

「毎月新聞」ごはんはリトルスターレストランが発行している新聞です。

毎月
新聞

ごはん

第125号

2014年10月

ふだん着のじょう

Little Star Restaurant
リトルスターレストラン / Mitaka Tokyo

パーティしようよ!

忘年会や新年会、
歓送迎会にお祝い事の席など各種パーティに、
おもてなしのじょうそうを楽しんでいただけるプランをご用意いたしました。3名様以上より承っております。



ふだん着のじょうそうコース

(お一人様) 25円

定番の人気メニューを中心に、リスタらしい「ふだん着のじょうそう」を味わっていただくコースです。しっかりボリュームもあって、安心のおいしさです。



季節と旬のじょうそうコース

(お一人様) 30円

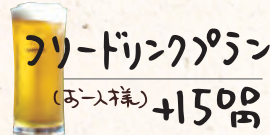
季節ごとの人気メニューや、旬の食材をつかった「今ならではの」メニューを中心としたコースです。リスタならではの季節感をお楽しみいただけます。



店長おまかせコース

(お一人様) 35円~

ご予算やご希望にあわせて、パーティごとに.....文字通り店長ミヤザキが、腕によりをかけて特別メニューをご用意します。もちろんリクエストも大歓迎!



フリードリンクプラン

(お一人様) +15円

ビールに日本酒、焼酎にカクテル!もちろんソフトドリンクとぎっちり美味しい飲み放題をご用意しました!



アパザリオリジナルケーキ

(ワンホール) 25円~

お誕生日や記念日、お祝いの際などに、特別なケーキをオーダーメイド!お好みのケーキをリクエストいただくこともできます。



ランチパーティも承ります!!

お昼時も小さなご宴会出来ますよ!

★ちよこもりパーティランチ(ドリンク付き)
:1500円 ★ちよこもりプレート+レバーペースト+高菜ごはん(ドリンク付き):2000円...など、ご予算ご希望、ご相談下さい!



貸し切りのご案内。

着席なら25名様まで、立食なら35名様くらいまでの、貸し切りパーティがご予約いただけます。曜日/時間帯によってご予算が異なりますので、まずはお気軽にお問い合わせください。

また、格別のしあわせであります(麻)

小星★人語

先日久しぶりに銀座へ出かけたので、思い立って会社員時代の上司に連絡を取り、一緒に飲みに出かけました。「今から飲みに行きませんか?」と急な誘いに快く乗ってくれた元上司との飲み会は楽しく、仕事論から人生論まで思つづ間もなく話しまくるのは昔から変わらず、自分の仕事人生の一部をこの上司と過ごせた幸運に感謝しました▼お店を卒業したスタッフの中でも、全く連絡が来なくなるスタッフもいれば、何かにつけて連絡をくれたり、お店に来くられたりするスタッフもいます。縁は細く長く続く場合もあるけれど、しっかりと続くこともあり、ぶつりと切れたり、切れたと思つたらまたつながったりと予想できないところが面白いところ。基本的にはこちらからあれこれ連絡したりはしません。子離れしない親みたいに思われるのもよくないし、逆に便りが無いのは元気の証拠と思うようにしているのです▼でも人生の、ほんのひととき、一緒に仕事をした、共に過ごした時間がある。その時間は私にとってかけがえのないものです。そして彼女、彼らにとっても、少しでもいい「拾いもの」をしてもらえればいいな、と思ひながら、ビシバシしていきます。仕事では鬼店長で上等、それが私が上司からもらったことへの恩返しなのです▼そしてまた卒業したスタッフがふらりとお店に現れたり、結婚の知らせが届いたり、これがまた、格別のしあわせであります(麻)

季節の味わいと
色合いを愛でる秋
旬の白あえ、あります。

酒と
つまみ

通 年でお出ししている「白あえ」に秋の彩りがお目見えです。紫がきれいな食用菊「もってのほか」ご存知ですか？ さっと下茹ですると、淡い紫がパツと鮮やかな紅紫に変わって、白あえの白によく映えるんです。「柿ももってのほかの白あえ」では、柿の慈味深い味わいと独特の食感もってのほかのほの甘さや苦み、さらには白地に橙色と紫色という、見た目の美しさにも秋の到来を感じます。白あえ衣は水抜きした木綿豆腐に、白味噌、練りゴマ、みりん、うすくち醤油、隠し味にお酢を少々、順々にしっか

り混ぜこんでゆきます。とってもしめ細やかな舌触りの白あえですが、オーダーが入ってから具材と和えるので和え衣に染まりきらずに、具の個性がほどよく生きているのもまた嬉しいところ。秋らしいもので他には「春菊と焼きしいたけの白あえ」。ひとクセある春菊の風味と、焼かれてウマみ倍増しいたけとの共演にそそられる一品です。日によって変わる、様々な旬の具材の取り合わせも楽しみながら、日本酒と合わせてしっぼり晩酌…いかがでしょう？（ぬ）



あまごし白あえにやわらかい淡白な味はおいしい。あまごしに漬けた白あえも季節の味、新鮮でおいしい。



リトルスターコレクション — 略して「リト・コレ！」

どこの派手な方にも、お酒の派手な方にもおいしくお召し上がりいただけます。家庭料理のお店に、当店自慢のメニューの数々をご紹介します！！



れんこんはスライスして揚げたのが、ふんわりとシャキシャキ感を出すのが、おいしいです。こま、たまに食べてください！（笑）

れんこんさんは、人気者。シャキシャキ食感、揚げたてよし、炒めてよし。店の「買い出しでスーパーの前を通りかかると、店の前に幼稚園くらいの子供たちと、それを引率する先生が。先生が店の前に積んである野菜を指差しながらこう言った「あなーのあいた？」子供たちが答える「レンコンさん！」。れんこんのシャキシャキ感を楽しむのには「れんこんときこの豚肉巻き揚げ」がおすすめ。繊維を生かすよう縦切りにしたれんこんと、しめじ、舞茸を豚バラスライスで巻いてカレー風味の衣で天ぷらに。食べているときに縦の繊維がふんわり舞い上がるのも可愛。カレー塩でいただきます。

「れんこんと茄子のはさみ揚げ」は豚肉と干し椎茸、生薑がたっぷりひき肉餡を丸ごとストンと輪切りにした蓮根、茄子でサンドした天ぷら。天ぷら衣をつけることになるべくきれいな穴が見えるように揚げるのが私の隠れたこだわりだ。大定番「れんこんのきんぴら」。蓮根の歯ごたえが残るくらいに火を通しつつもきんぴらたれて豪快に手早く味をつけていく。蓮根のきんぴらを作る時はこちらも勝負！てな気持ちになるのはなぜだろう？やわらかくあっさりとしたれんこんの季節、新米のお供にぴったりです。（のだめ）

ごはんとおかず

つボ太の

だんごやぶ。だんごやぶ。

その三

川越ランデヴーの

世界をゆく



T Vや音楽、本を見聞きしたとき
に、いつかそこに行きたいなど
思ったまま、頭の片隅に残っている場
所がある。その店のことを知ったのは
4年前、ユザン×レイハラカミの「川
越ランデヴーの世界」というこの店を
題材にした曲を聞いたのがきっかけ。

川越に住んでいたユザンが、このご
時世にきんぴらごぼろの専門店という
不思議とも思える店の前を通るたび
に、繁盛しているような様子はなく、
どうやってごぼろだけで生活が成り立
つのか、という単純な疑問から出来た
曲で、聞いた時にはインパクトもあり
相当興味をそそられた。

休日、初めて小江戸と称される街を
観光しつつ、その店に行くことにした。
目的地に近づくと「きんぴら」と書か
れた真つ赤なぼりが本。「あった！」
という喜びとちょっとしたドキキ感。
最初は遠目で眺めてから、お客さんも
いないのでおそるおそる近づいていく
と、ショーケースの中にはカットされ

たごぼろ、にんじん、調理済みきんぴ
らごぼろが各200円、300円とい
う値段で売られている。専門店のきん
ぴらはどんな味だろうと店主のおばさ
んに「これ下さい」と言つと、「ひょ
としてこれで来てくれたの？」とCD
のジャケットを指さす。「あっ、そうで
す」そう、ありがとね、この人凄いね
大阪とか北海道からも遠い所からみん
な来てくれるのよ。この店は、ごぼろ
とにんじんだけでも60年やってき
たの」と話してくれた。何かそのひと
言だけで僕は胸が熱くなった。帰りの
電車の中で、何度もその言葉を反芻し
てしまう。長くやり続けた人だけが持
つ言葉の重みがじんわりと心に宿る。
家に帰って食べたきんぴらは、格別に
美味しいというより、普通の素朴な味
だった。でも数日してからまた食べた
いと、お店のおばさんの顔、優しい味
が思い出される。所詮きんぴら、飽き
のこない普通に美味しい、それがいい
んだなとつくづく思う。

23
すだちって素敵。

すだちって素敵。

スタッフの中でも徳島出身の
ウメさん、高知出身のクボ
太には、日常的に食卓にのぼるポ
ピュラーな食材「すだち」。徳島
名産、自慢の柑橘類です。ワタク
シの場合、父が仕事で徳島へ定
期的に通っていたおかげで、小さな頃から親しむことができ
ました。旬は8～10月頃まで。

さて、すだちさえあれば、料理がワンランク上の味わいになります。
焼き魚にぎゅっと絞るもよし。肉のソテーに薬味をたっぷりのせて
搾るもよし。醤油にしぼりたての果汁を混ぜて、自家製ポン酢
を楽しむもよし。いつものおひたしに搾ると、料亭の味みたい！
料理だけでなく薄くスライスして炭酸水に浮かべればさわや
かなドリンクに、焼酎に入れてもさわやかに美味しく、素敵
さが際立ちます。

たとえば、本屋をぶらぶらしてて、全然
知らない作家の漫画を手取るような
とき、それは確実に絵柄に惹かれている その
絵柄が鍵となって、物語に導いてくれる。
朝ごはんをたべながら、たいていうラジオを
つけている いろんな種類の新しい音楽が
次々とかかる でもこの頃はなかなか耳に
入ってこないというか、耳にひっかかってこ
ない ああ、歌はうまいのかもしれないけ
れど、僕の好みの音じゃないんだと もっと
言うと、「好きな声」じゃないんだな だ
からちっとも歌詞が入ってこないし、歌の世界
にも入っていけない。

そんな中で、確実に僕の耳を捉えるのが星野
源 まずは単純に彼の声、声の佇まいが好
きなんだな それは漫画の絵柄と同じよう
に、言葉から物語へと僕を導く。

特別なことはなにもなくても、毎日小さな
物語にあふれていて、それを丁寧に観察する、
小さな歌にまで磨き上げる、
丁寧に歌い、それに寄り添い
支える音 その音の佇まいが
静かにかんじられる、そんな
世界が僕は好きなんだな。

「エピソード」

星野 源 (ビクターエンタテインメント)

まち見聞読。





address

〒181-0013 東京都三鷹市下連雀3-33-6 三京ユニオンビル3F

tel ご予約、お問い合わせはお気軽に。

0422-45-3331

★ holiday 毎週月曜日+不定休

hours 営業時間



ランチ・タイム 11:30～14:30 (土日祝 12:00～15:00)

にぎやかな宴会屋さんの時間。

★ 定番メニューは、オリジナルブレンドのカレー粉で作った風味豊かなチキンカレーに、国産牛・豚ひき肉で作ったお箸でたべられるジューシーなハンバーグ。日替わりメニューは平日2種、土日祝は1種類。



ティ・タイム 14:30～18:00 (土日祝 15:00～18:00)

くつろぎのカフェ時間。

★ 三鷹の名店まほろば珈琲店で焙煎された、ほどよい苦みとコクのリトスタブレンドコーヒーに農園直輸入のリーフで丁寧に淹れる紅茶、スイーツに軽食、もちろんあります。



ディナー・タイム 18:00～24:00 (日祝～23:00)

酒と肴とごまんの時間。

★ 定番の家庭料理を丁寧に作ると、それは「ふだん着のごちそう」になります。「酒と肴」と「ごはんとおかず」。ご予約制のコースメニューもおススメ！



map



● 10/11 月のお休み

毎週月曜日は定休日、恒例月イチ連休、10月は毎年恒例の秋休みを27日(月)～30日(木)、また31日(金)のランチ・ティタイムは臨時休業をいただきます。また11月は勤労感謝の日の振替休日24日(月)～25日(火)でいただきます。みなさんにはご迷惑をおかけしますが、何卒よろしくお願い致します。

10月:6(月)/13(月)/20(月)/27(月)～30(木)

11月:3(月)/10(月)/17(月)/24(月)～25(火)

その他、予定などはホームページ またお電話で直接お問い合わせ下さい。



● 今年もボジョレー、やって来ます！

今年は11月20日に解禁になるボジョレー・ヌーボー。当店ではデキャンタ、ボトルをご注文された方に、フレッシュなワインにぴったりな特別メニューがもれなくついてきます！お得なのですよ！

(写真はイメージですよ・何年前に撮ったやつ...笑)



先日元ホールスタッフのねえさんから結婚しますとうれしい便りが届いたのを機に、歴代スタッフに声をかけて、ワタクシどもオーナー夫婦自宅でちょっとしたお祝いの会をしました。夏に結婚式を挙げたくるちゃんに、来月披露宴のはまちゃん、そろそろ独立するヒデキに変わらずうちでいい仕事をしてきているぬまち...みんなそれぞれのところでがんばればいい、幸せになればいいんだよねと、楽しいひとときでありました(お)

「リトスタぽきん。」ご案内。

当店では東日本大震災で保護者を亡くした子供たちのための奨学金「毎日希望奨学金」への募金を募っております。ひと口300円以上募金して下さった方には「リトスタぽきん缶バッジ」や「リトスタ米ぬか石けん」もプレゼント。みなさんのあたたかいお志、こつこつ長〜くよろしくお願いします。

