

ついに  
**10万部突破!**

amazon ランキング  
**第1位**  
売れ筋ランキング 書籍総合  
【お弁当】【専門料理】部門  
(2020/1/15調べ)

Rakuten ブックス  
**第1位**  
【お弁当】部門  
(2020/1/6~12調べ)

ひと煮立ちさせて、  
スープジャーに注ぐだけ。

朝10分ですべてできる

スープ弁当



有賀薫

8年間毎朝スープを作り続けるスープ作家

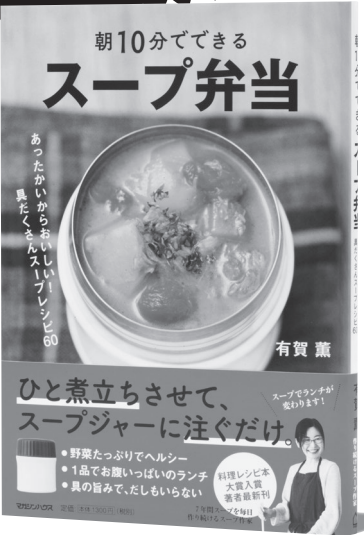
カンタン！美味しい！ヘルシー！

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いことづくめ！

- 「毎日500円のランチ代が節約できそう!!」(36歳・岐阜県)
- 「野菜たっぷり、塩ひかえめ。年寄りにもぴったり」(84歳・千葉県)
- 「スープジャーなら、持ち運ぶ間に煮えるから便利!」(53歳・東京都)
- 「娘から『明日もスープにして!』と大好評です」(48歳・大阪府)



電子版も好評発売中!  
定価:本体1300円(税別)  
ISBN978-4-8887-3040-7

1品でも主役になる  
具たくさん  
スープレシピ  
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

コンソメなしでも絶品!  
キャベツとソーセージ  
のポトフ

バターが決め手!  
鮭とじゃがいも  
のみそ汁

AmazonおよびAmazon.co.jpは、Amazon.com, Inc.またはその関連会社の商標です。

マガジンハウス  
https://magazineworld.jp/books/

〒104-8003 東京都中央区銀座3-13-10 (土日祝日を除く、)  
読者サービスセンター ☎0120-797-300 平日9:30~18:00  
書店、インターネット書店でお買い求めください。

テレビで話題沸騰!  
「ヒルナンデス!」 著者出演!!  
(日テレ系、2/13)