

大阪人「おいしい」の真髓



ナカノシマ大学2026年11月講座

豪雨で延期となった人気講座、待望の開催!



©福地大亮



左/NHK「きょうの料理」でおなじみ“あこちゃん”こと講師の本田明子さん 右/ワンショルダーの黒エプロン姿で抜群の人気を博した小林カツ代(1937~2014)

11/20(金) 18:00~19:40

会場 大阪倶楽部3階3号室(中央区今橋4-4-11/地下鉄淀屋橋駅から徒歩3分)

受講料 3,000円 定員 60名

講師 本田明子(家庭料理家・NHK「きょうの料理」講師)

主催 ナカノシマ大学事務局(株式会社140B) 協力 大阪倶楽部

“カツ代前・カツ代後”と言われる「家庭料理の革命家」は何が違ったのか?

1980年代、「おいしさは損なわず、時間は大幅に節約」を謳った大阪人・小林カツ代の料理は圧倒的な支持を得て、社会に出る女性たちの背中を押しました。講師の本田明子さんは、唯一の「弟子」として30数年を共にし、200冊近い料理本の編集に携わり、現在は料理番組やレシピ本で活躍するプロ中のプロです。東京人の本田さんが小林カツ代と出会って驚いた大阪人の「合理性」や「うまいもんへの食欲さ」について、師匠のエピソードや名作レシピを挙げて、たっぷりお話しいたします。

〈講師からのメッセージ〉

45年ほど前、運命の本に出会います。『小林カツ代のらくらくクッキング』。東京育ちの私ですが、エッセイとともに出てくるレシピの虜になりました。たこ焼き、粕汁とかやくご飯、生卵をつけるソース焼きそばのレシピ……そして黒門市場の話。「どんな手を使っても近づきたい」と弟子入りを成功させました。

当時の料理本では、薄口醤油を家庭で使うのは御法度で、「塩と醤油で何とかして」という時代でしたが、「それは意味が違う」と、じわじわと広めて使えるようにしたのは小林カツ代ではないか……そんなお話ができたと思います。

ほんだ・あきこ 家庭料理家。東京都出身。1982年、小林カツ代の内弟子第1号となり、小林カツ代キッチンスタジオに在籍。2007年に独立し、「本田明子キッチン・オフィス」を設立。NHK「きょうの料理」などのテレビ番組や雑誌で活躍中。近著に「あと1品がすぐ決まる! 野菜別レシピ443 野菜のおかず、何にする?」(ワン・パブリッシング)、『クロワッサン特別編集シリーズ「本田明子さんのさあ、なに食べよう。」』(マガジンハウス)など。最新刊は小林カツ代との共著「伝説の家庭料理家 小林カツ代のロジック」(日本経済新聞出版)



南欧風の石のアーチとオリエンタル風の彫刻が見事な、大正13年(1924)竣工の大阪倶楽部(登録有形文化財/設計・安井武雄)



当日は会場で、『伝説の家庭料理家 小林カツ代のロジック』(1,760円)ほか著書を販売します。

→受講申込は、こちらのQRコードからナカノシマ大学のWEBで受付します。



小林カツ代の弟子が語る