [ほか] 共著	学研
5	596/D	電子レンジらくらくダイエット 改訂版 (Diet Recipeシリーズ)		女子栄養大学出版部
6	596/H	電子レンジ「こつ」の科学 : 使い方の疑問に答える 新版	肥後温子著	柴田書店
7	596/M	フライパンも鍋もいらない!100%電子レンジメニュー (講談社のお料理BOOK)	村上祥子著	講談社
8	596/T	決定版電子レンジと圧力鍋簡単スピードクッキングレシピ集 193 (レッスンシリーズ)	田所静子, 河野雅子料理	パッチワーク通信社
9	596/T	新世紀に向かったの新調理技術 : 「真空調理技術」「高圧調理技術」「電子レンジ調理技術」(専門料理全書 : イラスト・調理方法・手順付き)	辻勲著	辻学園調理技術専門学校
10	596/S	さすが電子レンジ!料理大全集	村上祥子 [ほか] 監修・執筆, 講談社編	講談社
11	596/S	レンジと炊飯器で作る超かんたん料理「UDレシピ本」	下田昇兵著	旭川印刷製本工業協同組合
12	596.65/I	こんなに簡単でいいの電子レンジでスピードお菓子 (講談社のお料理BOOK)	伊藤睦美著	講談社

オーブントースター

	請求記号	書名	著者名	出版者
1	596/N	オーブントースターの料理：毎日のおかずからお菓子作りまで120%フル活用! 拡大改訂版(マイライフシリーズ特集版; no.459)	永峰美子[著]	グラフ社
2	596/O	オーブントースターで早ワザ料理	奥蘭壽子著	ソニー・マガジズ

炊飯器

	請求記号	書名	著者名	出版者
1	596/A	炊飯器におまかせ。	阿部剛子著	文化出版局
2	596/I	炊飯器ひとつで!たちまちCooking：ヘルシー本格おかず、デリ風ワンプレート、超かんたんデザートetc.	岩崎啓子著	河出書房新社

米類

	請求記号	書名	著者名	出版者
1	596.3/G	ごはん検定公式テキスト	東京都ごはん区, おにぎり協会監修	実業之日本社
2	596.21/T/3	ずし：ちらしずし・巻きずし・押しずしなど(別冊うかたま[伝え継ぐ日本の家庭料理; 3])	日本調理科学会企画・編集	農山漁村文化協会
3	596.3/H	にっぽんのおにぎり：写真絵本おにぎり風土記	白央篤司著	理論社

粉類

	請求記号	書名	著者名	出版者
1	596/H/1	プレートメニュー・サンドイッチ・スープ・スイーツ(カフェデリそうざいアイデア集; 1)	日高良実著	柴田書店
2	596.63/N	人気店が教える大評判!最新サンドイッチ(旭屋出版MOOK)		旭屋出版

	請求記号	書名	著者名	出版者
3	596.63/U	キャラクターのちぎりパンレシピ：つい人に見せなくなっちゃう	umi著	大和書房
4	596.63/Z	ザ・サンドイッチ・レシピ：名門ホテル&バー・老舗レストラン・人気ベーカリーに習った決定版 = The Sandwich Recipes		世界文化社

弁当

	請求記号	書名	著者名	出版者
1	596.4/D	男子のかんたんボリューム弁当：男子大満足のレシピ満載!! (ブティック・ムック；1263)		ブティック社
2	596.4/F	のっけ弁当100 (別冊すてきな奥さん)	藤井恵著	主婦と生活社
3	596.4/S	フードコーディネーターSHIORIの何度でも作りたくなるかんたん朝ラク弁当 (講談社mook)	SHIORI著	講談社
4	596.4/Y	ゆる自炊弁当BOOK：弁当作りも意外に簡単らしい：ビギナーさんにささぐり! (Orange page books)	比留間深雪編集	オレンジページ

ヘルシー

	請求記号	書名	著者名	出版者
1	498.583/A	21世紀の医食同源：医者も奨めるかんたん美味レシピ93	新居裕久著	ベターホーム出版局
2	596/I	「揚げない」揚げもの：ちょっとの油でサクッとおいしい	石原洋子著	日本文芸社
3	596.3/T	滝田美智子のラクうま雑穀ごはん：カラー版 (講談社+アルファ文庫)	滝田美智子[著]	講談社
4	596.37/K/[1]	菜菜ごはん：野菜・豆etc.すべて植物性素材でつくるかんたん満足レシピ集	カノウユミコ著	柴田書店

おもてなし

	請求記号	書名	著者名	出版者
1	596/O	おいしいおもてなし：気楽に作る（ベターホームの料理の先生おすすめレシピ集）	ベターホーム協会編	ベターホーム出版局
2	596/W	らくつまみ100：別冊すてきな奥さん（別冊すてきな奥さん）	ワタナベマキ著	主婦と生活社

子ども対象

	請求記号	書名	著者名	出版者
1	493.931/K	子供が喜ぶ食物アレルギーレシピ100：無理なく、簡単!	海老澤元宏監修	成美堂出版
2	596/O	奥菌壽子の超簡単!子どもレシピ：カンタン・カンタン・カンタン!：はやい・おいしい!	奥菌壽子著	PHP研究所

介護職

	請求記号	書名	著者名	出版者
1	498.59/G	5分でできる介護食：目からウロコのアイデアメニュー	在宅栄養アドバイザー「E-net」著	中央法規出版
2	498.59/N	居宅・グループホームにおける簡単・おいしい介護食：基礎知識とレシピ200	内藤初枝著	第一出版
3	498.59/O	おうちで作る介護食クッキング入門：かんたんおいしい!	齋藤郁子編著, 菊谷武 [ほか] 著	日本医療企画
4	498.59/T	介護食安心・かんたん・おいしいレシピ：きざみ食からミキサー食まで	筑井公子著	近代出版

非常食

	請求記号	書名	著者名	出版者
1	369.3/K	おかあさんと子どものための防災&非常時ごはんブック：4コマでわかる!	草野かおる著, 木原実監修	ディスカヴァー・トゥエンティワン
2	596.04/F	復興ごはん：「被災地の声」で綴る、復興を支えた「食」のチカラ。：いっしょに作って、いっしょに食べよう!	味の素グループ東北応援ふれあいの赤いエプロンプロジェクト編	小学館

ストック

	請求記号	書名	著者名	出版者
1	596/I	休日に作っておけば、毎日のごはんが楽になる（ACムック）	板井典夫〔著〕	アスコム
2	596/J	常備菜クッキングBOOK：忙しい人のお助けアレンジレシピ!おかずからお弁当まで	大庭英子, 石原洋子, 田口成子, 夏梅美智子著	家の光協会
3	596/K	かんたん冷凍作りおき：ラクしておいしい!	倉橋利江著	新星出版社
4	596.37/M	野菜のぷちストックレシピ：手軽でムダなくおいしい	本谷恵津子著	家の光協会

ズボラ

	請求記号	書名	著者名	出版者
1	498.55/O	缶詰は食生活を改善する：手軽で栄養効果バツグン!	落合敏著	ブックマン社
2	596/H	花のズボラ飯うんま～いレシピ：なぜ、ズボラ料理なのに泣くほどうまいのか	久住昌之監修	主婦の友社
3	596/N	なんにも作りたくない日の10分レシピBEST200（エイムック；3593[ei cooking]）		権出版社

ラク、簡単

	請求記号	書名	著者名	出版者
1	596/B	番組スタッフが選んだ簡単スピードおかずベスト120（角川SSCムック[3分クッキング永久保存版シリーズ]）		KADOKAWA
2	596/H	ひとり暮らしごはん：手間をかけずに、はい!完成（実用No.1シリーズ）	主婦の友社編	主婦の友社
3	596/I	ラクうま献立：選べる副菜バリエ150：もっと楽しい&おいしい食卓に！（実用No.1シリーズ）	市瀬悦子著	主婦の友社
4	596/K	クックパッドみんなの簡単&おいしい基本のレシピ（Fusosha mook[Cookpadいいとこどりレシピムック]）		扶桑社
5	596/O	女子栄養大学のカフェテリア：カンタン今日のごはんはこれで決まり	小笠原章子著	幻冬舎エデュケーション, 幻冬舎(発売)
6	596/O	黄金比率1:1で作るたれソースでレシピ100倍奥菌おかず（「なあんた簡単!」料理book）	奥菌壽子著	小学館
7	596/S	ラクうまごはんのコツ：ほんとに旨い。ぜったい失敗しない。	瀬尾幸子著	新星出版社
8	596/S	スグでき!おいしい328品：3分5分10分でラクラク手間なし		学習研究社
9	596/Y	ひとり暮らしのはじめて料理：はじめてでも失敗しない料理の基本を丁寧に解説（ブティック・ムック；no.1191）	吉田瑞子著	ブティック社