

新年おなかやせスペシャル&バターを使わない焼き菓子 2冊で〈特別定価 400円〉のおトク号！ 『オレンジページ 2/2号』

株式会社オレンジページ(東京都港区)が、月2回発行する生活情報誌『オレンジページ』。2016年最初の号は、豪華別冊付録「バターを使わない焼き菓子の本」(全52ページ)がついて、特別定価400円にて1月16日(土)発売です。



■特別付録は、大人気企画！〈バターを使わない〉焼き菓子の本

素材の風味が引き立ち、軽い味わいが人気の〈バターを使わない〉お菓子。クッキー、スコーン、シフォンケーキなど、型なしで手軽に作れる全28品を料理家の吉川文子先生に教わりました。

■無理なくやせたい人に贈る、\ほぼ／一冊まるごと 新年おなかやせスペシャル！

読者アンケート(※)で「年始に太ったと感じる部分は？」(複数回答可)を聞いたところ、2位の「顔」(38.8%)を大きく引き離し、断トツで「おなか」(90.9%)が1位という結果に！一方、「腹筋運動は苦手」という人が60.6%を占め、読者の〈無理なくやせたい〉願望が浮き彫りになりました。今号では、やせおかずからしんどくないエクササイズまで、気軽にトライできるリセット技を用意しました。

※『オレンジページ』読者568名のアンケート(2015年10月実施)

＜新年おなかやせスペシャル！ プログラム＞

- ・いつものメニューをやせおかずに。酢っぱすぎない！ オレペ特製「酢玉ねぎ」
- ・下腹&わき腹のぷよ肉にグッバイ しんどくない！ おなかエクササイズ
- ・おなじみ素材ですぐできる「葉膳鍋」で、からだリセット。
- ・ひき肉やいもに混ぜてデトックス センイどっさり！ 「おからパウダー」
- ・きつくないのに細見え！ 大人のおなかすっきりインナー
- ・ジャム代わり、バター代わりに〈プルーンピューレ〉のすすめ。
- ・センイ豊富な大根、かさを減らせばたくさん食べられる！ 「割り干し大根、作ってみる？」



編集長・鈴木が選ぶ 癒やしの2品

「やさしめの味が好み」という健康第一主義の鈴木が、『オレンジページ2/2号』からピックアップ！

2016年の「初売り」となる記念すべき今号。ずらりと並ぶ「やせメニュー」のなかから選んだ今年最初の癒やしの2品はこちら！ まずは「**大根と豆腐のあっさりだし鍋**」。ひらひらの大根を筆頭に、油揚げ、豆腐、水菜の4つの和素材を、少し甘みのきいたたれで食べると、100パーセント癒やされます。胃をいたわる素材ばかりとあって、たっぷり食べても罪悪感もなし！ そして2品目は「**りんごのプルーンピューレマフィン**」。りんごの自然な甘みが際立った、素朴でやさしい味わい。毎日おやつにしたいくらいほめました！ おいしいので食べすぎ注意ですよー。

■『オレンジページ2/2号』 1月16日(土)発売

特別付録「バターを使わない焼き菓子の本」つき 特別定価 400円

<http://www.orangepage.net/books/1045>

※バッグに入って持ち運びに便利♪ **Sサイズ**も同時発売 定価 360円

※「Sサイズ」には付録はつきません。

＜このリリースに関するお問い合わせ先＞

〒105-0004 東京都港区新橋4-11-1 株式会社オレンジページ

広報室 遠藤 press@orangepage.co.jp Tel 03-3436-8421 Fax 03-3436-8434