

T H E
調
味
料

さしすせそ だけじゃない 様々な調味料をご紹介します



令和5年 11月 ブックリスト

編集・発行

さいたま市立中央図書館

調理の決め手でもある「調味料」に関する本を集めました

歴史や、特徴を知ることによってさらに料理の幅が広がることでしょう

日本の伝統的な調味料

47都道府県・伝統調味料百科

成瀬宇平／著

丸善出版

2013年

故郷の味はどうしてこうも違うのか。日本各地の特徴ある調味料を伝統料理とともに紹介。

さしすせその仕事 本物の調味料を作る本物の人

木村聡／著

金曜日

2009年

料理をおいしくする「さしすせそ」を、製造過程の写真とともに紹介。

だしの科学

的場輝佳／編

外内尚人／編

朝倉書店

2017年

日本の食文化の基本となる「だし」。その栄養学や医学的な機能、うま味発見の歴史、だし素材についての文化・歴史的背景など、だしについて総合的に解説。

日本の塩100選 海からの贈りもの 調味料の基本は塩！

玉井恵／著

旭屋出版

2002年

沖縄から北海道まで、日本の塩100選を紹介。日本人と塩の関わりなど内容も充実。

大豆の大研究 体にいい、地球にやさしい パワーのひみつを探ろう！

絵本

加藤昇／監修

PHP研究所

2009年

小さな体に栄養たっぷりの大豆。

その栄養や多様な用途を紹介するとともに、納豆、豆腐、味噌などのつくり方も掲載。

世界の調味料から

新オリーブオイルのすべてがわかる本

奥田佳奈子／著 筑摩書房 2017年

オリーブの歴史や物語、製造方法や産地、健康的だといわれる理由、料理のレシピなどオリーブオイルの魅力が凝縮された一冊。

四川料理「天悠」の自家製調味料

嶋典雄／著 河出書房新社 2005年

中華料理の味の決め手は醬(味噌)、香味油、湯(スープ)などの調味料。
簡単・無添加・旨みもたっぷりの調味料を、自分で作って使いこなしてみませんか？

バルサミコ酢のすべて

レオナルド・ジャコバッツィ／著 中央公論新社 2009年

バルサミコ酢の歴史や楽しみ方、伝統的なバルサミコ酢を守る人々など、
バルサミコ酢の不思議な世界を豊富な写真とともに紹介。

ウー・ウェンの中国調味料&スパイスのおいしい使い方

ウーウェン／著 高橋書店 2011年

豆板醬、オイスターソース等の基本調味料と、八角やクミン等のスパイスの使い方を紹介。

マヨネーズですよ プロが教える驚きのマヨネーズレシピ

増井錠治／監修 人類文化社 2002年

調味料でもあり、ソースでもあるマヨネーズ。素材をまろやかにし、
相互に生かしてくれるマヨネーズを使ったレシピを多数紹介。

スパイスの魅力

スパイス百科 起源から効能、利用法まで

丁宗鐵／編著

丸善出版

2018年

スパイスが持つ力を、漢方学的な見地と健康増進に役立つ利用方法の両面から解説。スパイスの歴史や、医学との関係なども記す。スパイス生薬小辞典等も収録。

S&B スパイス&ハーブマスターの使いこなしレシピ

エスビー食品株式会社

SBクリエイティブ

2012年

ほんの少し加えるだけで料理にアクセントや味の奥行き、深みを与えるスパイス&ハーブ。基礎知識から、スパイス&ハーブが決め手の世界の人気料理のレシピまで紹介。

旨い!家(うち)カレー カレー粉・スパイスではじめる

小宮山雄飛／著

朝日新聞出版

2016年

カレー好きのミュージシャン・小宮山雄飛が、カレー粉・スパイスでつくるオリジナルのカレーレシピを公開。

※ ブックリストに掲載した本は、ほんの一例です

※ 展示期間：令和5年 11月15日 ～ 12月1日

このリストに掲載している本は、さいたま市図書館で所蔵しています。貸出や予約（順番待ち）ができます。

さいたま市立中央図書館

TEL：048-871-2100

FAX：048-884-5500

図書館ホームページはこちら

(<https://www.lib.city.saitama.jp/>)

