



報道関係者各位
プレスリリース

2025 年 11 月 27 日
株式会社インフィニティラボ

食情報メディア・食ZENラボ
『おうちで手作り調味料・自家製レシピ特集』配信開始
～物価高の中で家庭で楽しむアイデアレシピで食生活を豊かに～

株式会社インフィニティラボ(本社：沖縄県那覇市、代表取締役：小池 一嘉)は、食情報メディア「食ZENラボ」にて『おうちで手作り調味料・自家製レシピ特集』を11月24日“和食の日”に合わせて配信開始しました。本特集では、物価高で食料品が高騰する中でも、食生活を豊かにする料理アイデアを提供し、ご家庭で工夫しながら「手作り調味料」や「自家製レシピ」などを調理することで、健康的で楽しい食卓のきっかけを提供します。



『おうちで手作り調味料・自家製レシピ特集』

URL : <https://shokuzenlab.com/feature-homemade-recipe/>

『食ZENラボ (Shokuzenlab) 』

-栄養・季節・農産物/食材のレシピやコラムを配信する食情報メディア-

トップページ URL : <https://shokuzenlab.com/>

栄養面を考えた健康的な料理
五感を満たすレシピ
サスティナブルレシピ
二十四節気・季節・地域の料理

食生活を豊かにする **食ZENラボ** 食情報メディア
shokuzenlab.com

五感別  抹茶とマスカルポーネのチーズテリーヌの濃厚 & ヘルシー...	体調別  沖縄島人参と鶏肉の薬膳スープ。低脂肪で食物繊維たっぷり...	サスティナブルレシピ  スイカの皮で爽やかピクルス。丸ごと活用サスティナブル...	簡単レシピ  サーモン & ジャガイモ & スズキの簡単彩りサラダ...	郷土・地域別  シークワーサーのハニー生養ゼリー。カラダを内側から...
---	--	--	--	---

【特集概要】

■「おうちで手作り調味料・自家製レシピ特集」について

2022 年頃から食品やエネルギー価格が高騰しはじめ、家庭の食卓事情は物価高で厳しい状況が続いています。食料の国内物価指数は 2022 年頃から 20% 近く高まりました。お米、生鮮品、飲料、調味料、様々な食料品の値上げが現在も続いています。高騰する食料品を避けながら、少量サイズの購入や節約につながる食材に代替させる等家庭では工夫が続いています。また健康面を考え、自分で使いたい素材を選び、シンプルに調味料の味を楽しみたいというニーズが高まってきています。

そこで、食ZENラボでは、料理専門家が考案した“手作り調味料・自家製レシピ”の中から、家計に優しく、健康的な食卓づくりに役立つレシピを特集として公開しています。

『おうちで手作り調味料・自家製レシピ特集』

URL : <https://shokuzenlab.com/feature-homemade-recipe/>

<手作り調味料一例>

「手作りケチャップレシピ＊トマトの旨みをぎゅっと濃縮」「手作りマヨネーズ♪万能ヘルシー&とっても簡単混ぜるだけ」「自家製塩麹」等



<自家製レシピ一例>

「完熟柿バター♪クリーミー＆材料2つ5分で簡単レシピ」「クリスマス市のホットワイン」「手作りチョコレートアイス＊絹豆腐でなめらかコクあり」「濃厚コクあり♡ステーキソースレシピ」「泡盛トロピカルサングリア♪パインアップル＆ライチ入り」等



おうちで作れる<手作り調味料> <自家製レシピ>を 30 以上公開しています。

「節約」「健康＝安心・安全」だけではなく、「親子で作る＝楽しさ」、「地球にも優しい」等の観点でおすすめレシピをご紹介します、「ドレッシング」「ディップ」「バター」「ソース」「タレ、つけ汁」「ドリンク」等レシピを選びやすいように料理特集を編成していますので、食卓の料理づくりのバリエーションにお役立て下さい。

【和食を楽しむおすすめコラム・レシピ】

2013 年（平成 25 年）に、ユネスコ無形文化遺産に『和食；日本人の伝統的な食文化』として登録されました。11 月 24 日は“いい日本食”「和食の日」です。食 ZEN ラボでは、和食の食文化に関するコラムやレシピも沢山公開しています。和食の美味しさを改めて感じ、和食を楽しく作るきっかけや、和食文化の保護と継承を考えるきっかけになれば嬉しく思います。

■コラム名：和食を支える伝統野菜(ふるさと野菜)の紹介と二十四節気の日本食文化

URL：<https://shokuzenlab.com/column-washoku-traditional-vegetable-nijyushisekki/>



■レシピ名：鰹節の出しがらリメイク♪万能ふりかけレシピ

URL：<https://shokuzenlab.com/recipe/sustainable-remake-recipe-katsuobushi-topping/>



農家さんが精魂込めて作った野菜や食肉、漁師さんが釣り上げたお魚、そして、自然が与えてくれた恵の食材を大切に使って、おうちで自分だけのオリジナル手作り調味料や自家製料理を作ってみませんか？季節の旬食材を活用し、大切な家族や友人と共に作り、味わい、楽しむ時間で、食生活の豊かにつながることを願っています。

【レシピ開発や食イベント企画開催について】

インフィニティラボは、食品メーカーや農業組合など食関連事業者様からレシピ開発や食関連のコンテンツ制作、PR 等各種マーケティング支援を受託する事業運営を行っています。

自社商品を使ったオリジナルレシピの開発やイベントの企画運営をワンストップでご提案いたしますので、ぜひお気軽にお問い合わせください。

■食プロモーションサービス

URL：<https://infinitylab.co.jp/for-client-food-promotion/>

■会社概要

商号：株式会社インフィニティラボ
代表者：代表取締役 小池 一嘉
所在地：〒900-0015 沖縄県那覇市久茂地 1- 1 -1 9F
設立：2020 年 8 月
事業内容：コミュニティ・プラットフォーム開発、レシピ開発・コンテンツ制作、地域創生
資本金：700 万円
URL：<https://infinitylab.co.jp/>

【本サイトに関するお客様からのお問い合わせ先】

株式会社インフィニティラボ
E-Mail：support@infinitylab.co.jp
<https://shokuzenlab.com/contact/>