



私にやさしい 地球にやさしい食のWebメディア ウィート!

weeat!

植物由来の食品だけで年間100レシピ開発!

プラントベースフードアドバイザーによる
レシピプロモーションサービス

■ オウンドメディア『weeeat!』と連携したトータルプロモーションが可能

レシピ開発

プラントベースフードレシピを作り続けてきたノウハウをもとに
ターゲットに合わせた生活に取り入れやすいレシピをご提案いたします

レシピ開発



レシピ開発担当の栄養士
(東京ガス料理教室の元講師)が、
オリジナルレシピを
開発いたします

フードコーディネート



天板・クロスなどターゲットに合
わせたテーブルコーディネートが
可能です

スチール撮影



撮影・画像補正(簡易的なレタッ
チ)まで一貫してお任せください

栄養価計算



栄養士が栄養価計算を行います

メディア掲載

オウンドメディア『weeeat!』への掲載を通じて
プラントベースフードに興味関心の高い層への
アプローチが可能です

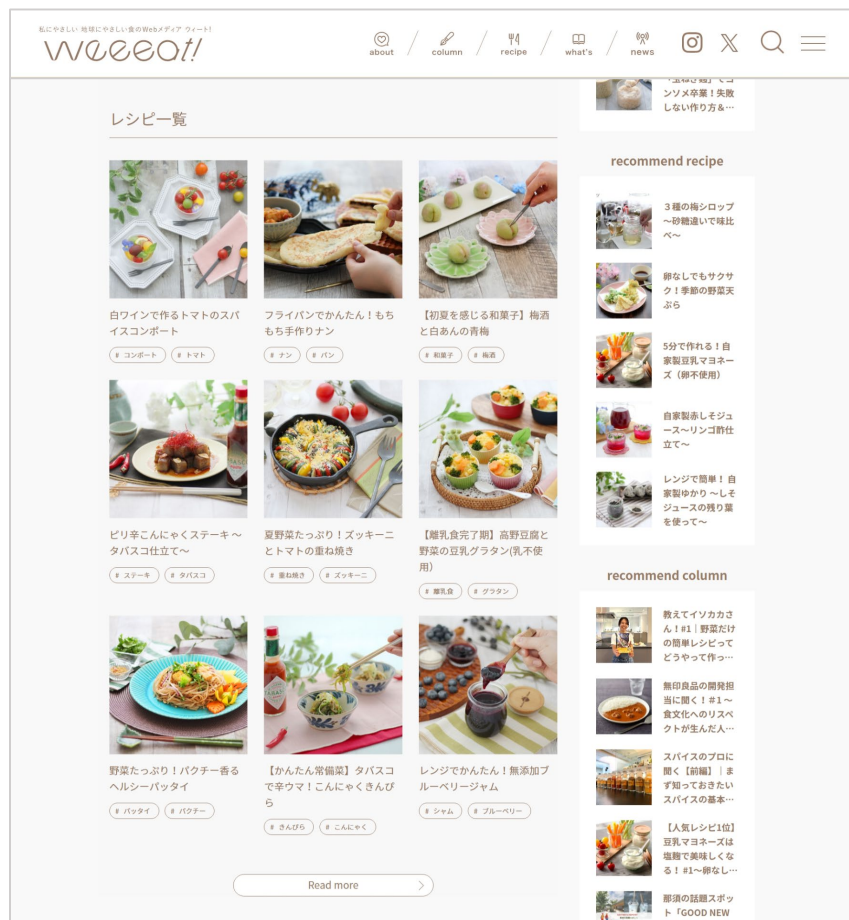
メディア連携

私にやさしい 地球にやさしい食のWebメディア ウィート!

weeeat!



開発したレシピを、サステナビリティな食を発信しているオウンドメディア『weeeat!』のレシピページに商品情報と合わせて掲載することで認知度向上を狙います



私にやさしい 地球にやさしい食のWebメディア ウィート!

weeeat!

私にやさしい選択は、地球にやさしい選択でした

『weeeat!』は、サステナブルな食の未来を考えるWebメディアです。

環境・健康・食文化の社会課題に向き合う取り組みを“知る”コラム、人と地球にやさしい「プラントベースフード」を“味わう”レシピをお届けします。

プラントベースフード
レシピ開発数
334品

月間
11万PV

ユーザー属性
30～40代
女性

<興味関心ワード>
#忙しくてもできるだけ丁寧に
#アレルギー対応
#プラントベースフード
#フードロス
#健康とアンチエイジング

商品の開発秘話や込められた思いなどをお伺いしたコラム
商品を使用したオリジナルレシピの掲載が可能です

▼キューピーさま商品紹介コラム



▼キューピーさま「HOBOTAMA」オリジナルレシピ



HOBOTAMAでつくる夏野菜のキッシュ（卵不使用）

夏野菜を彩りよく並べたキッシュです。タルト生地にもHOBOTAMAを加えることでサクサクとした食感に！



HOBOTAMAでつくるりんごのガトーインビブルケーキ（卵不使用）

HOBOTAMAを使ったガトーインビブルです。インビブル（＝見えない）という言葉通り、生地と薄くスライスした生地が一体化してきれいな層に仕上がります。



柚子胡椒香る HOBOTAMAオムライス～和風あかけ仕立て～（卵不使用）

HOBOTAMA（スクランブルエッグ風）のオムライス。あんに柚子胡椒を加えることで引き締まった味に！



ご納品までの流れ

ご相談

訴求したい商品のコンセプトやターゲット
レシピの用途やご希望の納期をお伺いしお見積りいたします。
※貴社商品のご提供も併せてお願いいたします。

レシピ案の ご提供

レシピ案を1商品につき3品ご提案いたします。
商品コンセプトに合うものを1案お選びいただきます。

試作 撮影

併設のweeeat! studio(P8参照)にて
試作・撮影を行います。

ご納品の詳細

基本パック

70,000円～／1レシピ

- レシピデータ(エクセルデータ／栄養価計算含む)
- 一眼レフで撮影した引き・寄りなど角度違いの補正済みjpgの画像3点(1レシピにつき)
- 『weeeat!』へコラム・レシピの掲載

オプション

- 簡易工程写真 **5,000円／1レシピ**

- 試作および撮影時の食材費は実費精算となります
- 貴社指定の商品やフードスタイリングは指定住所へ手配をお願いいたします
- weeeat! studioの食器やカトラリーを使用いたします
別のものをご希望の場合はご相談ください。
- 定期的なご発注や、複数レシピをご希望の場合は価格をご相談ください

植物性の調味料を使用しながらも「コク」や「満足感」を出す料理をご提案いたします。お気軽にお問い合わせください。



た な か ゆ み
田中 有美

weeeat!レシクリエイター

プラントベースフードで
美味しくおしゃれなレシピ！

profile

1995年大妻女子短期大学部食物栄養学科卒業後、東京ガスの料理講師としてキャリアをスタート。約30年間、料理教室の講師や企画運営、レシピ開発、また、食のイベントの企画運営等、食の業務に携わる。

東京ガスコミュニケーションズのオウンドメディア『weeeat!』の立ち上げから時からレシピ開発、撮影業務に携わる。

料理の撮影を通してフードコーディネーター、フードスタイリストの技術を学び、料理を美しく見せる技術を持つ。

企業のコラボレシピの開発や地域食材を使った料理教室の企画運営などの経験も多数。

得意分野はお酒と料理のペアリング。

サイト内で「有美と小麦の酒日記」でお酒と料理のペアリングをテーマに連載中。

資格

- ▶ 栄養士
- ▶ 食品衛生責任者
- ▶ フードコーディネーター
- ▶ プラントベースフードアドバイザー
- ▶ エコクッキングインストラクター

得意な食のテーマ



- ▶ 季節の食材を使った身体にも地球にも優しい美味しいレシピ
- ▶ プラントベースフードで美味しいレシピ
- ▶ 地域食材を使ったアレンジレシピ
- ▶ お酒とのペアリングレシピ
- ▶ 卵・乳不使用のアレルギー対応レシピ
- ▶ 植物性食材のみで作るインバウンド向けヴィーガンレシピ
- ▶ 華やかなおもてなしレシピ
- ▶ メーカー新商品の開発レシピ
- ▶ 料理の盛り付け
- ▶ テーブルコーディネート
- ▶ その他

企業コラボ・地域食材レシピ事例

私にやさしい 地球にやさしい食のWebメディア ウィート!

企業の食材を使ったコラボレシピを開発。

weeat!

メーカーコラボレシピの一例

スパイスメーカーとのコラボ
レシピ。
スパイスの魅力を生かした
プラントベースカレー。



油脂メーカーの植物性チーズ
とのコラボレシピ
チーズのリゾット、チーズパン、
スイーツなどを提案。



地域食材を使ったレシピの一例

富士宮市の食材(米、ホップ等)
を使ったレシピを開発。
地域の観光振興支援のレシピ
を紹介。



福島県の食材(米、いちご等)を
使った、料理教室レシピを開発。
福島の日本酒とのマリージュ
レシピとして料理教室開催。



レシピ撮影風景

【事例】白ワインのペアリングレシピ(桃とフルーツマトの Pasta)

私にやさしい 地球にやさしい食のWebメディア ウィート!

weeat!

撮影の様子



クロスや器、カトラリーなどを選定



作った料理を盛り付けして



一眼レフカメラで撮影

桃の季節爽やかな初夏をイメージ



数パターンの皿やカトラリー、クロス等で検討

A: 爽やかなグリーンのガラス皿

桃の可愛らしさをイメージ



B: 少し深さのある泡硝子の器

桃の冷製パスタ



レイアウトや角度など、テーマに合わせて検討

料理が全体を分かりやすく!

白ワインと一緒に



テーマ「ペアリングワイン」と一緒に♪



やまざき あい

山崎 愛

weeat!レシピクリエイター

野菜と発酵のチカラで
美味しく楽しくキレイになる!

profile

2009年相模女子短期大学食物栄養学科卒業後、東京ガスの料理講師としてキャリアをスタート。16年間活動、延べ10,000人以上に料理の楽しさを伝授。

出産を機に、食のサステナビリティや食育に関心をもつようになる。東京ガスコミュニケーションズのオウンドメディア『weeat!』のコンセプトに賛同し、社内公募によりプロジェクトに参画。レシピ開発とコラム制作を担当し、アクセス数前年比約4倍(2024年度末時点)の人気レシピサイトへと成長させた。

座右の銘は「七転び八起き」。

得意料理は発酵食材を使った家庭料理と、植物性食材のみを使ったプラントベースフード。

資格

- ▶ 栄養士
- ▶ 食品衛生責任者
- ▶ 野菜ソムリエ
- ▶ 発酵マイスター
- ▶ フードアナリスト
- ▶ パンシェルジュ
- ▶ プラントベースフードアドバイザー
- ▶ 豆腐マイスター
- ▶ 油揚げマイスター
- ▶ エコクッキングインストラクター

得意な食のテーマ

- ▶ 発酵食品を活用したヘルシー＆ビューティーな腸活レシピ
- ▶ 季節の野菜を美味しく食べ尽くすエコ＆フードロス削減レシピ
- ▶ 大豆製品(豆腐・油揚げ・豆乳)を活用したプラントベースフード
- ▶ 野菜を使った酵素＆食物繊維たっぷりのアンチエイジングレシピ
- ▶ 季節の食材の手仕事レシピ
- ▶ 卵・乳不使用のアレルギー対応レシピ
- ▶ 植物性食材のみで作るインバウンド向けヴィーガンレシピ



『weeat!』コラム制作事例

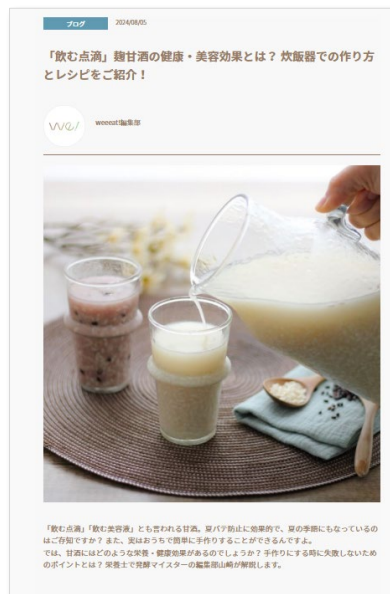
野菜や発酵など、幅広い食のテーマに合わせて数々のコラムとレシピを制作しています。

私にやさしい 地球にやさしい食のWebメディア ウィート!

weeat!

甘酒コラム

発酵マイスターの視点で、「飲む点滴」麹甘酒の健康効果と作り方を紹介した人気コラム。



漬物コラム

様々な漬物を手作りする「とにかく漬ける山崎」シリーズ。季節の手仕事を丁寧に解説する。



季節の野菜コラム

野菜ソムリエの視点で、季節の野菜を食べ尽くす「とにかく捨てない山崎」シリーズ。



昆布茶コラム

プラントベースフードで出汁として活躍する、昆布茶を使ったレシピのコラム。

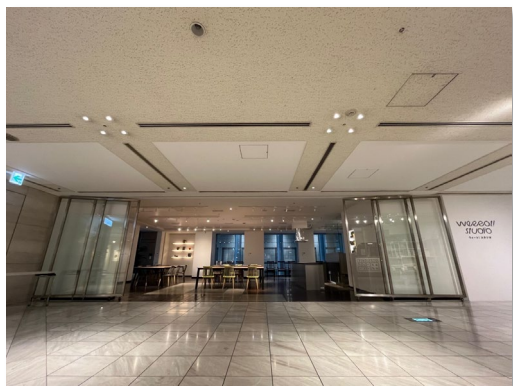


『weeeat!』のコンセプトを体験・体感して欲しい。志を共にする皆さまとの共創の場を創りたい。
そのような思いから、「weeeat! studio」が新宿パークタワーに誕生しました。
レシピ試作・撮影にもご活用いただけます。

weeeat!
studio

活用事例

- 料理教室イベント
- セミナー・ワークショップ
- 商談会・レセプションパーティー



新宿パークタワー リビングセンターOZONE 3F

- ▶ JR「新宿」駅南口から徒歩 約12分
- ▶ 都営新宿線・京王新線「新宿」駅から約10分
- ▶ 京王新線「初台」駅から徒歩 約6分
- ▶ 都営大江戸線「都庁前」駅から徒歩 約8分