

参加料

料理講座

500円

トークショー

無料

春のうすき食フェス「つまみキッチン料理講座」

## “臼杵の食”×“臼杵の味噌”

### 魅力再発見！

～すぐに実践できる料理のレクチャーとトークショー～

お味噌本来の魅力を再発見！臼杵の地物食材と「お味噌」を通して、食と健康について学び、美味しくいただく楽しい講座&トークショーです。

#### 日時

5月3日(金)、4日(土)

11:00～13:30

#### 場所

サーラ・デ・うすき

「つまみキッチン」

(臼杵市大字臼杵210番地3)

#### 内容

##### 11:00～味噌料理講座

臼杵のお味噌、臼杵の“地物食材”魚と野菜を使った料理講座

##### 12:00～実食

臼杵産の有機米ごはんと一緒にいただきます。

##### 12:30～トークショー

岩木みさき氏×可兒愛一郎氏

講師の岩木みさき氏と、臼杵で400年続く老舗「カニ醤油」の可兒愛一郎氏の、「味噌」にまつわるトークショー

#### 定員

料理講座…15名(要申込)

トークショー…30名(先着順)

#### 持ち物

(料理講座用)

エプロン、三角巾、筆記用具



実践料理研究家・みそ探訪家  
岩木みさき

拒食症・過食症・ひどい肌荒れに悩み、食生活を見直し改善に成功。“日々の中で実践できることが健康につながる”と考え、“生産と消費のサイクルを紡ぐ”をテーマに、レシピ考案・撮影、地方の中小企業支援、ラジオやTV等のメディアにも出演。料理教室misa-kitchenを主催。料理教室講師回数は1300回を超える。

“みそ”に魅せられ日本各地のみそ蔵50ヶ所を訪問。木桶仕込みのみそを「ガチみそ®」と名付け、日本の伝統調味料みその魅力を伝えたいと活動中。

【HP】<http://www.misa-kitchen.jp>

【Instagram】

<http://www.instagram.com/iwakimisakimiso/>

問合せ・申込み先 臼杵市役所産業促進課

TEL 0972-63-1111(内線1260)

FAX 0972-64-0203