

朝日新聞に掲載されて話題！ ローラさん推せん！



この本を読むと、
いかに口にするものが
大事なのがわかるの。
そしてマユミさんが作ってくれるお料理が
私は本当に本当に大好き！
是非たくさんの人にマユミさんの
食に対するこだわりを知ってほしいな。

「キレイな人は「その一口」を大切にする 正しい食欲の作り方」
西邨マユミ著 本体：1,300円＋税 ワニブックス刊

その一口があなたをキレイにする