

料理教室 MIREIN (ミレイン)

○現在実施している又は今後実施予定の取組

東京都世田谷区二子玉川で28年続く料理教室 MIREIN では家庭で作りやすい魚料理を毎月ご提案しています。

MIREIN は以下の3つの構成からなる料理教室です。

- ① 守破離料理教室：武道や芸道におけるプロセスである「守」料理の基本・「破」型を壊して新しい味を・「離」体調や好みに合わせてカスタマイズという独自の料理法で教室を続けています。その中で必ず魚料理を毎月取り入れおいしくて取り組みやすいメニューを伝えています。
- ② 薬膳講座：国際中医薬膳師の資格と香港で学んだ日常に溶け込む薬膳をスーパーで手に入る食材で伝えている。その中でも魚料理を毎回取り入れている。
- ③ 子ども料理教室：子どもに魚料理を伝え広めそのおいしさを知ってもらうことこそ将来の魚離れを止める最大にして最良の方法と信じ27年間子ども料理教室で魚料理を伝えている。

MIREIN HP : <https://www.mirein.club/>

Instagram : <https://www.instagram.com/mirei7222/>

