

毎月 新聞 ごはん

第 19 号

2005年12月

発行者

リトル・スター・レストラン

インターネット無線スポット

FREE SPOT

あります。

「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。



ふじんきゅうごちそう。

Little Star Restaurant

リトル・スター・レストラン / Mitaka, Tokyo

tel: 0422-45-3331

www.little-star.ws

お熱いのは お好きですか？

牡蠣と豆腐のあんかけ煮

今

年の冬は、平年並みからやや高めの平均気温という予報なのですが、それでも寒さには身を縮める毎日ですね。冬の寒さに、出不精になってはいませんか？

リトル・スター・レストランでは、あつあつの煮物がまさに旬！ 牡蠣に大根、白菜にカブなど、冬の野菜は煮物にうってつけです。煮方も色々、「揚げ煮」「おろし煮」「あんかけ煮」「炒め煮」…。人気は「牡蠣と豆腐のあんかけ煮」と「揚げ里芋と鶏肉のおろし煮」。特に「牡蠣と豆腐のあんかけ煮」は、この冬は定番でメニューに登場する予定です。寒い冬だからこそ、楽しめる時間とお料理があります。さて、出不精を返上して、リトル・スター・レストランにあったまりに来ませんか？

小星★人語

チェンマイ空港を出ると、遠くの夜空にゆらゆらと、無数の明かりが揺れていた。花火にしては光が消えず、飛行機にしては数が多く、星にしては光が大きい。街はローイクラトン（灯籠

流し）フェスティバルの最終日。小さな熱気球のような「コンフェイ」が、火を灯しながら空を漂っていたのだ。つづら折りの山道をミニバスで上ったり下りたりしながら三時間。そこかしこに緑があり、花が咲き乱れる村で、友人の結婚式に出席した。黄色い衣に身を包んだ僧侶の経を聞きながら、彼女が幸せになるように、と心から祈る。二日酔いの頭を抱えつつ、象の背中では、とにかく大きい。大股開きで必死に象にまたがり、歩みに合わせてバランスをとる。途中、象の水遊びに付き合い河に落とされ、また背中に登っては落とされ、びしょ濡れになりつつ一時間半。象の背中に乗っての散歩は、内股に激しい筋肉痛を残した。▼タイを旅して覚えたタイ語、サワディカー（こんにちわ）、コンパンカー（ありがとう）、アローイ（おいしい）、マイペンライ（大丈夫・気にしない）、マイマオ（酔ってない）、マオレオ（もう酔った）。これだけあれば、かなり楽しくコミュニケーションできる。▼秋休みのタイの旅には、心に残る風景があった。そして帰って実感する、自分の居場所。帰るところがある幸せに包まれつつ、今日もまた厨房に立つのだ。「いらっしやいませー」（麻）

友

人の結婚式のため、タイを旅することになった。タイー辛い！。私は辛いものづくしの旅を覚悟した。

はたしてタイはまさに辛い料理天国。辛い料理を探す方が難しい。ココナッツミルクの風味と辛味がまるやかなグリーンカレーに、タイの家庭料理の代表ともいえるパッカパオムー（ひき肉のバジル炒めごはん）。とにかく辛いソムタム（青パパイヤのサラダ）は餅米と一緒に「熱い、辛い、うまい」と食べる。北タイ名物のカオソイは、エッグヌードルとフライドヌードル、イエローカレーでよく煮込まれたチキンのハーモニー。辛さもマイルド、この旅で一番気

旅の

うま うま。

その7

スイートチリソースの魔力



タイで買った UFC のは
サラリとして使いやすかった。
メーカーによって
とろみ具合も味も違う。



タイ風串焼き サテは
串からはずして皿にのっけて
出てくる。スイートチリソース、あがぞ!!

に入ったメニューであった。それにしても、食べ続けるうちに、タイ料理の「辛さ」の幅の広さと深さは恐れ入った。最初はただ「辛い」と感じたものが、食べ続けるうちに、微妙な甘みや酸味、旨味と塩味のバランスで成り立っていることが分かってくる。たんなる激辛ではないのだ。特筆すべきは「スイートチリソース」。甘いのに辛い、辛いのには旨味の深い味わいは、出来合いの調味料とは思えないほどの完成度。揚げたての海老せんにつけて美味、蜂蜜漬の焼鳥ハニーチキンにもよくあう。つけた瞬間タイ風の味になるこのソース、もっと研究して活用の余地あり、である。（麻）

LSR Collection ゆとり・ユレ

vol.07

カシューナッツの
スパイス炒め



ビ

ールの友に、口寂しいときに、お腹いっぱいだけでもうちよつと飲みたい時に、欠かせないのがバリバリ、ぼりぼり食べるおつまみ。それだけでお腹いっぱいになっちゃいけない、さり気ないけど気が利いている方がいい、出来合いのものではつまらない。そこでできました、当店のオリジナルカレー粉を使った「カシューナッツのスパイス炒め」。食べ始めると止まらなくなつ、熱々できたくてを召し上がれ！

旬な話

あたたかい光



で年越しをしていました。十二月三十一日を終え、一月一日を迎えると、裏の神社に初詣に行きました。すぐ近くとはいえず、真夜中なので、厚いコートを着て、マフラーをして、重装備で外に出ます。寒いけれど、空には星がたくさん輝いています。

木枯らし一号が吹き、木の葉を落としていくと、もう冬がやってきます。寒そうな木々とはうらはらに、あつちちに照らされたイルミネーションで、町は賑やかになっていきます。早いところでは、十一月になるとすでに、クリスマスイルミネーションが始まります。それほど大げさなくても、最近ではどこもかしこも明かりで彩られます。三鷹駅前商店街通りも、先日、点灯式があったようです。駅から出て、南口に降りるエスカレーターの上から見ると、一列に連なる明かりがとてもきれいです。イルミネーションは電気ですが、キャン

ドルの明かりは、また違う雰囲気になります。クリスマスには、部屋の明かりを消し、キャンドルの炎を見ながら過ごすのもよいでしょう。キャンドルもいろいろな種類が売っていて、きれいなものやかわいいものは使うのもいいかもしれません。

火を見つめていると、人は安らぐとも言われています。火を発見して以来、私達の周りには、常に火がありました。暗闇を照らすため、料理をするため、暖をとるため…。小さいころからある年までは、母方の実家

いつも風が強く、晴れていて、空気が澄んでいた印象が強いです。そんな中、神社でお参りをした後、境内にある大きな焚き火にあたります。確か、ここで古くなったお守りやお札や破魔矢などを燃やしたと思います。火のほうを見ていると、顔ばかり暑くなってしまいますので、後ろを向いて背中を暖めたりして、しばらくはそうしています。祖母が亡くなってからは、そんな初詣をしなくなってしまうましたが、知る人も知らない人も、みんなで火を囲んでオレンジの光を見つめていると、いつしか心も体もほかほかと暖かくなっていました。

二酸化炭素や有害物質の排出の問題もあり、最近では神社で回収しているお守りなども、簡単には燃やせなくなっていました。うです。あの神社の焚き火は、今はどうなっているのでしょうか。

そういうのは、夜中の初詣、もう一つのお楽しみは、みかんでした。一人二つずつ、神社で配られたのです。冷たいみかんを求めてに入れて、家に帰ると二つだけ食べます。残りの二つは次の日のお楽しみ。暖かい布団に入って眠るのでした。(圭)

fukazawa's choice



『ぶらんこ乗り』

いしいしんじ 新潮文庫

miyazaki's choice



『東京奇譚集』

村上春樹 新潮社

hieshima's choice



『小説 圓朝』

正岡 容 河出文庫



深澤圭子
keiko fukazawa
宮崎麻美
asami miyazaki
神島ゆづ子
yuko hieshima

★今月のお題★

2005年に

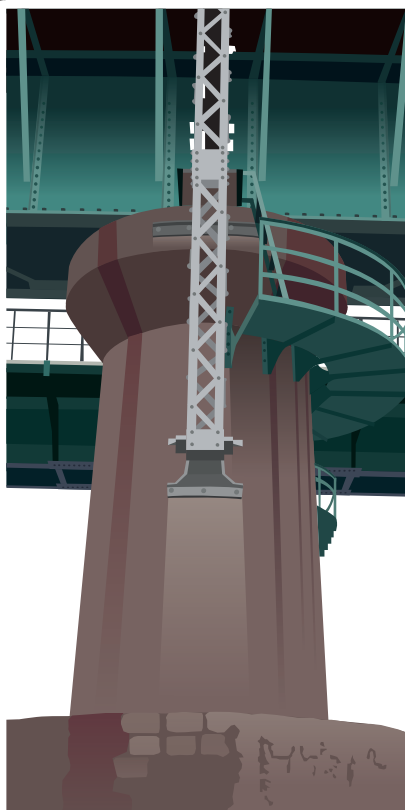
読んだ本ベスト1

テーマに応じて本をオススメする「本のソムリエ」。今年読んだ本の中で、最もソムリエを虜にした「ベスト1」の本とは？

公園の遊具の中で、一番好きだったのがぶらんこ。ぐんぐんこごとと、どんどん空が近くなって、手が届きそうな気がした。本当は、空に届くかと思ったり遠ざかって、近づいてきかないのに。この「ものがたり」を読みながらそんなことを思い出した。ぶらんこはちょっとせつない。読んだ後に、じんわりと効いてきて、何度も読み返したくなる一冊。

ふと振り返ってみると、たくさんの偶然に彩られた、これまで生きてきた道。小さな偶然、何気ない偶然、劇的な偶然。いずれにしろ、そのひとつひとつは単なる偶然であつたはずなのに、大きな流れで見たときに、偶然の連鎖が運命として浮き上がって見えることがある。「偶然」。誰の人生にも起こりうる「不思議」に、心うたれる。

一年に二回はこんな小説を読みたいものだ。一度は落語の世界を飛び出したものの、小園太は落語が恋しくて仕方がない。病気で死にかけ、また落語をやっているという言われて布団の中で泣くシーンなんてこっちは泣いてしまふ。六十年前に書かれたとはとても思えない快活なテンポ。牡丹燈籠を世に知らしめた落語家圓朝のいとおしくて絶妙な一代記。



■中澤恒夫展、始まっています。
当店の旧外看板や店内の棚受けなど、鉄を使った作品を作り続ける鍛冶屋・中澤恒夫さんの作品展が始まっています。
今回の作品展は昨夏に続いて二度目、彼が製作に使うハンマーややっこなどの道具

■年末年始の営業について。
勝手ながら年末年始の営業は、次のようにさせていただきます。なお年内は29日まで、年明けは10日から通常通りの営業となります。よろしくお願いします。
年末年始休業
12月30日(金) ～ 1月9日(月)

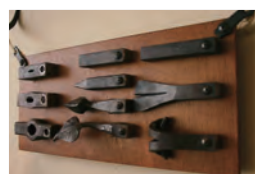


早いもので今年もあとわずか。そろそろお客さんに「よいお歳を」なんて挨拶する季節です。今年一年、何をしてきただろうと振り返っている暇もなく、大掃除をして、忘年会をして、また来年。ともあれ、一年間の愛読に感謝です。(お)

編集後記

■新年会のご予約、承り中です。
来年のことを言うと鬼が笑うと申しますが、来年の新年会、お決まりでしょうか？ 気の合う方々との新年会、ご予約・お問い合わせお気軽にどうぞ。

を中心に彼の仕事「鍛冶」そのものも理解していただける内容となっております。
ぜひ表情豊かであたたかみのある鉄の作品をご覧ください。



「毎月新聞 ごはん」、置いていただいています。

南口中央通りの「古書 上々堂」さん、さくら通りの「三鷹の森書店」さん、吉祥寺通り、三鷹の森ジブリ美術館向かいの天然酵母のパン屋さん「コミュニティ・ベーカリー 風のすみか」さんにこの小さな新聞を置いていただいています。

ありがとうございます。

Clip

去年はなんにもしなかったけど、今年は下の黒板に少しクリスマスの飾りつけをしました。少しかれた12月の冬の夜に、小さなランプの明かりもあたたかく灯っていますよ。(お)



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

東京都三鷹市下連雀 3-33-6 三京ユニオンビル 3F
Tel+Fax 0422-45-3331 e-mail info@little-star.ws

●定休日：毎週月曜日

●営業時間：11:30 ～ 24:00

(土日・祝祭日は 12:00 開店 / 日祝祭日 23:00 閉店)

フード・ラストオーダー 23:00 (日祝祭日 22:00)

ドリンク・ラストオーダー 23:30 (日祝祭日 22:30)



PCでも携帯でも▶▶▶▶ <http://www.little-star.ws/>