



榎本 美沙(えのもと みさ) 料理家/発酵マイスター

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。

テレビ、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。

■Youtube 榎本美沙の季節の料理

<https://www.youtube.com/channel/UCGfEIACoA-INiZuSFhoksYA/>

チャンネル登録：21.1 万人 (22年6月現在)



Instagram
@misa_enomoto
フォロワー：7.9 万人
(22年5月 現在)



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

月間 50万 PV

・2014年6月オープン。

・レシピ工程を夫婦で分け、「夫婦でつくる」レシピを紹介。



■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連載等

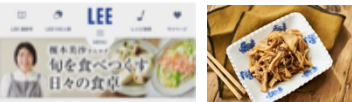
・「天然生活」連載(「榎本美沙の発酵暮らし」)

天然生活



・「LEE」連載(榎本美沙さんの旬を食べつくす、日々の食卓)

LEE



・「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))

キナリノ



・「Hanako」発酵レシピ(白みそ、水キムチ)・地味弁(暮らし上手)
「ELLE gourmet」(旬野菜レシピ)

Hanako

ELLE



■書籍

- ・「ゆる発酵」(オレンジページ)
- ・「からだを整う“ひと晩発酵みそ”」(主婦と生活社)
- ・「ジッパー袋でかんたん 季節の保存食」(家の光協会)
- ・「野菜の「べんり漬け」」(主婦の友社)



■テレビ・ラジオ

NHK「あさいち」(ひと晩発酵みそ)

TBS「暮らしのレシピ」

テレビ東京「ワールドビジネスサテライト」

TBSラジオ「ジェーン・スー生活は踊る」

J-WAVE「START LINE」

AbemaTV「ABEMA Morning」



■雑誌・新聞掲載



- ・「オレンジページ」
2022年2月など多数(みそ特集、発酵あんこ、みりん、酒粕レシピ等)
- ・「天然生活」2022年(発酵食、塩麴レシピ等)
- ・「きょうの料理」(手軽なおせち)
- ・「レタスクラブ」(献立カレンダー等)
- ・「Hanako」(みそ、発酵キャップ)
- ・「anan」(水キムチ)(発酵あんこ等)
- ・「LEE」2021年1(発酵漬物)(べんり漬物)(甘酒スイーツ)
- ・「ESSE」2021年(発酵キャベツ、発酵玉ねぎ、暮らし取材)
- ・「GLOW」2022年(腸活)(暮らし取材)2021年(発酵鍋)(発酵食 白みそ/甘酒/塩麴)
- ・「ELLEgourmet」(アスパラライス)等
- ・「女性セブン」2021年6月など(梅仕事、ぬか漬け)
- ・「女性自身」20年1月(発酵白菜レシピ)
- ・「リンネル」2022年2月など(発酵カレー、発酵スイーツ)

■イベント

- ・阪急阪神百貨店「まにわの発酵イベント」登壇
- ・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
- ・オレンジページ料理教室コラボ 登壇(キムチ作り、発酵定食)
- ・太陽のマルシェ様 日本最大規模の定期開催マルシェ 農家コラボレシピ月1回提供(2017年2月～)

