

「季刊新聞ごはん」はリトルスターレストランが発行している新聞です。

季刊新聞 **ごはん**

第175号

2022年・夏

ふだん着のじむ

Little Star Restaurant
リトルスターレストラン / Mitaka, Tokyoフレッシュトマト
ハンバーグ!!

フレッシュトマトの爽やかな酸味を焼いて
まろやかに。塩と昆布茶ドレッシングを
隠し味に、さっぱりとした味わいの
夏のハンバーグに仕上げました。

夏

恒例の限定ランチ「フレッシュトマトのハンバーグ」と、「チキンカツカレー」が始まりますよー! トマトのおいしい季節に、生のトマトを焼いただけのソースでいただくさっぱりハンバーグと、食欲なくても元気になれる、サクサクのチキンカツをOnしたスパイシーなカツカレー。8月いっぱいまでの限定メニューをぜひ!
ちなみに、当店のセットドリンクは何杯飲んでも同じお値段! 生ビールもグラスワインも、自家製シロップのジュースも、ランチとセットにするとよい感じ! 昼飲みも悪くない?!

夏
ごはん
グリーン!

チキンカツカレー!

淡泊な鶏むね肉を、カリッと揚げたて!
ジューシーなチキンカツに、もちろん定番
チキンカレーをたっぷりかけて、ガッツリ
だけど、もたれないカツカレーです。

小星★人語

新しいことはいつも、ワクワクとドキドキと、ちょっとメンドクサイを一緒に連れて来る▼この春から新しいホールスタッフが次々に入社、フレッシュさにトキメキを感じつつ、教えることの多さに、めんどくささを感じつつ、でもやっぱりウチらしい良いスタッフが集まってこれたことに感謝する日々を過ごしております。接客は才能よりも、まず技術。技術を身につけてくれたら、自然と才能は「にじみ出てくる」のではないかと思います。そして新スタッフ達の個性は、ウチのお店に「よく似合う」です。パーツと花開かなくてもいい、着実に技術を身につけて、才能をジワジワと出してくれることを期待しています▼そしてワタクシ店長ミヤザキによる、シン・リトスタースイーツ。こいつ菓子店フカザワからいくつかのレシピを引き継ぎつつ、レッスンも数回にわたり受けつつ、単なるコピーではない「ミヤザキらしさ」「リトスターらしさ」について考えまわりの日々です。考えては作るの繰り返し。自分が十八年間磨いてきた料理の技術と、お菓子の技術はかなりの類似性を感じつつ決定的に違うところも感じつつ。やってみて思うのは、とにかく楽しい! ということ。読んだお菓子の本はすでに数十冊。世の中は美味しいそうなお菓子で溢れている。やりたいことは果てしない。でもこれも、ジワジワと繰り出していければと思っています▼そうだね、新しいことはメンドクサイ、でも、いつだって楽しさがそれを超えてくる。一歩踏み出そう、壁を壊そう。動き出せば、そこで世界は輝くのだ! (麻)

recipe

レシピ

①

① 卵をボウルに割り入れる。お店では口当たりを良くするため「カラザ」をとるが、栄養豊富らしいので、取らなくてもよい。菜箸で切るように卵をよくほぐす。

② だし、煮きり酒、薄口醤油を①に入れ、よく混ぜる。さらに三温糖を入れ、よく混ぜる。

③ 卵焼き器を中弱火にかけ、あたたまってきたら油を薄くひく。

④ 卵液をすこし足らしてジュ、というくらいにあたたまっていたら、②の1/4量を流し入れる。気泡を箸の先でつぶし、卵が半熟よりも少し固まったら、奥から手前に向かって折りたたむように巻く。

⑤ 巻いたら一番奥にずらし、再度油を薄くひき、再度②の1/4量を流し入れ、奥にずらした④を少し持ち上げて下に卵液を流し入れ、気泡を箸の先でつぶし、卵が半熟よりも少し固まったら、奥から手前に向かって折りたたむように巻く。これをあと2回繰り返す

⑥ まな板に取り出し、好みの厚さに切り分け、お好みで大根おろしと醤油を添えていただく。

tips

コツ

②

★ 玉子焼きは「火加減」×「入れる卵の量」×「巻くスピード」のバランスが大切です。

ミヤザキアサミ
料理帖



twitter : @miyazaki_asami
Instagram : @asami_miyazaki

いつもお待たせしてスミマセン！
リトスタ不動の大定番

厚焼き玉子

ingredient 材料

卵 Mサイズ 5個
だし 大さじ4
煮きり酒 小さじ1
薄口醤油 小さじ1
三温糖 大さじ2弱
大根おろし、醤油 適量



★ 火加減を強くすると、早く卵に火が入るので、手早く巻かなければ焦げてしまいます。かといって火加減が弱いと、卵がふっくらしません。しっかりといた方がお好みの方は弱火でゆっくり焼くのもいいかもしれませんが、砂糖が入っている玉子焼きは、ほどほどの火力があった方がふっくらして美味しい気がします。何度も作るうちに、自分の巻くスピードに対してちょうどよい火力が見つかると思います。

★ 「卵を4回に分けて入れる」というのは、入れる卵の量を一定にすることで、火の入り方を安定させ、巻きやすくする効果があります。回数を多くすると1回で入れる卵液が少なくなり、火の通りが早くなるので急いで巻かなければならず、焦ります。回数を少なくすると、卵に火が入るのに時間がかかり、火が通る前に表面が焦げたりする可能性があります。一定の量の卵で、一定の火加減で巻くと、余計なことを考えずにきれいに巻くことに集中できると思います。

★ 卵への火の入り方が「半熟よりも少し固まったら」巻くと書きましたが、イメージは、卵の表面がゆるゆるではなく、でも乾いてしまう前に巻きたる感じです。ゆるゆるだと巻いた後に卵同士がくっついておらず、切ったときに形が崩れます。お好みでそれも美味しいですが、お弁当には向きません。乾いてしまっても卵同士がくっつかず、パサパサの玉子焼きになってしまいます。

★ 甘くない玉子焼きがお好みの方は、砂糖を減らして作っていただければよいのですが、その場合は火加減を弱めにした方がきれいに巻けると思っています。

ナベさんの

その14
 自由逸品。

名古屋銘菓と
 お土産の悩み。

もうすぐお盆休み。今年も予断を許さない状況ではありますが、皆さんどう過ごされるのでしょうか。自分も一応帰省したいと思っておりますが、どうなるでしょう。

さて、帰省といえは付き物なのがお土産。実家に何を持って行くか。またお店のスタッフにはどんなものを買って帰ろうか。いつも頭を悩ませるところです。リストスタにもそれなりに長く在籍しているお陰で、地元名古屋で有名なお土産はあらかた紹介しきった感があるので、最近は何かに悩みの種であります(笑)

今までの名古屋土産の中でも評判が良かったのは、「カエルまんじゅう」。いろいろの老舗としても有名な青柳総本家が販売しているこの商品、一言で説明すると、あの銘菓ひよこのカエルバージョンと言ったところでしょうか。中身はごあん(ご、他に季節限定のお味有り)なのですが、ま、この手のお菓子に間違いは無いというコトで。特に店長からは「次からお土産はアレで良いよ。」と言われるべら



い気に入られた様子でした。そしてこのカエルまんじゅう、実はアレレンジを加えて大ヒットとなった商品があるんです。

その名も、「ケロットツォ」。イタリア菓子、マリトツォをイメージして半分に切ったカエルまんじゅうにクリームチーズを挟んだこの一品、こしあんにクリームチーズってどうなの? と思いきや何とも不思議なマッチングを見せ、和菓子とも洋菓子とも取れる絶妙な味わい。元々去年の夏に期間限定として売り出されたものの、あまりの人気ぶりに定番入りしてしまったというのも頷けます。

ただこのケロットツォ、要冷蔵であるため長時間の移動を伴う帰省帰りのお土産としては難しく、美味しいのに皆に食べてもらえないのは残念だなあ、と思っていたところ朗報が。

なんと今年の4月に浅草に直営店がオープンして、そこで販売しているとのこと。いつ買いつけるかなど、もう今からワクワクです。



うちに小学生の子どもが二人いるのですが、彼らと関わる上で意識して気をつけていることの一つが「子どもへの期待」。

期待をすれば期待通りになるか期待はずれになるかどちらかしかないので、その二者択一のなかで常に正解を選び続けるのは子どもにとって大きな負担だろうなあと思った次第です。

とはいえ、生身の人間なので子どもに期待を押し付けちゃってる瞬間があるのでは? と不安になります。

この絵本では、「いいこ」であることの意味を問う女の子が登場します。

おかしをがまんするのが「いいこ」、言いつけを守るのが「いいこ」。

期待される「いいこ」を自分が選べなかった時、親にがっかりされてしまうことを懸念する女の子。

えがしらみちこさんがずっと考えていたという「いいこ」の意味。幼児の女の子の主観で語られる絵本ですが、大人が読んで考えるのにおすすめです。

わたしはいいいいこ?

作/ えがしらみちこ

(小学館)

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い、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。

新本のソムリエ

vol.26

期待はずれ。

ひ とに何かをしてあげると、お返しを期待してしまいます。贈与と交換。本書、岩野卓司『贈与論』を参照するなら、モースやレヴィ=ストロースの考えに近いもので、贈与という魅力的な面を持ちつつも、交換という点では資本主義のアイデアにも近い。それを乗り越えることはできないだろうか、と著者は考えます。

バタイユを経由することで、お返しを期待しない一方的な贈与という考えに至ります。これこそ資本主義的な利害関係を括弧に入れてしまう、今こそ必要とされる思想かも知れません。しかし著者はさらに歩を進めていきます。デリダを引きつつ辿り着くのは、贈与とは贈与したことが相手に悟られた瞬間、贈与ではなくなるのだというラディカルなテーゼです。相手に気づかれないうちに留まることのうつくしさ。それこそが贈与の本質であるという考えは、あまりに成熟した資本主義社会に生きるわたしたちに、示唆に富むヒントを与えてくれるような気がします。

贈与論
 岩野卓司

岩野卓司

贈与論 — 資本主義を突き抜けるための哲学 —

岩野卓司
 (青土社)

水中書店は三鷹北口の古本屋です。絵本から文学まで、色々な本を扱っています。買取も承ります。店頭なら一冊から、出張なら段ボール数箱から家一軒分まで。ぜひご相談ください。



SUICHU SHOTEN



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 **04-22-45-3331**

holiday 毎週月・火曜日+不定休

open



★ カレーにトリカウ、ハンバーグの定番の定食、あれこれお惣菜のちょこり定食にどんぶり御膳、さらには日替わり定食も! 毎朝精米して炊いたごはん、ちゃんとお出汁のお味噌汁できちんとお昼ごはん!



★ 旬と季節のおいしさはもとより、いつたべても飽きないほっとできる「ふだん着のごちそう」。「酒と肴」と「ごはんとおかず」。ご予約制のコースメニューもイイネ!



★ お弁当にどんぶり、おかずにお惣菜、さらにおまかせの「ごちそうちょこり」等々、普段使いからとっておきまで、リスタの味をおうちでまるっとお召上がり! お電話でご予約がおススメです!

map



●お盆休みのお知らせ

8月は当店もちよっと長めの?お盆休みをいただきます。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します。

お盆休み: 8月15日(月) ~ 18日(木)

また仕込みのため翌19日(金)のランチもお休みさせていただきます。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。

●週末夜のご来店なら

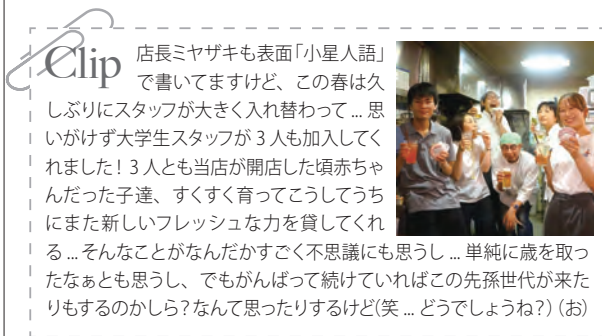
ご予約が吉です!

このコロナ禍長引く昨今ではありますが、このところ当店週末の夜はわりと混みあうことも多く、ご来店当日でもご予約してからのご来店が確実です! 当店電話番号は **0422-45-3331**、
「よいこはさんざんさいで」の語呂あわせでどうぞ! (笑)



●ホームページに SNS のチェックをお願いします!

とは言え相変わらずのコロナ禍は状況次第で営業時間の変更や急なお休みをいただくこともあるかも…日々のご利用はホームページに SNS のチェックをお願いします!



なんだかんだ灼熱真夏のマスクは3年目... マスクの下は汗で大洪水は(苦笑) 実に不愉快極まりない季節であります。もうホントに次の夏こそは間違いなくノーマスクでお願いしたいと思いつつ、とにかくにも最後までかからず仕舞いで済むといいのだけれど (お)

web+sns



website



twitter



instagram



facebook

