

月間 毎新 ごはん

第 5 号

2004年10月
発行者
リトル・スター・レストラン
tel:0422-45-3331
www.little-star.ws

インターネット無線スポット



季節の日本酒

「ひやおろし」を

旬の「ごはん」一緒に。

やっと秋めいてきた今日この頃、食欲の秋も本番、おいしそうな食材に移りしてまいりますね。リトル・スター・レストランでは定番のごはんやお酒の他に、旬のおいしい食材・お酒選びにも余念がありません。秋からのオススメは、「日本酒」。日本酒は

お酒の中でも幅広い料理にあわせられるお酒。上手に着と合わせるとより深い旨味を引き出し、てくれる効果もあります。特に今の季節は「ひやおろし」と呼ばれる、季節限定のおいしい日本酒が出る時期。旬の日本酒、飲むしかありません！

「ひやおろし」とは、冬から春にかけて造られた新酒を、夏の間は蔵の中で熟成させ、秋になって外気の気温が涼しくなってきたから出荷されるお酒のこと。お酒が夏のあいだに熟成し、うまみが増しておいしくなるので「秋あがり」とも呼ばれ、昔から美味しいお酒とされてきました。

これを機会に今まで「日本酒は苦手」と思われていた方も、挑戦してみてくださいいかがでしょうか？ 店長で料理人のワタクシ、ミヤザキは根からの飲兵衛。好きが高じて利き酒師などしております。お好みにあわせて、またお食事に合わせて、おいしい日本酒選びのお手伝いをできれば、と思っております。お気軽にご相談下さい。

旬のごはんもお酒に合うものが目白押し。秋刀魚、秋鮭、きのこ、さつまいも、あの手この手でおいしく召し上がっていただきます。



たいと思います。もちろん日本酒にあわせておつまみも研究中。定番メニューでは自家製がんと厚焼き卵、肉じゃがなど。ポテトサラタも意外と日本酒に合いますよ。日替わりメニューには「自家製イカの塩辛」などが登場する予定。お楽しみに！

小星★人語

報酬を受けない仕事、たとえば専業主婦の方が担っている日々の家事のような、誰かの労働を支え毎日の生活を支える仕事を「シャドウ・ワーク」と呼ぶそうです▼お店がオープンしてから

四ヶ月、ありがたいのは常連のお客様の存在です。特にランチにはほぼ毎日のように通って下さるお客様が何人かいらっしゃいます。そこでいつも考えていることは、毎日通って下さっても飽きないメニュー作りです▼日替わりメニューは、なるべく食材と調理方法が重ならないようにしようと考えています。メニューに対するつけあわせも大事で、見た目の彩りとなる程度の栄養バランスを考えます。さらにランチにセットする小鉢は、毎日違うものを用意するようになっています。何だかお客様の「お母さん」のような気持ちになってきます▼お客様に「ごちそうさま」「いつもおあいびびはんをありがとう」などと声をかけていただくと、嬉しくてさらにやる気が出てきます。お金をいただいてお食事を提供しているのに、さらに感謝の言葉をいただくのは本当にありがたいことです▼「お母さんってすごいなあ」。何気ない毎日の家事は、目に見えにくく、終わることのない仕事です。だからこそ感謝の気持ちを表すことは大切なこと、今改めて実感しています。お家でも、ぜひ意識して「ありがとう」と言ってみて下さい。みんなが少しずつしあわせになれる、魔法の言葉だと思います(麻)

利

き酒師という資格があるのを
ご存じですか? 「利き酒師」
と聞くと、お酒を飲んで「ど
この何という銘柄なのか」を当てる人の
ように思っている方も多いようですが、
実際には違います。

利き酒師とは、お
客様の好みを的確に
聞き出し好みに応じ
てお酒をお勧めした
り、お食事に合った
お酒を選んだり、ま
た逆にお酒にあっ
たお食事をお勧めし
たりする、いわば日
本酒を飲むときの案
内人です。ワインで
言うソムリエと同様
の役割を担っていま
す。

たとえばシンプル
ですっきり、さっぱり
りしたサラダや柑橘
系の果実を添えてい
ただくような料理に
は、香りが華やかで
飲み口はすっきりキレのよい日本酒。逆
に甘辛くこってりした料理や脂ののった
料理には、芳醇で第一印象のアタックが強
い、舌に旨味の広がる料理に負けない旨
味を持ったお酒、などというように、料
理とお酒の組み合わせをうまくすること

小さな星のごはん、 小さなこだわり。



vol.04

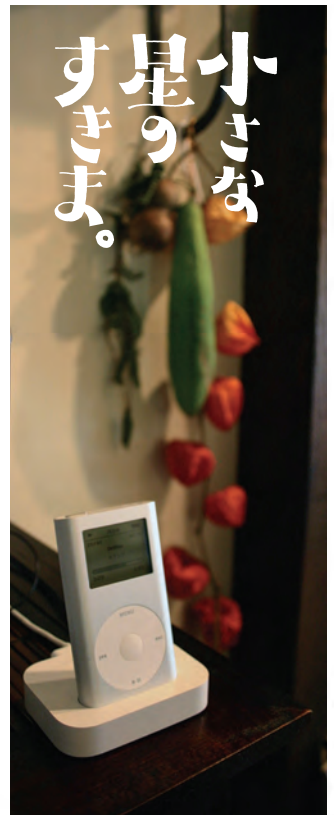
おいしくお酒を 飲むために

で、お互いの旨味に深みと広がりを持た
せることができます。ちょうどワインの
赤と白、ライトフルボディなどのタイ
プを好みや食事に合わせて選ぶことに似
ていることがおわかりいただけるでしょ
う。もちろんこの考
え方は焼酎やビー
ル、その他の飲み物
にも当てはまり、応
用することができ
ます。

お店を開店する
にあたって、おいし
い食事とお酒を提
供するためには、あ
る程度専門的な知
識を学んでおいた
方がよいだろうと
考え、店長で料理人
のミヤザキがその
「利き酒師」の資格
を取得しました。趣
味と実益を兼ねて、
といってもよいか
もしれません。

お店でご利用し
ているお酒は、その利き酒師としての知
識と酒好きとしての経験に基づき選ばせ
ていただきました。様々な料理に合わせ
られるよう、タイプの違いをお酒をご用
意しています。ぜひ色々試して、楽しん
でいただければと思います。(麻)

小さな 星の すきま。



と
きどきお客様に「今かかって
る曲はなんですか?」と聞か
れたりします。その後その曲
の入ったCDを購入されたという話を
聞いたこともあったりして、いや実は
お店のBGMって、結構注目されてい
るんですね。

そうゆうこともあってBGMを選ぶ
るのはなかなか難しいです。目立って
いけないし、かといってあんまりしん
としてもいけない。自分の好きな曲を
かければよいというわけでもないし、ポ
リウムだって大きすぎても小さすぎ
てもいけない。そんなかんじでいまだ
に試行錯誤していますが、最近はずこ
スティックな感じの女性ボーカルを中
心に、少しずつ男性ボーカルの曲や季節の
曲を入れてみたりしています。

かけておもしろいな、と思うのは
いわゆる「カバー曲」。たとえば、アン
サリーの歌う「蘇州夜曲(渡辺はま子)」、
小野リサの歌う「卒業写真(荒井由実)」、
島山美由紀の「見つめていたい(ポリ

ス)」「Double Famousの「夜来香(李
香蘭)」等々、原曲を知っている人も、
演奏しているミュージシャンを知って
いる人も、またそうでなくても誰でも
聴いたことのある名曲だったりします
から、年齢を問わず楽しんでいただ
けているみたいです。

お店のスピーカーはJBLの4312
M。大きさとデザインだけで選んだん
ですが、なかなかいい音でとても気に入
っています。打ちっ放しの反響の多い店内
ですが棚の上に横に置くことで少しは音
が締まるようになりました。

音楽プレーヤーはあるキャンペーン
でいただいたPod mini。僕個人の音楽
ライブラリの中から、お店用に選曲され
たたくさん曲を一日中レジ後ろの棚
の上でちゃんと再生してくれています。
CDではこうはいきませんね。

お店にとって「音楽」というのは、お
料理でいう「薬味」みたいなものかもし
れません。最後の最後でやっぱり気の利
いたものをお出ししたいものです。(お)

小さな星の本棚から

小星文庫 はじまりました。

本 好きのスタッフが多いリトル・スターレストラン。お店にはスタッフが好きな本が、お客様に自由に読んでいただけるよう並べてあります。お店を始める前、「ゆっくり本を読めるお店」をこよなく愛していたので、自分たちのお

店もそのようにしたかったのです。

さらに、本好きが高じて、今度はネット上でも様々な本をご紹介するサイトを始めました。題して「小星文庫」。下記の記事本「ソムリエ」でとりあげた本はもちろん、お店に常備してある本やスタッフが読んだ本をご紹介する、本好きにはたまらないサイト(になる予定)です。堅苦しい書評ではなく楽しい本の紹介ページ、ぜひ一度覗いてみてください。



Little Star Restaurant のメインサイト同様、Blog 形式になっています。各書評には、コメントやトラックバックをつけて「小星文庫」に参加していただくことも出来ます。

「小星文庫」
<http://www.little-star.ws/book/>

本のソムリエ



heshima's choice

『庭の小さなばら』
庄野潤三 講談社



mizakazi's choice

『おかず 2001』
浜田ひろみ 日本放送出版協会



fukazawa's choice

『イギリスはおいしい』
林望 平凡社

どこに行っても紅葉はおいしいし、サンドウィッチの種類が豊富でおいしいし、フィッシュ&チップスに代表されるように、魚とじゃがいもがおいしいし(但し、店見繕ふべし)、なんといつてもイングリッシュブレックファーストははずせない。ああ、あの海辺の町で食べたスコーンの味は忘れられない。イギリスはおこし……。

料理本のレシピどおりに作ってみることは、勉強にはなる。でも、いつまでもその通りに作っていると、自分の好きな味にはなかなか出会えないよう。おいしいような写真もない、細かいレシピもない、料理のアイデアと調理のポイントが二〇〇一種、文字のみで紹介されている。読み物としても面白い、この本が私の強い味方である。

シャトレーのケーキ、金時パン、徳島の「かまきせ」などなど庄野潤三のエッセイ集です。すでにお馴染みの美味しそうな食べ物も今作でも登場する。老夫婦の静かな暮らしを綴るこのシリーズも今作で八作目。毎回大きなドラマは皆無なのに読むとまた買ってしまふ。この安心感まさに「いつも行く定食屋さんのいつもの味」だ。読むほどに和む一冊です。

★今月のお題★

食欲の秋

テーマに応じたお薦めの本を紹介する「本のソムリエ」。今月のテーマは「食欲の秋」。食欲には自信のある、ソムリエのおすすめは？

深澤圭一
Keiko Fukazawa
宮崎麻美
asami miyazaki
神島のつとむ
tsutomu kamishima

