



横山タカ子さんの



# 「漬物は調味料」

カルパッチョに 炒めものに スープに 白あえに ちらしずしに

ハーブ塩麴を使って風味満点!



発酵の力で  
夏野菜をもっとおいしく

小林まさみ&まさるの

# 発酵食堂



IMAI MAMI'S  
HAKK  
& ME

# 新しい肉料理

発酵だれで変わる!

アルゼンチン発祥のソース  
"チミチュリ"を発酵だれにアレンジ!



今井真美さん



オレンジページ  
Cooking  
2024夏

# 夏を元気に発酵ごはん!