

豊かに年を重ねて半世紀 シニアの料理とチーズの楽しみ方を紹介している



三木順子さん

[みき じゅんこ]

フランス料理を全日本司厨士協会で学び、技術認定を受ける。日本料理は志の島忠研究所で、また、中国料理は藤巻あつこ教室で師範となり、イタリア料理はアンジェラ教室で200回受講中。各分野の料理を本格的に学びながら「サロン・ド・ミキ料理教室」を半世紀近く主宰している。2015年、ブロスベル・モンタニエの会よりオフィシエを受章。
(2002年シュヴァリエ叙任、2018年オフィシエに昇進)



ゆったりとしたリビング。広いキッチンで料理もしやすい。



アボカドとセミハードチーズの豚肉巻き。
レモンソースのバジル風味。



40年以上続いているママ友のクラス。高齢になって人数は半数になった。軽い飲み物を添えて。

三木家は明治の中頃、赤坂に居を構えた家で、順子さんは食通の父と料理上手な母親のもとで育ち、娘時代から料理に親しんできた。

結婚後は主婦業をこなしながら、30代で本格的に料理に取り組み始めた。もともと、3人の子もたちの、今でいうママ友に手料理をふるまっていたのが、「教えてほしい」という声に押されたのがきっかけで、サロンのような形で今日まできた。

ご本人は「家庭との両立は大変でしたけれど、あの時一步を踏み出したことが、今日まで続ける原動力になった」と言っておられる。その後、ご主人の仕事でリオデジャネイロとロンドンという2か所での海外生活を経験したことで、いっそう料理の幅を広げた。帰国後は海外で得た友人も加わり、学生時代からの

友人知人含め、すべて親しい人ばかりのサロンとなった。

このサロンは今日、年齢もほとんど同じ人たちと共に料理を作って、食べて、話し合うという楽しい場となっている。この間、60歳の還暦、70歳の古希、そして80歳の傘寿のお祝いの会を皆さんが催してくださったことは、ご自身にとって誇りだと話してくださった。

一方で、30年以上続けている船橋キッチン中央料理教室の講師や、ボランティアで幼稚園のママたちにむけての料理教室もこなす。ここでは昔のやり方を押し付けるのではなく、いまの時代に合った料理を教えるようにしているとのことだ。

チーズは海外赴任中にさまざまな現地のチーズにトライしてきた。日本で江上栄子理事

長からシュヴァリの推薦を受けて「チーズ&ワインアカデミー東京」も受講した。ワインとチーズを料理の中に取り込んで手軽に楽しんでもらいたいし、高齢になると栄養面からも優れたチーズパワーを取り入れたいと思い、そんなレシピを積極的に紹介しているとおっしゃる。その結果、「通う皆さんは実年齢より若々しく元気ですよ」。目指したい姿がここにあった。(文責 松成 容子)

東京・赤坂

料理教室 Salon de MIKI サロン・ド・ミキ

〒107-0052
東京都港区赤坂6-4-10 赤坂ZENビル6F
TEL/FAX.03-3587-1284