

ガパオ

無限
ガパオ
130種!

タイのおいしいハーブ炒め

著者：下関崇子（しもせき・たかこ）

タイ料理家。ガパオ・リサーチャー。日本の一般的なタイ料理本には、ほとんど載っていないリアルなタイ食文化を追求し続ける。元・女子プロキックボクサー&ムエタイ選手。タイ人の夫も元ムエタイ選手、現ムエタイ・コーチ。

カバー撮影：衛藤キヨコ

ブックデザイン：宮崎希沙

編集：ワダヨシ

牛肉と
プリック
チーフアー
のガパオ



CONTENTS

- ガパオとはタイ・ハーブの名前【基本】
- ガパオ黄金比で誰でも簡単につくれる【レシピ】
- ガパオの具はひき肉だけでなくイカ、エビなど魚介類ほか色々あり【本場の味】
- ガパオは麺、パン、おにぎり、点心など様々なアレンジ可能【バリエーション】
- ガパオレシピを定番、進化系、創作系と網羅。130種類も掲載【無限ガパオ!】
- ガパオロジーで発祥、歴史、進化などガパオ・カルチャーを知る【深掘り】

◎発行 ferment books ◎ISBN 978-4-9908637-2-2 C0077

◎本体 2,200 円+税 ◎B5判変形 ◎144ページ ◎オールカラー



貴店番線印	担当	注文数	ガパオ タイのおいしいハーブ炒め 下関崇子 [著] 発行 ferment books (ファーマメント・ブックス) ISBN 978-4-9908637-2-2 C0077 本体 2,200 円+税 B5判変形、144ページ、オールカラー
	様	冊	

ご注文・お問い合わせはJRCへ FAX：03-3294-2177

TEL：03-5283-2230 E-mail：info@jrc-book.com

●全取次へ出荷可能 ●返品は長期にてお受けします