

●講師紹介●



**料理研究家 中島和美 先生**

パリの料理学校、ル・コルドン・ブルーに学ぶ。帰国後、1994年より料理サロン「À Table」を主宰。ジャンルにとらわれない家庭料理と、健康と美を意識したナチュラルな料理を提案している。サロンの傍ら大学でも教鞭をとり、食文化やマナーの研究と、食べることの大切さと楽しさを若い世代に伝えている。また、食にまつわるイベントのプロデュースも手掛け、食を通じて心豊かに暮らすスタイルを広く発信している。