

家族みんなでご飯を作る、それが我が家のルールです。



Profile

昭和49年7月14日生まれ。大阪府出身。旬の素材を生かした簡単でヘルシーなメニューを提案。テレビや雑誌、講演会など多方面で活躍中。一男一女のパパでもあり、自身の経験をもとに、親子の食育、男性の家事・育児参加、食を通してのコミュニケーションを広げる活動に力を入れている。

コウケンテツさん

料理家

Koh Kentetsu

雑誌やテレビで人気の料理家、コウケンテツさん。料理が大好きな息子さんと、食えることが大好きな娘さんのパパでもあります。家族とともに過ごす「食」の時間の大切さを教えてもらいました。

コウさんが料理家としてデビューしたきっかけは？

大阪で料理家の母のアシスタントをしていたとき、「男が作るコレ食べて！」という雑誌の連載に大抜擢していただいたんです。30歳のときでした。当時、テレビや雑誌などに出ていた男性の料理家は数えるほどしかいなかったし、男性がパートナーに料理を作ってあげるというコンセプトは、世の男性にもっとときっちり料理を楽しんでほしいという、時代を予見していたものだったのかなと思います。

僕は料理学校で学んだことはありません。母から学んだことと、働いていた店のシェフや板前さんに教えていただいたことがベースになっています。プロのテニスプレーヤーになるために独学した栄養学も活きています。その時に学んだことが全て蓄積され、財産になっています。考えてみたら、僕の人生は、料理の道へ進

むようになっていたのかも少し無理ですね。

30歳の頃は、生活のために1日中働いていました。そんな中でも自分が考えた料理を人に食べてもらえる仕事が楽しくて仕方がなかった！

初めての撮影現場で、編集をしていた妻に出会いました。業界の先輩である妻に、今後のことなどを相談しましたら、「料理家としてやるなら東京に出てきたら？」と言われ、その一言でパッと光がさしました。それでカバン一つで上京したんです。妻がいなければ、今の自分にはなかった。料理を通して多くの人と出会うこともできなかったんです。

当初は分からないことばかりで迷いや不安もありましたが、「料理の道に行くって決めたんだから、本気でやらないと」という妻の言葉で奮起しましたよ。気がつけば半年後にはスケジュールがいっぱいになっていました。今では妻がマネジメントをやってくれてい