



味を支える 北海道の昆布は、 食卓の真ん中にいます。

いつもの食卓を思い浮かべてください。

ごはんがつついすすむ昆布の佃煮、

昆布だしのきいたコクのあるお味噌汁や煮物、
お魚に巻いて甘辛く煮あげた昆布巻……。

献立を思いかえすと、北海道の昆布がどれほど
毎日にとけこんでいるか身にしみてわかります。

昆布の知識は、暮らしに生きてきます。

さあ、昆布のなが〜い歴史をひもといて、

その味わい深い魅力にせまってみましょう。

◆目次◆

昆布のなが〜い歴史を味わおう……………	3・4P
昆布がお店にならぶまで 昆布漁の流れ ……………	5・6P
北海道の昆布勢ぞろい! 昆布の種類、産地紹介 ……………	7・8P
昆布のおいしさ七変化! ……………	9・10P
昆布だしをマスターしよう!! だしのとり方 ……………	11・12P
基礎から学ぼう! 昆布料理アラカルト……………	13~16P
昆布だしチャレンジCOOKING……………	17・18P