

イチローの現役生活を支えたのは
弓子夫人の2800個のおにぎりだった！

イチローの引退会見で“おにぎり”に熱視線!?

大人気シリーズ最新刊

『デパ地下みたいなごちそうおにぎり』3/26発売！

株式会社宝島社(代表取締役社長:蓮見清一、本社:東京都千代田区)は、大人気レシピシリーズ「デパ地下みたいな〜」の最新刊『デパ地下みたいなごちそうおにぎり』を3月26日(火)に発売します。

イチロー選手、日米通算出場試合数3602試合(最多試合出場記録保持者)を誇る強靱でしなやかな肉体は
弓子夫人の2800個の「おにぎり」が作り上げた!?

2019年3月21日、大リーグ・マリナーズのイチロー選手が日米合わせて28年の現役生活に終止符を打ちました。最後の出場となったアスレチックスの試合後に行われた引退会見で、記者から弓子夫人について聞かれたイチロー氏は、「僕はアメリカで3089本のヒットを打ったんですけど、ホームでのゲーム前におにぎりを食べるんですね、妻が握ってくれたおにぎりを。その数が2800くらいなんですよ」と答え、報道陣がほっこりする場面が。「3000個いきたかったみたいですね。3000個握らせてあげたかったな」と続け、ともに戦ってきた弓子夫人を讃え、ねぎらいました。日米通算出場試合数3602試合を誇り、最多試合出場記録保持者でもあるイチロー氏のしなやかで強靱な肉体の裏には、弓子夫人お手製の2800個のおにぎりの支えがあったようです。

おにぎりは、手のひらサイズのポータブルなスーパーフード！

「悪魔のおにぎり」が大ヒットしたり、『ミシュランガイド』で初めておにぎり専門店がビブグルマンに選出されたりと、いま、おにぎりが注目されています。おにぎりにはお米と具材がぎゅっと詰まっっていて、実はたったひとつで栄養満点の完全食。

本誌では、お肉やお魚たっぷりの満腹おにぎりや、野菜や卵をふんだんに使った彩りおにぎり、菜っ葉やひじきを混ぜ込んだり、バターしょうゆで味つけた味ごはんおにぎりなど、バリエーション豊かに紹介。そして、クリームチーズや生ハム、オリーブなどを使ったお酒の肴にもなるおつまみおにぎりまで、たっぷり全100品を紹介しています。

お弁当はもちろんのこと、朝ごはんや夜ごはん、ちょっと小腹がすいたときにも、おいしいおにぎりがひとつあれば、とっても幸せ。どんな具材もやさしく包み込んでくれるおにぎり、日本人が大好きなおにぎり、食卓にもっともおにぎりを登場させましょう。

おしゃれでおいしい最新おにぎりをたっぷり100品収録



エビチリたまごおにぎり



三つ葉明太クリチおにぎり



いぶりがかっこクリチ&おかのにおにぎり



豆苗とごま塩昆布のおにぎり



『デパ地下みたいなごちそうおにぎり』
発売：2019年3月26日
定価：本体920円+税

著者：北嶋佳奈
(管理栄養士・フードコーディネーター)