



NAHA's
KITCHEN
ナハスキッチン

琉球料理传承人から 学ぶ琉球料理の 技と食文化！



季節の伝統料理のあれこれや、琉球料理の
特徴的な調理法、グスク時代からの料理の
変遷まで。琉球料理が詳しくわかる1冊
をプレゼント！

参加者特典

見て学ぶ

試食付

**お申込は
こちらから**

マチグワの食材を使った 本物の琉球料理の作り方講座（実演）



2024

1/7日 8月祝 14日 28日

15:00 ~ 10:00 ~ 15:00 ~ 10:00 ~

集合場所：第一牧志公設市場3階 調理体験室

参加費用 **2,000**円/人

先着各回 20人限定

沖縄の食の魅力を
体験できる
「第一牧志公設市場」で、
琉球料理传承人の技を
学びませんか？



① 琉球料理の調理実演：60分程度

【メニュー】

7日：クファージュシー、クーブイリチー
8日：クファージュシー、イナムドゥチ
14日：クファージュシー、人参シリシリ
28日：クファージュシー、パパイヤイリチー

② 琉球料理の実食と座学：30分程度

※当日、琉球料理の解説資料、レシピをお渡します。

※本モニターツアーは那覇市の「令和5年度沖縄の「食」
の魅力体験支援事業」の補助を受けて実施しております。
ツアー終了時にアンケートへのご協力をお願いいたします。



7日、28日
講師
伊是名カエ
(琉球料理传承人)



8日、14日
講師
津嘉山恵子
(琉球料理传承人)

講師のプロフィールは、ナハスキッチンのHP
に掲載しています。



<https://nahas-kitchen.com>

NAHA's Kitchen は、那覇市の第一牧志公設市場や中心商店街を、
様々な方々と連携しながら「食」をキーワードに発信し、
マチグワの活性化につなげる取り組みです。

主催 NAHA's Kitchen: 那覇市第一牧志公設市場組合、なはマチグワ連携プロジェクト次世代会議、(株)オリエンタルコンサルタンツ(事務局)
協力 琉球料理保存協会



Instagram 更新中！
那覇's キッチン
@nahas_kitchen

