

専門家の興味深い話を聞ける

文化講座

無形文化遺産

イタリアの
食の魅力を!

「地中海式ダイエット」

イタリアの食から学ぶ知恵



日時

8月12日(日) 13:00

場所

神総本部^{しんこうのやかた}信光会館2階
(^{ひかりのやかた}偉光会館に中継)

講師

イタリア料理・食文化研究家

^{さか がみ か や の}
坂上香也乃

イタリア料理の元になっているのが、素朴なマンマ(お母さん)の料理! その一皿一皿に、ナチュラルさ、物を大切にする気持ち、神への感謝、家族の健康への願いがあふれています。地中海沿岸では生活習慣病が少なく、長寿の人が多いため、その食事法「地中海式ダイエット」は、ユネスコ無形文化遺産にも登録されています。そんな地中海・南イタリアの食の魅力を現地のお話を交えてお伝えします。

講師略歴

埼玉県川越市出身。OL時代に一念発起し、子供の頃から好きだった料理の世界へ。フランス・パリとイタリアへの料理留学を経て、1997年にイタリア料理専門のクッキングスタジオ「ラフォンテ」を六本木に開校。現地の情報を取り入れながら、イタリア料理と食文化を伝える活動を続けている。著書に、『イタリア料理とうま味』(日本うま味調味料協会)、監修本に『イタリアマンマのレシピ』(世界文化社)などがある。

入場無料!

信者籍のない方も気軽にご参加ください