

料理研究家 小野寺 恵 先生 プロフィール



盛岡市向中野のメグミキッチンスタジオで活動。

岩手県の豊富な食材を使った料理や製菓をテレビなどのメディア、県や市町村などで指導。また、地域の特産品を使った新商品開発も手掛け商品化されている。3人の子育ての経験から料理だけではなく子育てや食育の講演も行っている。孫たちにパンやお菓子を作るおばあちゃんでもある。

☆メグミプランニング（商品開発プロデュース）／代表

☆小野寺恵パン洋菓子教室／主宰

☆ジャパンホームベーキングスクール／総師範

☆ル・コルドン・ブルー（料理学校）／パンディプロム取得

☆今田美奈子氏に師事・今田美奈子お菓子教室製菓コース／師範

☆弓田亨氏に師事・イル・プルー・シュル・ラ・セーヌ

／本科及び第2クールディプロム取得

☆辻調理師専門学校本校別科・日本料理技術及び和菓子技術／修了

☆日仏生活芸術協会・仏政府公認／テーブルデコレーター

☆NPO日本食育インストラクター

☆いわて食育パートナー

☆岩手県「食のプロフェッショナルチーム」アドバイザー

☆ベジタブル&フルーツアドバイザー

☆薬膳アドバイザー

☆NHK東北ふるさと賞／平成15年度(第21回)受賞(岩手県食材による地産地消)

☆岩手県農林水産部流通課「食のプロフェッショナルチーム」アドバイザー
(2010年～)

☆財団法人岩手漁業担い手育成基金／理事(2011年～)

☆岩手県普代村／地域づくりアドバイザー及び昆布大使(2015年～)

☆株式会社青の国ふだいトータルプロデューサー(2015年～)

☆Ark館ヶ森(旧館ヶ森アーク牧場)／技術指導(2016年～)

☆白石食品工業(シライシパン)／技術指導(2018年～)

☆ウィズガス全国親子クッキングコンテスト岩手大会／審査員(2018年～)

☆岩手県葛巻町／くずまき食のアンバサダー(2021年～)

☆岩手県矢巾町／食と健康のアンバサダー(2021年～)

☆栗菓子処中松屋／技術指導(2022年～)

公式ホームページより