



Makiko Sano grew up in Tokyo, Japan, where she was immersed in cooking from a young age. Her cooking inspiration comes from the females in her family; her mother, grandmother, and her aunts. Their bustling Japanese kitchen and food style was all about preparing a meal from scratch.

She has lived in London for the past twenty years with her four children.

Makiko's restaurant, Suzu, specialises in Japanese tapas, including traditional sushi, sashimi and tempura as well as dishes that she has created herself.

She decided to offer sushi classes because people kept on asking how to make it and has now taught thousands of people.

Makiko's first book *Sushi Slim*, also for Quadrille, was published in April 2013. She continues to innovate with her recipes, introducing more vegetarian and vegan food, unusual ingredients, gluten and dairy free dishes which she devised for her son Leon who is Autistic, all with a focus on health and taste. Her first book has now been translated in twelve languages, and has sold more than 50,000 internationally. See more details - www.makikosano.co.uk

Twitter @MakikoEats

Instagram@sushislim

Facebook MakikoSano

東京生まれ、イギリス在住20年、4人の子供と暮らす。日本研究料理家、ロンドンの日本食レストラン Suzu オーナー。

幼少期から料理に興味を持ち、料理のインスピレーションは家族から来ている。活動は、料理本の執筆、ケータリング、レストラン経営、料理教室と幅広く行う。

レストラン Suzu は今年で8年目、イギリスのデパート、セルフリッジの食品売り場での小さな店が始まりで店舗は現在のロンドンハマースミス市に落ち着く。同時にケータリングのオフターも次第に増え、イギリス王室もその一人だ。

5年前から始めた、寿司作り教室で教えた生徒数は、現在40000人を超す。

1冊目の料理本 *Sushi Slim* は12か国語に翻訳され、50000冊以上売り上げ、料理本界のアカデミー賞ことグルマン世界料理本大賞受賞し、ヨーロッパで高く評価される。2冊目の *Shoku-iku* は現在2か国語に翻訳され、寿司だけではなく、日本のバランスが取れた食事

を紹介している。また、息子が自閉症で、さらに幼少期にあまり体が強くなった事から、自己流で始めた食事療法からグルテンフリーや、乳製品フリーの料理も紹介している。

- ・プロを目指しテニスをやっていたが、足の故障がきっかけアメリカに渡られた年齢 16-23 と、アメリカ在住期間 7。イギリスに渡られた年齢 24

- ・自閉症や幼児心理学について勉強された大学の名前 ブルネル大学：上の子が

- ・矢吹さんに、任天堂などの日本のゲーム会社ともお仕事されたとお聞きしましたが、その詳細。

カプコンとの仕事は、サンプルを通り、かなり話は進んでいました残念ながら、話は流れてしまいました。

1985年宮崎県生まれ。ライター、構成作家、(株)フードコマ代表。大学在学中より、グラストンベリーなど海外音楽フェスティバルでスタッフとして働き始める。以降、日本と海外を往復しながら、ライター業やラジオ・TVの構成を開始。コンサート運営、コンピレーション編集、美術展プロデュースなど、アーティストのサポートも行う。2012年より、日本ボクシングコミッション試合役員に就任。山中慎介や内山高志ら、日本人世界チャンピオンのタイトルマッチを数多く担当。

