

各 位

2023年6月26日
株式会社インプレス

“料理が苦手な人”は必読！誰でも料理上手になれる料理入門書
『なんかおいしくないので料理をおいしくするコツ知りたいです！』を
6月26日に発売

インプレスグループでIT関連メディア事業を展開する株式会社インプレス（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：小川 亨）は、書籍『なんかおいしくないので料理をおいしくするコツ知りたいです！』を2023年6月26日（月）に発売いたします。



■料理が上手くなる近道はレシピを覚えることでなく、料理のコツを知ること！

近年、手間をかけずにおいしく作れるレシピ本が人気を集めています。一方で、どんなに簡単なレシピをマネしても、基本の調理技術を知らないことで、「レシピを見て作ったが失敗する」「レシピ通り作ったのに肉や魚は半ナマ」「料理の正解がわからずとにかく苦手」など、おいしく作れなかったり、苦手意識を持っている人も多くいます。そういった人の解決策の1つが料理のちょっとした基本を覚えることです。

本書で紹介する内容は、たくさんの種類の調味料を組み合わせたレシピや、難しい調理方法は一切登場しません。「焼く」「炒める」「煮る」、この3つの基本を学び、コツを掴めば、いつも作っている料理がちそうに変身！。そして、たくさんのレシピを覚えなくても、おいしい料理が作れるようになっていきます。

本書は幅広い年代の支持を得て、つくりおきや料理の基本などを中心に書籍を手掛けてきた小田真規子先生の監修のもと、制作しています。

■まんがで楽しく学べて、一度コツを覚えれば色々な料理に応用できる！

本書は、料理が苦手な主人公と、料理上手な大家さんのクスッと笑えるストーリーを軸に、まんが形式で解説しています。そのため、料理に苦手意識がある方でも、主人公に共感して楽しみながらポイントを掴むことができます。



また、本書で登場する料理は、料理をおいしく作るコツを学ぶのに特化したレシピになっています。まんがで紹介したコツを意識してそのレシピを実践すると、どうしてその焼き方が大事なのか、失敗の原因はなんだったのかを理解できます。本書を読み終わった後は、料理が「おいしく」作れるようになる、秘訣が自然と身に付く構成です。

紹介しているコツは、複雑なことは一切なく、「表7割、裏3割の感覚で焼けば、お肉も皮パリジューシーに」「失敗の多い炒め物は、重ねて焼いてから炒める」など、今日からマネできるコツばかり。料理初心者や、料理が苦手な学びなおしたい人にピッタリな内容となっています。

表7割、裏3割の感覚で焼く！



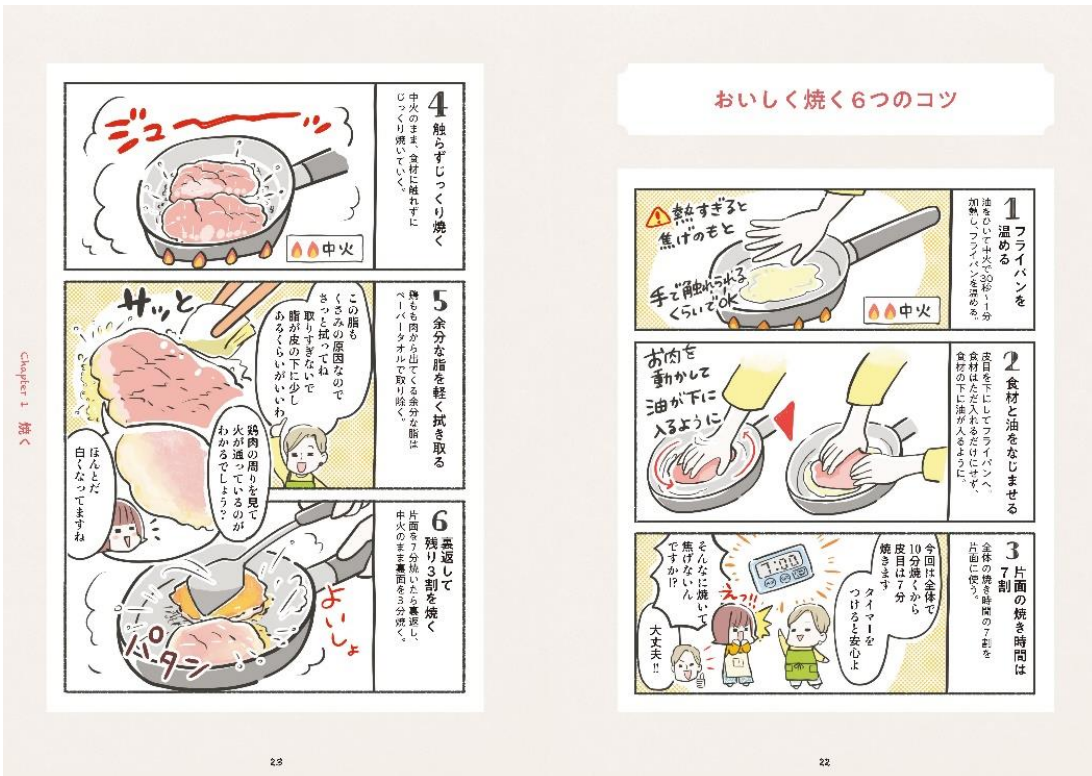
食材は重ねて2分焼き、炒めるのは1分！



■本書は以下のような方におすすめです

- ・料理をおいしく作るコツを知りたい人
- ・料理本やレシピサイトをみて料理を作ってみたが失敗経験がある人
- ・美味しくできない原因がわからない人
- ・新生活で自炊を始めたがなかなか上手にできない人
- ・料理が苦手でないが、「どうしたら美味しく作れるんだろう」と頭のすみっこで考えている人

■紙面イメージ



■本書の目次

- Chapter1 ごちそうは焼くだけでできる！
- Chapter2 炒め物は重ねて炒めれば失敗なし！
- Chapter3 煮物と汁物は炒めてじっくりコトコトと
- Chapter4 副菜と盛り付けで豪華ごはんに！

■書誌情報



書名：なんかおいしくないので料理をおいしくするコツ知りたいです！

監修：小田 真規子 まんが：ノグチノブコ

発売日：2023年6月26日（月）

ページ数：144ページ

サイズ：A5 正寸

定価：1,705円（本体1,550円＋税10%）

電子版価格：1,705円（本体1,550円＋税10%）※インプレス直販価格

ISBN：978-4-295-01658-8

◇Amazonの書籍情報ページ：

<https://www.amazon.co.jp/dp/4295016586/>

◇インプレスの書籍情報ページ：

<https://book.impress.co.jp/books/1122101072>

■著者プロフィール

監修：小田真規子（おだまきこ）

料理研究家・栄養士。「健康に配慮した、誰もが作りやすく、おいしい家庭料理」をテーマに、Web・TV・雑誌などでオリジナルレシピを紹介。身近な材料を生かした手軽なレシピは、幅広い年代の支持を得て、つくりおきや料理の基本などを中心に著書は120冊を超える。1998年、スタジオナッツ設立。代表のフードディレクターとして、企業へのメニューアドバイス、レシピ提案のほか、料理撮影のフードコーディネーターに数多く携わる。Instagramではパブリカマキコとなり料理のコツを発信中。

まんが：ノグチノブコ

イラストレーター・漫画家。「ひと」と「くらし」に関するテーマを主軸に、デフォルメした人物キャラにマンガ的な表現を加えてイキイキした画面作りが得意。Webから紙媒体まで幅広くイラスト・マンガの仕事を行う。グルメと食べ歩きが大好き。おいしい世界を描くのも大好き。

以上

【株式会社インプレス】 <https://www.impress.co.jp/>

シリーズ累計7,500万部突破のパソコン解説書「できる」シリーズ、「デジタルカメラマガジン」等の定期雑誌、IT関連の専門メディアとして国内最大級のアクセスを誇るデジタル総合ニュースサービス「Impress Watchシリーズ」等のコンシューマ向けメディア、「IT Leaders」をはじめとする企業向けIT関連メディアなどを総合的に展開・運営する事業会社です。IT関連出版メディア事業、およびデジタルメディア&サービス事業を幅広く展開しています。

【インプレスグループ】 <https://www.impressholdings.com/>

株式会社インプレスホールディングス（本社：東京都千代田区、代表取締役：松本大輔、証券コード：東証スタンダード市場 9479）を持株会社とするメディアグループ。「IT」「音楽」「デザイン」「山岳・自然」「航空・鉄道」「モバイルサービス」「学術・理工学」を主要テーマに専門性の高いメディア&サービスおよびソリューション事業を展開しています。さらに、コンテンツビジネスのプラットフォーム開発・運営も手がけています。

【本件に関するお問合せ先】

株式会社インプレス 広報担当：丸山

E-mail: pr-info@impress.co.jp URL: <https://www.impress.co.jp/>

※弊社はテレワーク推奨中のため電話でのお問い合わせを停止しております。メールまたは Web サイトからお問い合わせください。