

MONOQLOを
お読みになる前に
本誌にて掲載されている
製品の価格は、特別な表
記がない限り、すべて編
集部調べによる販売実勢
価格となります。店舗や
ポイントの有無などに
より大幅に変わりますので、
予めご了承ください

3
月号

総力特集 ■ テストする批評誌が徹底検証で
ガチで美味しいもの&レシピを見つけました!

6 ラク旨! 男の料理 完全ガイド

- 8 **ペペロンチーノ** 油選びで味が激変! 正解はオリーブオイルではなかった!
究極のペペロンチーノの作り方
- 14 **カレー** ターメリック&コリアンダー、クミン&レッドペッパーの基本4つをおさえれば◎
市販のベスト4スパイスで「お店カレー」が作れる!
- 20 **ステーキ** 肉汁したたる「ミディアムレア」な極上ステーキを自宅で作れちゃいます!
ごちそうステーキは58°Cに焼くだけでできた!
- 22 **からあげ** 「サクジュワ」絶品からあげの方程式発見!
からあげは「水分プラス」で超ウマくなる!
- 26 **どん二郎** 「ラーメン二郎」に並ぶのがうんざりだった人こそ試すべき!
市販品とどん兵衛だけで作れる「どん二郎」の正解

調味料編 人気のスパイスをぜ〜んぶかけて試してみた!

28 カルディ魔法の 調味料大選手権

かけるだけ
つけるだけで
旨い!



トムヤム塩/あおさの醤油/みそゆずポン/にんにく味噌/黒七味/食べるラー油明太子/きざみにんにく
粒入りマスタード/食べる麻辣醤/酢コチュジャン/サテソース etc.

- 34 **Column** 食のプロがガチ旨認定した
つけるだけ かけるだけ調味料傑作選

男の料理道具編 数値化してベストバイを決定!

35 95% 失敗しない 男の料理道具選び

U-3000円の名包丁/焦げつかない鉄フライパン/自立式木製まな板/ニトリ超え片手鍋



定番のグッズからあっと驚く便利なモノまであらゆる製品を大紹介!

テストする批評誌MONOQLOが10年かけて見つけた

44 キッチングッズBEST100

46 殿堂入りグッズ/53 朝食グッズ/56 新定番グッズ/58 便利グッズ/61 100均グッズ
62 ニトリ・無印・IKEAグッズ/64 エンタメグッズ/66 アウトドアグッズ



小特集 ■ ネットや他誌は広告記事ばかり……だから本誌が真実を暴きます!

72 育毛のウソ・ホント 50の真実

育毛剤/処方薬/頭皮ケア/髪型/食事/生活習慣



77 **Column** 薄毛の「デマ」にダマされるな!

83 **Column** フィナステリド&リアップ実録レポ



小特集 ■ 大人が使っても恥ずかしくないノートを見つけました!

86 80冊を徹底比較! ノート総選挙2019



第2特集 ■ 今、最もお得なエアラインを大公開!

旅のプロがぶっちゃける!

115 行き先別 格安旅行 最強バイブル19'



韓国/香港/台湾/タイ/ベトナム/ハワイ/ニュージーランド/ロシア/ヨーロッパ



第3特集 ■ 覆面調査でわかった! 新定番の激旨店を大発見!

134 外食チェーン 最新ランキング

[チェーン店を覆面調査] 回転寿司/カレー/食べ放題/とんかつ/ハンバーガー



142 **Column** 2018年&2019年の極旨流行食

148 **Column** 絶品ご当地チェーン8店

133 インタビュー ■ 話題ユニットのガールズメンバーが気になるモノは?
MONOQLO | エンタMix | **吉本坂46**
(小川暖奈[スパイク]、高野祐衣、三秋里歩)



[連載]

68 ひとつちチョコレート20製品食べ比べ
Food Hack

96 ユニクロで叶う、最高のビジカジスタイルを教えます
MBのファッション誌はいりません。

70 メダカを育てる。それは水を育てるということだった
ハイロックの未知との遭遇

98 パナソニック「靴消臭マシン」の実力がすごすぎた!
美崎栄一郎のスマートホーム計画

84 「Echo Show」の実力やいかに?
Amazon5つ星探検隊

132 自動追尾で高画質なドローン「Hover Camera Pssport」
大谷和利のリアルグッドデザイン賞

99 連載コラム
MONOQLO
FREE Wi-Wi
土屋礼央「家族への物欲プレゼン」/山本一郎「ベストセラー切り捨て御免!」/坂口孝則「コスパ主義者はコンビニでサラダ油を買う」/岡野学「ウチのオカガボケちゃいまして」/カレー沢薫「カレー沢薫の雑誌批評」/三四郎・相田の「三四才、はじめてのひとり暮らし」

106 コトハジメ
110 売れ筋
ランキングレビュー
150 モノコレ
152 読者プレゼント
154 奥付&次号予告

表紙デザイン◎
Saori Shimada / primary inc.,