



榎本 美沙(えのもと みさ) 料理家/発酵マイスター

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、旬の野菜を使ったシンプルなレシピ開発が得意。

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/UCGiEIACoA-INiZuSFhoksYA/>

チャンネル登録：25.3 万人 (22年03月現在)



Instagram
@misa_enomoto
フォロワー：9.8 万人
(23年03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」)



- ・「LEE」連載(榎本美沙さんの旬を食べつくす、日々の食卓)



- ・「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))



- ・「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)



■書籍

- ・「ちょっとから楽しむ はじめての梅仕事」
- ・「からだが整う“ひと晩発酵みそ”」
- ・「ゆる発酵」
- ・「ひと皿満足スープ」
- ・「ジッパー袋でかんたん 季節の保存食」
- ・「野菜の「べんり漬け」」



■テレビ・ラジオ

- NHK「きょうの料理」
- 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)
- ・「きょうの料理」(手軽なおせち)
- ・「レタスクラブ」2020年10月など(献立カレンダー等)
- ・「Hanako」(みそ、発酵ケチャップ)
- ・「anan」2021年10月(水キムチ、発酵あんこ)
- ・「LEE」2021年10月(発酵漬物)2020年(べんり漬物)(甘酒スイーツ)
- ・「ESSE」2021年5月(発酵キャベツ、発酵玉ねぎ、暮らし取材)
- ・「GLOW」2021年2月(発酵鍋)、2020年(発酵食 白みそ/甘酒/塩麴)
- ・「ELLEgroumet」(アスパラライス)2020年4月～
- ・「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～)

