

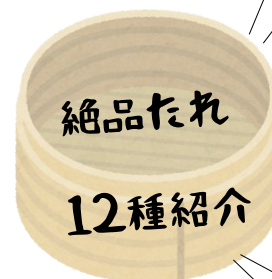


蒸す + 身近な薬膳食材で 食べて体調を整える！

からだのトラブル解決ごはん 薬膳せいろ蒸し

阪口珠未【著】 株式会社漢方キッチン代表。
日本薬科大学、国立北京中医薬大学提携・日本中医学院講師。

文科省国費留学生として、北京中医薬大学で中医学を学び、同大付属病院にて臨床と薬膳レストランで料理を学ぶ。東京・恵比寿にて薬膳スクールと薬店を主宰。カラダとココロを健やかにするべく、楽しくおいしい薬膳の普及活動を行う。著書に『からだのトラブル解決ごはん 薬膳ひとり鍋』（自由国民社）、『西太后のアンチエイジングレシピ』（主婦の友社）、『老いない体をつくる中国医学入門』（幻冬舎新書）、『365日のゆる養生』（エクスナレッジ）、『新版 毎日使える薬膳&漢方の食材事典』（ナツメ社）など多数。



薬膳の知恵を取り入れた
たれは蒸し料理にも
日々のおかずにも大活躍



→ A4パネル
← POP



貴店番線印	注文	☐ POP(5冊以上) ☐ A4パネル(20冊以上) からだのトラブル解決ごはん 薬膳せいろ蒸し 冊 A5判 144頁 本体1700円 ISBN 9784426131074 自由国民社
ご担当()様	冊	☐ POP(5冊以上) ☐ 見本誌(7冊以上) からだのトラブル解決ごはん 薬膳ひとり鍋 冊 A5判 128頁 本体1600円 ISBN 9784426129248 自由国民社