

ひと煮立ちさせて、スープジャーに注ぐだけ。

朝10分でできる

スープ弁当



7年間毎朝スープを作り続けるスープ作家
有賀薫

電子版も好評発売中!
定価:本体1300円(税別)
ISBN978-4-8387-3040-7



カンタン! 美味しい! ヘルシー!!

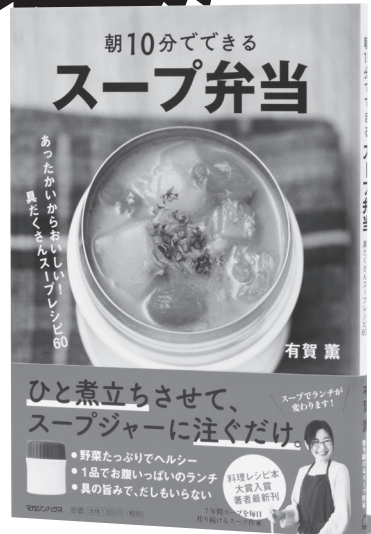
寒い冬は、あったかいスープが

最高のごちそう

有賀流スープ弁当は
いじこらずくめ!

- 「毎日500円のランチ代が節約できそう!!」(36歳 岐阜県)
- 「保温調理で、手間なくちゃんとおいしい。忙しい朝でも、これなら誰でもできる!」(51歳 北海道)
- 「ダイエツト中の夫も満足しています」(70歳 京都府)
- 「脇役ではなく、ひとつで主役になるスープ。盛り付けも気にしなくていい。あったかい。弁当革命です!」(48歳 神奈川県)

20~80代まで
幅広い読者が大絶賛!!
10万部突破!



具だくさん スूपレシピ 60品

ホクホクでクリーミー
かぼちゃと鶏肉の豆乳シチュー

バターが決め手!
鮭とじゃがいものみそ汁

パスタもそのまま入れるだけ!
ミートソース缶のトマトパンネ