



榎本 美沙(えのもと みさ) 料理家(調理師/発酵マイスター)

「季節の手仕事・季節料理」を忙しい人にもをモットーにしたレシピ開発

広告会社勤務の傍ら、夫婦と一緒に料理を作るレシピ紹介サイト「ふたりごはん」を開設。その後、調理師学校を卒業し独立。

発酵食品、旬の野菜を使ったレシピ開発が得意。

雑誌や書籍、WEBへのレシピ提供、企業のレシピ開発、料理教室、イベント出演などを行う。

■ふたりごはんHP <http://www.futari-gohan.jp/>

月間 16万 PV

- ・2014年6月オープン。
- ・レシピ工程を男女で分ける事で、「ふたりでつくるごはん」のレシピを紹介。
- ・レシピ開発からフードスタイリング、撮影まで実施。
- ・ふたりごはんFacebook いいね：4,900(20年3月現在)

ふたりごはん



妻・夫で工程を分けて紹介

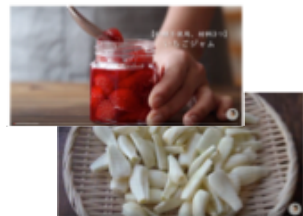


Instagram
@misa_enomoto
フォロワー：17,151
(20年3月現在)



■Youtube 榎本美沙の季節の料理(18年10月～)

<https://www.youtube.com/channel/UCGIEIACoA-INiZuSFhoksYV/>



■料理教室

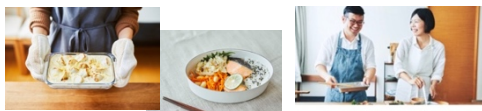
榎本美沙の「季節の手仕事」教室(みそ作り、キムチ作り等)



■Web

- ・「キナリノ」レシピ動画(旬レシピ、季節の手仕事(梅シロップ、ぬか漬けなど)https://www.instagram.com/kinarino_official/)

キナリノ



【連載】ふたりのマイルール vol.2 - 「美味しい」を一緒に作る。夫婦を育む時間

- ・「Hanako」発酵レシピ(白みそ、水キムチ)

Hanako



- ・「ELLE gourmet」(旬野菜レシピ、スタイリング、撮影)

ELLEgourmet 公認料理家 レシピ

ELLE



■書籍

- ・「野菜の「べんり漬け」」(主婦の友社)

- ・「ジッパー袋でかんたん 季節の保存食」(2020年4月発売予定/家の光協会)

■雑誌掲載

- ・オレンジページ様「オレンジページ」

2017年11/2～多数(旬野菜レシピ、みりんおやつ等)



- ・NHK出版様「きょうの料理」(手軽なおせち)

- ・KADOKAWA様「レタスクラブ」2019年3月(春キャベツ新玉ねぎ献立)



- ・集英社様「LEE」2019年8月(甘酒スイーツ)

- ・光文社様「女性自身」2019年1月(発酵白菜レシピ)

- ・宝島社様「リンネル」2017年4月、2018年5月号(レシピ制作)

- ・白泉社様「花とゆめ」掲載マンガの料理監修、レシピ制作



■イベント

- ・ルミネ新宿「発酵フェア」イベント登壇

- ・オレンジページ様「くらしフェスタ」イベント登壇(Panasonic様ステージ)



- ・太陽のマルシェ様 日本最大規模の定期開催マルシェ 農家さんコラボレシピ月1回提供(2017年2月～)

<https://www.facebook.com/taiyounomarche>



■食品メーカー等



- ・マルコメ株式会社様 発酵調味料レシピ(2017年3月～65レシピ以上)(レシピ制作、料理作成、スタイリング、撮影、栄養計算)

- ・みそ、塩麹、しょうゆ麹、甘酒を使ったレシピ等

- ・キッコーマン株式会社様 しょうゆ、みりん、豆乳等活用レシピ

- ・サラヤ株式会社様 天然甘味料ラカントSを使用した「糖質控えめ」料理

- ・アサヒ飲料株式会社様 カルピス、ウィルキンソン等活用レシピ

- ・サンヨー食品株式会社様 サッポロ一番を使ったアレンジレシピ

他多数

■行政・商業施設等

- ・東京都様 フードロス料理レシピ制作、講演

- ・荒川区様 “ごちぼう”料理教室

非常食を使ったレシピ開発料理教室の実施

