

料理レシピサービス **クックパッド** に
熊本県水産振興課のキッチンが **2017.1/27 FRI**



©2010 熊本県くまモン

OPEN!

カンタンおいしい・新おさかなレシピ

あのコウケンテツ氏やテレビでおなじみの渡邊まみ氏が「くまもと四季のさかな」17種類のレシピを考案。お料理初心者でも簡単にできるレシピをクックパッドで大公開！



こちらのQRを読み込むと
熊本県水産振興課のキッチンにアクセスできます

<https://cookpad.com/kitchen/16225288>



まだいのアクアパッツァ



あじのグリル、フレッシュ刻み野菜のソース



くるまえびのパジルソース炒め

この2人！
つくられたのは、
料理研究家

料理研究家 渡邊まみ氏

食育・料理研究家、栄養士、フードコーディネーター。熊本・大分で料理教室の講師として活躍し、「テレビタミン」にも出演。最近は息子のスポーツをきっかけに、アスリート食の講座も。「笑顔のそばに必ず食がある」をモットーに「おいしい・簡単・幸せ」レシピを発信しています。



料理研究家 コウケンテツ氏

大阪府出身。旬の素材を生かした簡単でヘルシーなメニューを提案し、テレビや雑誌、講演会など多方面で活躍。プライベートでは2児の父親として日々子育てに奮闘中。親子の食育、男性の家事・育児参加、食を通してのコミュニケーションを広げる活動に力を入れている。著書は、「こどものまんぷくごはん」（家の光協会）「おやつめし」（クレヨンハウス）、「弁当」（講談社）「コウケンテツのおやこ食堂」（白泉社）など多数。

