



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、夫婦で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、雑誌や書籍等へのレシピ提供、商品監修、料理教室、イベント出演などを行う。

■Youtube 「榎本美沙の季節料理」

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

チャンネル登録：36.6 万人 (25年2月現在)



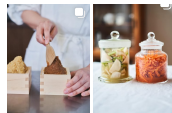
榎本美沙の季節の料理



■Instagram @misa_enomoto

フォロワー：13.2 万人

(25年2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。



■榎本美沙の料理教室

発酵、季節の仕仕事などをテーマにした
オンライン料理教室

榎本美沙の料理教室



■ブランド監修 「tsumugi-te-」 発酵食品等の商品開発、監修等

(にぎり酢、発酵あんこキット、季節の麹調味料等の販売)



tsumugi-te-

■監修

京都GOOD NATURE STATION
オンライン定期便

「発酵季節だより」商品監修

GOOD NATURE
STATION ONLINE



■Web連載等

- ・「LEE」連載「榎本美沙さんの旬を食べつくす、日々の食卓」
- ・「オレンジページ」発酵フードのセカイ 連載



- ・「天然生活」連載(「榎本美沙の発酵暮らし」)

天然生活



- ・「北欧暮らしの道具店」「Hanako」「ELLE gourmet」等多数

■書籍

- ・「榎本美沙のひと晩発酵調味料」
- ・「二十四節気の心地よい料理と暮らし」
- ・「榎本美沙の発酵つくりおき」
- ・「ちょっとから楽しむ はじめての梅仕事」
- ・「からだを整う“ひと晩発酵みそ”」
- ・「ゆる発酵」(オレンジページ)
- ・「ひと皿満足スープ」
- ・「ジッパー袋でかんたん 季節の保存食」

■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)

フジテレビ「土曜ナニする!？」

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、連載



- ・「読売新聞」発酵ごはん 年間連載
- ・「オレンジページ」(みそ特集、発酵あんこ、みりん、酒粕等多数)
- ・「きょうの料理」(水キムチ、手軽なおせち等)
- ・「レタスクラブ」(献立カレンダー等)
- ・「Hanako」(みそ、発酵ケチャップ等)
- ・「Anan」(水キムチ、発酵あんこ等)
- ・「LEE」(発酵漬け、べんり漬け、甘酒スイーツ等)
- ・「ESSE」(発酵キャベツ、発酵玉ねぎ、暮らし取材等)
- ・「GLOW」(発酵鍋、発酵食 白みそ/甘酒/塩麹等)
- ・「ELLEgourmet」(アスパラライス等)
- ・「リンネル」(発酵カレー、発酵スイーツ等)
- ・「朝日新聞」ボンマルシェ塩麹レシピ

など多数

■イベント、自治体の発酵ツアー監修

- ・阪阪神百貨店「まにわの発酵イベント」登壇
- ・岡山県真庭市 発酵ツアー監修
- ・福島県、岩手県 発酵ツーリズムPR
- ・ルミネ新宿「発酵フェア」イベント登壇
- ・オレンジページ「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)

