



はじめにお読みください

本書は「だし便利帳 最新版」をコンパクトにし、よりぬきお得版として発行したものです。この本は一部、弊社刊行の「だしの便利帖 最新版」「だしの便利帖」「新しいだしの便利帖」「だしと味付けの便利帖」、ならびに月刊誌「LDK」を加筆・再編集しています。掲載商品に関しては、編集部が実際に購入した価格(税込み)となります。また、掲載内容は2020年4月現在のものです。すでに販売が終了している商品や、使用・デザインの変更、価格が異なる場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。

PART
2

だしビギナーでも本格だし!!

新しいだしの方程式.....24

水だし...26/野菜だし...32/時短だし...37/
八方美人だし...40/粉だし...43

人気ショップ 茅乃舎 × 老舗店 にんべん だし20製品徹底検証.....46

すぐに使える技を一挙紹介!!

だしのベストアイデア.....50

だしのお得技編...52/変わり種だし編...57/だし取り水と味付け編...60



だしを使うときに絶対欠かせません!

市販調味料ベストバイ.....62

みそ...63/しょうゆ...64/めんつゆ...65



大特集

世界一カンタンな ズボラだし



PART
1

料理研究家・北山みどり先生直伝!

令和版・失敗知らずの ズボラだし.....6

ポットかつおだし...8/きざみ昆布だし...10/
とろろ昆布だし...12/かつお節と昆布のMIXだし...14/
おうち素材合わせだし...16/レンチン乾しいたけだし...18



押さえておきたい! だしの基本にお答えします!!

だしの基本 Q&A.....20



だし
の
便利帖
DASHI no BENRICHOU
よりぬき
お得版

CONTENTS