



ムラヨシマサユキさんの
みかん、ゆず、金柑のおやつ
おばあちゃんの食べもの薬
ほか



冬野菜 いちばん おいしい

「いちばんおいしい野菜の食べ方を教えてください」
農家のみなさんにそう聞いたら、教えてくれたのは
びっくりするほどシンプルなレシピばかりでした。

気楽につくれて、野菜がもっと身近になって、食卓が楽しくなる。
とっておきの冬野菜レシピ集です。