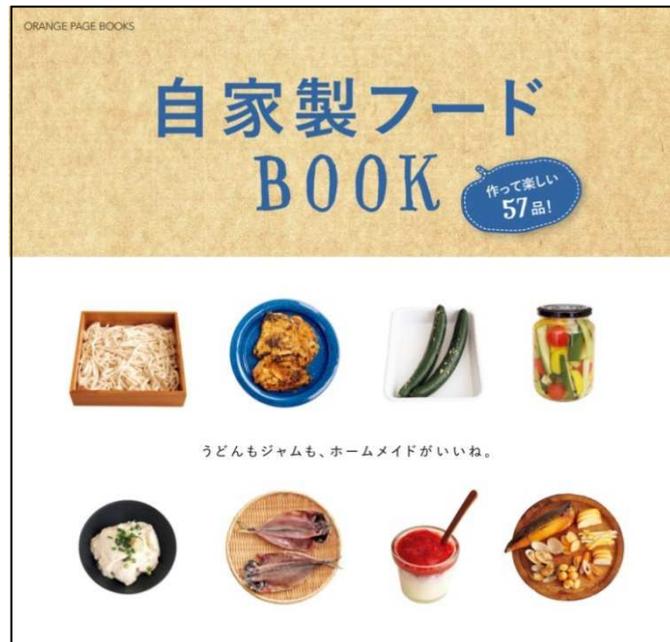


作ってわくわく♪ 食べて幸せ！  
「こんなものまでおうちでできるなんて！」と驚きの全 57 品収録

## 『自家製フード BOOK』

家庭で手作りする楽しみを伝えてきた株式会社オレンジページ(東京都港区)は、7月2日(木)に『作って楽しい 57 品！ 自家製フード BOOK』を発売いたしました。うどん、ジャム、燻製の定番から、鶏ハム、ミルクジャムなど話題のフードまで、ホームメイドが楽しい全 57 品を収録した充実の一冊です。



### はじめてのフードでも安心して作れる「試作メモ」つき！

はじめての挑戦には不安がつきもの。そこで本書では、すべてのフードは編集部でレシピどおりに試作&試食。試作時に見つけたコツやアドバイス、アレンジなどを紹介しています。

～「試作メモ」の例～

ざる豆腐:「かすかなとろみ」を手ごたえで感じたら、即座に混ぜるのをストップ！ もろもろな状態は混ぜすぎ……

ドライフルーツ:焼きたては「ふかふか」で柔らかいですが、蒸気がとんで冷めたらパリッとしました♪

ミックスピクルス:この配合は「すっぱ好き」さん向けかも。好みで酢は 3/4 カップまで減らしても大丈夫です。

## 『作って楽しい 57 品！ 自家製フード BOOK』

### ～掲載レシピの一部をご紹介～

#### ◆自家製フード人気 NO.1！ 親子&友人と楽しめる手打ちうどん

生活情報誌『オレンジページ』では、過去に何度か自家製フードを紹介してきましたが、掲載するたびにとりわけ反響が大きかったのが「手打ちうどん」。生地を踏んだり、のばしたり、切ったりと、ふだんの料理では味わえない手作りの楽しさが詰まったプロセスは、工作気分親子で楽しむもよし、イベント気分友人と楽しむもよし。本書では、調理のプロセスを写真つきで詳しく解説し、おいしい食べ方もあわせて紹介。はじめてうどんを打つ人におすすめの内容となっています。



生地を踏んで→のばして→切って……と、ふだんの料理にはないプロセスは、大人も子どもも楽しめるはず！

#### ◆鶏ハム、ミルクジャム、ツナ etc.インターネットで話題のフードがずらり！

最近の SNS で「作ってみました♪」とよくお披露目されている話題のフードも紹介。しっとりとした食感が感動の「鶏ハム」、とろ～り濃厚な「ミルクジャム」、手作りならではのぜいたくさ「粗ほぐしツナ」など、どうやって作るのか気になっていた「あのフード」が、だれにでも作りやすいレシピで掲載されています。



鶏ハム



ミルクジャム



粗ほぐしツナ

## ◆こだわり料理男子のハートをくすぐる、〈通な〉フードも掲載

自家製フードは、ちょっとマニアックな男性にも人気の高いジャンルです。本書では、料理好きな男子や休日のお父さんの〈手作り心〉をくすぐる、半日で完成のあじ&いかの干物、中華鍋でできる燻製、アウトドアで大活躍のバーベキューメニューなども紹介しています。



干物



燻製おつまみ



ポークスペアリブ

### 【CONTENTS】

#### PART1 作ってすぐに食べられる自家製フード

●手打ちめん●肉のおつまみ●豆腐と厚揚げ●燻製あれこれ●ミルクジャム●ドライフルーツ

#### PART2 じっくり作る〈熟成系〉自家製フード

●ぬか漬け●干物●粗ほぐしツナ●辛子明太子●ミックスピクルス

#### PART3 アウトドアで大活躍する自家製フード

●漬け焼きバーベキュー●フルーツスムージー

## 『作って楽しい 57 品！ 自家製フード BOOK』

7月2日(木)発売 926円(税別)

AB 変型判、アジロ、カバーつき、84 ページ

※本書は『オレンジページ』に掲載した記事を再構成し、加筆、改稿したものです。

<このリリースに関するお問い合わせ先>

〒105-0004 東京都港区新橋 4-11-1 株式会社オレンジページ

広報部 遠藤 press@orangepage.co.jp Tel 03-3436-8421 Fax 03-3436-8434