



入笠山の「おぼろ」
東京・名古屋から近い
観光地化されつつある
おすすめスポット！

おヨメちゃんのなんでも入門

アウトドア料理の おすすめは... **鉄平石パイ焼き**
田代しんたろう



★読者の皆様に、おヨメちゃんからステキなプレゼントがあります。10ページをみてネ!!

鉄平石(てつへいし)
佐久・諏訪地方で
多く採れる
平坦に安山岩
昔から数百年
屋根がわりに
使われていた



鉄平石は、石材屋さん(又は一部の園芸用品店)之手に入りますが、最初に焼く時に割れることがあります。あらかじめ、たき火ほどよく火入れをして安全を確認してから、使います。



★ 焼きオーブを
読者プレゼント



応募方法

ご希望の方は、226ページの
クイズを解いて、227ページ
のアンケート用紙の希望
商品の番号欄に「ヨメ」と
記入して、ご応募下さい!!

バーベキューの次は
焼きオーブに挑戦
しませんか

「くく来た」の味、
とろとろこたし
夏の味覚を
楽しむには
このオーブ

「くく来た」
の味覚を
楽しむには
このオーブ

天ぷらに
おこし
おこし
おこし

ステーキ
ステーキ
ステーキ

ほお葉の皿

入笠山は
星空も
☆ きれいです

天の川

朝の山

お湯

卵スープ
の素

プレーン
のおにぎり

卵
雑炊の
でき
上がり!

「くく来た」
の味、
とろとろこたし
夏の味覚を
楽しむには
このオーブ

「くく来た」
の味、
とろとろこたし
夏の味覚を
楽しむには
このオーブ

「くく来た」
の味、
とろとろこたし
夏の味覚を
楽しむには
このオーブ

「くく来た」
の味、
とろとろこたし
夏の味覚を
楽しむには
このオーブ

「くく来た」
の味、
とろとろこたし
夏の味覚を
楽しむには
このオーブ

「くく来た」
の味、
とろとろこたし
夏の味覚を
楽しむには
このオーブ

「くく来た」
の味、
とろとろこたし
夏の味覚を
楽しむには
このオーブ

「くく来た」
の味、
とろとろこたし
夏の味覚を
楽しむには
このオーブ

「くく来た」
の味、
とろとろこたし
夏の味覚を
楽しむには
このオーブ

「くく来た」
の味、
とろとろこたし
夏の味覚を
楽しむには
このオーブ

「くく来た」
の味、
とろとろこたし
夏の味覚を
楽しむには
このオーブ

「くく来た」
の味、
とろとろこたし
夏の味覚を
楽しむには
このオーブ

「くく来た」
の味、
とろとろこたし
夏の味覚を
楽しむには
このオーブ

「くく来た」
の味、
とろとろこたし
夏の味覚を
楽しむには
このオーブ

「くく来た」
の味、
とろとろこたし
夏の味覚を
楽しむには
このオーブ

「くく来た」
の味、
とろとろこたし
夏の味覚を
楽しむには
このオーブ

山小屋直伝
大量おにぎり
製造法

特に
おにぎり
の作りかた
が、
おにぎり
の作りかた
が、

おにぎり
の作りかた
が、
おにぎり
の作りかた
が、

おにぎり
の作りかた
が、
おにぎり
の作りかた
が、

おにぎり
の作りかた
が、
おにぎり
の作りかた
が、

おにぎり
の作りかた
が、
おにぎり
の作りかた
が、

おにぎり
の作りかた
が、
おにぎり
の作りかた
が、

おにぎり
の作りかた
が、
おにぎり
の作りかた
が、