

ガン 糖尿病 認知症 などあらゆる
病気も不調も寄せ付けない

医師が教える

最強で美味しい2品献立

＼こんな方へおすすめ／

- ☒ なんとなく疲れやすい、気分が優れない日が続く
- ☒ 栄養も美味しさも満足できるレシピが知りたい
- ☒ 忙しい日でも栄養のある料理を手軽に作りたい

【著書】
堤貴大(糖尿病専門医)/前田量子(料理家・管理栄養士)

【三空出版】定価1,430円(本体1,300円+税10%)

レシピ
80品
掲載

