

料理ビギナー、忙しい人にぴったり

家電でラク レシピ

チン!
するだけ

魚料理も

ぶりの照り焼き



火を使わずラクチン♪ /

揚げずにおいしい

鶏手羽元のフライドチキン



定番おかずも
おべんとう作りも
あっという間!

電子レンジで超ラクごはん 定価：本体 1100 円+税

主婦の友社