

和え物、炒め物、蒸し物、煮物、デザートまで全96レシピ

カンタン！



塩分控えめ！



野菜たっぷり！



油っぽくない！



香辛料控えめ！



罪悪感なし！



「あっさり軽やか。台湾家庭の毎日ごはん」著：小河知恵子 定価1,650円(1,500円+税)日東書院本社刊