

隔月
新聞

ごはん

第147号

2017年3月

ふだん着のじむ

Little Star Restaurant
リトルスターレストラン / Mitake, Tokyo不
あ
の
人
気
メ
ニ
ー
!!

たけのこチャーハン

はじめて!!

春

の食材の王様といえは…独断と偏見で、たけのこに決定させていただきました！
リトスタでたけのこを扱うのは、生のタケノコが出回る今の季節だけ。この美味しさは水煮や缶詰では代わりがきません。

「たけのこと菜の花のグラタン」、たけのこと新わかめでつくる「若竹煮」。木の芽がでてくれば、いよいよ「たけのこと木の芽フライ」、そして真打ち、「たけのこと塩こんぶのチャーハン」が登場します。

薄味で下味をつけ、バターでたけのこを炒める…ごはんは塩昆布、塩、こしょう。こんなにシンプルな具材だからでしょうか、たけのこの美味しさが際立ちます。仕上げに飾る木の芽と一緒に頬張ると、ちょっと格が上がった上品な美味しさに。年間を通じて間違いない「あれはまだ？」とお客様にとりわけされるメニュー、ナンバー1なのです。(夜だけのメニューですので、お間違いない！)

そして食後のテッパン人気メニューといえは、「いちごのババロア」！つぶつぶイチゴが甘すぎずフレッシュで、やっぱり今だけの味わいです。今年から新登場の「自家製いちごシロップ」、そしていちごシロップでつくるカクテルも要チェック！春爛漫のリトスタで、春の味を満喫してくださいね！



いちごのババロア!

NEW!

いちごのシロップ
ソーダ
水割り
ワイン・カクテル
おまかせ

小星★人語

当店の店名は「リトルスターレストラン」と長いので、「リトスタ」と略して呼んでくださるお客様が多く、私たちも「リトスタ」を略称として正式採用しています

▼他にも、王道としては「リトルスター」。確かにもっともですが、業者さんにもよく「リトルスターさん」と呼ばれます。ビッグスターでもオンリースターでもなく小さな星ですので、そんな感じでよろしく!▼お子様には「ハンバーグやさん」「おにぎりやさん」「たまごやさん」と思われているようで、「おにぎりやさん」に行きまーす、って勝手にビルに入って行っちゃったの!とお母さんを連れてきていただいたことも!▼お子様と云えば人気のおしゃべり店員(オーナー)おきゃん。「おきゃんの所に行く!」と家族を連れてきてくださるお子様たちのお陰で、当店は助かっております。おきゃんを「ポテサラのおじちゃん」「メガネマン3号」と呼んでくださるお子様も!▼通な常連さんの間では「某所」と呼ばれていて、もはや名前とは全く関係ないので、あそこといったらあそこ、くらいの説得力ではまだこれでうれしいものです!▼最近嬉しかったのは、とあるご夫婦が「ミヤザキさんち」と呼んでくださっていること。ミヤザキとはワタクシ店長ミヤザキですが、友人の家にごはんを食べにくるくらいの親しさと信頼を感じることの呼び名。オウチのようにくつろげる場所であれば嬉しいです! (麻)

外はカリッ、中はフワフワ。
揚げたてがんでも
日本酒なんていかが？

酒とつまみ

「が んもどぎ」…味や食感が鳥の
雁に似ていることからその名
が付いたといわれる。
実際に雁の肉を食べたことがある人は
そういないと思うので本当似ている
かは分かりませんが(笑)、リトスタ
の隠れた人気メニューであることは間
違いない、それががんとです。
本綿豆腐の水気を良く切り手で程よく
潰したら細かく刻んだニンジン、大葉
しらすを加え、さらに砂糖、卵黄、片
栗粉を入れてよく混ぜる。もちろん揚
げるのは注文が入ってから。中温と高
温で二度揚げすること、外はカリッ、

中はフワフワの食感に仕上がります。
この出来立てがんと、当店では2種類
の食べ方でお出しします。「揚げだし
がんと」は、やや大きめに作ったがんと
もを、あったかお出汁に浸けて。ジュ
ワ〜としみ込むお出汁がたまりませ
ん。「がんとしょうが正油」は、やや
小ぶりのがんとをたっぷり生姜でさっ
ぱりと。シンプルにがんとの味を楽し
みたい方はこちら。
アツアツを頬張りながら日本酒をグ
イッと、なんてまさに日本に生まれて
良かったと思う瞬間ですよ！
(ナベ)



がしものおいしいはなにフリ
揚げたてあつあつにあるの
です。揚げたてにはよくしょうが
正油にどうぞ。



リトスターコレクション — 略して「リト・コレ！」

ご自宅でも、お酒の席で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！！



季節の揚げ物もあつあつ
いっしょに、お酒にはお酒の
期待に違いない、おいしい
がんとしょうが正油。

次 第に日が長くなって、暖かな陽
射しが気持ちのいい季節になり
ました。環境も変わって忙しくされて
いる方も多いのでは。春から初夏にか
けてのこの時期は、あえて定番メニュ
ー「ねぎとん」をイチオシします。
豚肉の天ぷらにたっぷりの大根おろし
を乗せ、そこに青々とするくらいの方
能ねぎを散らしてポン酢でさっぱりと
いただきます。ねぎとんは敢えてしっ
かりめに衣をつけて揚げているので、
外はサクッと、中はジューシー…リト
スタの揚げ物は、カリッカリの外衣と
中身のコントラストが本場に絶品だ
と思っております。大根おろしはオー
ダーの入る度に、せっせとおろしてい
ることばっちりなこだわりです。
揚げたての豚天におろしたての大根お
ろし、そして食べる直前にかけるぽん
酢、これがねぎとんの美味しさの秘訣
ではないでしょうか。
通なお客様は、ねぎとん皿を傾けて旨
みたっぷりのぽん酢タレをすっきりご
飯にかけて最後までお楽しみいただい
ている様子…何だか胃腸の調子がイマ
イチね、なんて目でも、大根おろし
とぽん酢の力でしっかり食べられてし
まう貴重な揚げ物メニューです。(ぬ)

大根おろしとぽん酢の力で
さっぱりたべられる
揚げたて豚天、ねぎとん！

ごはんとお酒
おがす

トミーの料理マスターへの道

その一 包丁購入の旅



三 月から正式にリトスタのキッチンスタッフとなったトミーです。料理マスターになるべく、はじめの一步として、包丁を購入するために合羽橋に行ってきました！

今まで使っていたのは、いつ買ったのか分からない、研いでも切れない包丁。自主練習もその包丁でしていました。この先料理をしていく上で、包丁は良き相棒となります。

「いい包丁が欲しい...」

そこで、店長が店で使っている包丁と同じものを買ったことにしました。

「kappabashi」[v-steel gold co] 店長の包丁に入っている文字です。これを手がかりに店を調べ、合羽橋に出かけました。店内には「kappabashi」の文字が入っている包丁がずらりと並んでおり、安心しましたが、重要な「v-steel」を「なんとかスチール」という覚えで来てしまったので探すのに苦労しました。結局店長からLINE

で携帯電話に包丁の写真を送ってもらい、同じ包丁を探し出しました。幅広く使える三徳包丁が本当は欲しかったのですが、完売して在庫もなかったもので、お店の人のすすめもあり、牛刀を購入することにしました。最後にオマケまでしてもらい、満足感で心がいっぱいになりました。初めての合羽橋、じっくり見たかったのですが、早く切れ味を試したくて、何軒かサクッと見て帰宅し、早々にキャベツの千切りの練習をしました。

牛刀は包丁にやや重さがあり、刃渡りが長い包丁で、私は扱うのが初めてだったので、指を切らないよう注意してキャベツを切りまわりました。できたキャベツの千切りは今までと比べ、薄く細くて感動しました。

包丁は素材などで値段が様々ですが、1万円ちょっとでいいものが購入できます。毎日の料理作りに小さな感動を！ぜひ包丁を購入してみてください。



この小説の主人公は17歳の女の子。多感な時期を彼女は学校の友達とつるんだり部活に勤しむことなく、千葉の小さな町にあるりんどう珈琲でアルバイトします。37歳の音楽好きなマスターやぼつりぼつりやってくるお客さんとの邂逅によって彼女の2年間は確実に豊かに編まれていきます。生きる意味、大学に行く意味、この町を出て行く理由。そ

ういったものを少しずつ誰かと言葉を織りなす中で見つけていくのです。

私自身の17歳なんて消耗していただけにすぎないような日々でした。背伸びしようとして背伸びしようとしている自分にすら酔っていた時期でした。りんどう珈琲のように誰かの人生や悲しみに寄り添っていたらどうなっていたかな、と小さく遠く思うのです。みなさんの17歳はいかがでしたでしょうか。春の匂いに誘われて、少し耽ってみてもいいかもしれません。

「りんどう珈琲」

古川誠 (クルミド出版)

絵本と本と人生の出逢いを



BOOKS

よもぎ BOOKS ではおすすめしたい絵本やなかなか出会えないような本を中心に、セレクトしてご紹介しております。ただ消費されるだけではなく、何度も読みかえす本、思考に新しい示唆を与えてくれるような本をご用意しております。本との出逢いをのんびりお楽しみいただくと幸いです。

t @yomogibooks f Yomogi_books



41 肉の塊の破壊力！

あなただけの
まほう
ごはん。

肉の塊がどんと食卓に出てきた時の「おおっ！」感、歓声上がるのはこの瞬間なんですね、ええ。豚肩ロースは失敗しにくく扱いやすい「かたまり肉」。500g～800gもあればかなりゴージャス。たっぷり塩をすり込んで、お好みで胡椒やスパイスも。肉に包丁で穴をあけてニンニクをつめこんだり、生のローズマリーを添

えるとさらによし。これを私の場合、中華鍋がダッチオーブンで焼きます。焼くまでにお肉が常温になっている方が失敗しません。中華鍋に油を熱し、肉の表面を焼き付けます。いったん取り出して中華鍋にアルミホイルを敷き、その上に肉を戻し、蓋をしてから弱火にして、片面20～30分、途中でひっくり返し、全体で約40分～1時間焼きます。竹串を肉の中心部分まで突き刺して、抜いた串の先を唇に当て、あったかればオッケー。さした穴から血が出てこないこともチェック。火から下ろしたらラップをしてタオルなどで保温して余熱でさらに火を通すと安心です。一度お試しあれ。



address

〒181-0013 東京都三鷹市下連雀3-33-6 三京ユニオンビル3F

ご予約、お問い合わせはお気軽に。

tel **0422-45-3331**

holiday 毎週月曜日+不定休

hours 営業時間



ランチ・タイム

12:00 ~ 14:30

にぎやかな宴会屋さんの時間。

- ★ 定番メニュー「ハンバーグ定食」「チキンカレー定食」「ちょよもりランチ(お惣菜ちょこちよこ色々盛り合わせ)」。プラス日替わり定食、日によっては「あるだけランチ」も!



ディナー・タイム

18:00 ~ 23:00

酒と肴とごはみの時間。

- ★ 手をかけて作った、日本と世界の家庭料理「ふだん着のちそう」でおもてなしいたします。「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



● 04 月のお休み

毎週月曜日は定休日、4月の月イチ連休は第1週目にいただきます。みなさんにはご迷惑をおかけしますが、なにとぞよろしくお願い致します。

04月: 3(月) ~ 4(火) / 10(月) / 17(月) / 24(月)

また5月のGW振替休み等は現在のところ未定となっております、決まり次第当店ホームページ、twitterやFacebookなどでお知らせいたします。その他の予定などもホームページでご確認、またお電話で直接お問い合わせ下さい。

● ティタイムの営業を終了させていただきます。

今年に入ってからお休みをいただいておりますティタイム営業ですが、いつまでも臨時休業をずるずると引き延ばし続けるのも申し訳なく、人手不足ということもあり、思い切ってここで正式に終了とさせていただくことにいたしました。

昨年の営業時間改変から今回のティタイム営業の終了と、開店当初から長らく続けてまいりました営業形態は、これからは「ランチ営業」と「ディナー営業」のみとなります。「おいしいごはんをしっかりとお出しする」という、ごく当たり前のことを維持していくためには、それが一番だという結論に至りました。誠に勝手に申し訳ございませんが、ご了承下さいませよう、何卒よろしくお願い致します。

Clip

さて!ここ最近の当店の
おめでたい出来事と言
えばなんとと言ってもベテランスタッ
フぬまっちのお誕生日は祝!ご入
籍!いよいよそんな幸せな日を迎え
ることになったなあ...って、そう
いや以前店長ミヤザキが「沼田は
ここから嫁がせる!」って言ってま
したけど、ホントにその予定通りに
なったなあ(笑)、夫婦ふたり、力を合わせて末永くお幸せに!(お)

中面記事にもありましたが、3月
からトミーが当店新キッチンスタッ
フに加入、またしても素人さんスタッフですが(笑)、人柄のよ
さはピカイチ!料理人への道ははじまったばかり!がんばれ!(お)

パ〜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。



季節と旬のじょう
コース

(お一人様) **3000**

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。リトスターおススメの季節の味をお楽しみいただけます。



ふだん着のじょう
コース

(お一人様) **2500**

定番の人気メニューを中心に、リトスター「ふだん着のちそう」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。



店長おまかせ
コース

(お一人様) **3500~**

ご予算やご希望にあわせて...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!もちろんリクエストも大歓迎!



フリードリンクラン

(お一人様) **+1500**

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たっぷりおいしい飲み放題です!



貸し切りパーティ

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。まずはお気軽にお問い合わせください。

ご予約、お問い合わせはお気軽に。 **0422-45-3331**