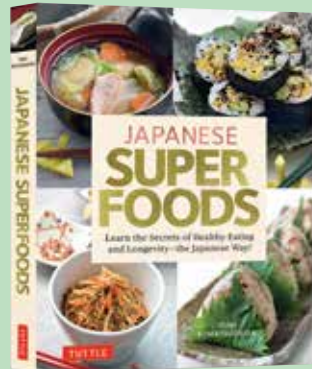


海藻、味噌、豆腐、麴など、日本のスーパーフードで作る家庭料理

Learn the Secrets of Healthy Eating and Longevity, the Japanese Way!



30
recipes
included

世界中で注目される日本発のヘルシー料理

出汁の取り方、食材の解説も !!

『Japanese Superfoods』

定価 3,100 円+税 タトル出版

TUTTLE