

# グラフィック社・10月の新刊

## 家族や友だちと囲んで楽しむ。 スペイン家庭料理 本場のパエリア 決定版

ヨーロッパの中でも長寿の国・スペイン。  
良質なオリーブオイルに米、野菜や魚介、肉など  
バランスのよい食生活が理由とされています。  
そんな模範食・本場パエリアを紹介します！

スペインの国民食・パエリアは無形文化遺産に登録されるほど歴史のある料理です。発祥はバレンシア地方で、畑で働く人たちのまかない食でした。豆やさやいんげん、近くで獲れるうさぎを米と一緒に炊き込んだのが元祖パエリア。今では豊富な食材をのせたパエリアが数多くあります。パエリアはスペイン人の人々にとって特別な料理で、家族や友だちが集まったときに作ります。さまざまな野菜、魚介、肉、米、オリーブオイルを使い、ひと鍋で作れるヘルシーな料理。本書はスペイン歴14年の著者が、本場の味をそのまま、日本のキッチンで作れるレシピとコツを余すことなく紹介します！

丸山久美 著 定価：本体1,700円(税別) ISBN978-4-7661-3975-4 C2077  
B5判 総96頁(オール4色)



地区	書店コード	書名	注文数
		家族や友だちと囲んで楽しむ。 スペイン家庭料理 本場のパエリア	
書店印		丸山久美 著 ISBN978-4-7661-3975-4 C2077 定価：本体1,700円(税別)	冊