

# 番組概要

★番組名:「男子ごはん」

★放送日:10月1日

★放送時間:毎週日曜 午前11:25~11:55

★放送局:テレビ東京他、番販にて23局で放送(放送日異なる)

★出演者:国分太一(TOKIO)、栗原心平(料理家)



## ★企画内容★

### 新感覚料理&トークバラエティ

料理しながらトークする、トークしながら料理する、そんななかで季節感や素材といった当たり前の喜びを大事にする、料理&トークバラエティ。  
お昼ごはんのレシピに適切なテーマを毎週提供する番組です。

2017年度ふりかけグランプリの  
ドライ部門**金賞**を受賞!

贅沢  
うに  
ふりかけ

