

毎月 新聞 ごはん

第 28 号

2006年9月

発行者

リトル・スター・レストラン

インターネット新聞スポット

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。



-ふじんをうごちそう-

Little Star Restaurant

リトル・スター・レストラン / Mitaka, Tokyo

tel: 0422-45-3331

www.little-star.ws

開

店以来、毎年この季節になると
入荷しております「ひやおろし」。
九月頃から十一月頃までの、短い
期間にしか飲むことのできない日本酒です。
通常、お酒は搾った後すぐに瓶詰めされ、
出荷されます。けれど「ひやおろし」は
春先に搾ったお酒を涼しい蔵の中で貯蔵し、
暑い夏を乗り越えてほどよく熟成させて、
涼しい秋がきた頃に瓶詰めされ出荷される
のです。ひと夏を超えたお酒は旨味がたっ
ぷりとのって、穏やかに落ち着いた味わい、
芳醇な味わいとなっています。
今だけの、旬の日本酒。ぜひ、味わってみ
てはいかがでしょうか？

日本酒入門、はじめます！

日本酒が好きな方なら、もっと日本酒のこ
とを知りたいと思いませんか？ 日本酒が苦
手な方も、まだ好みのお酒に出会っていな
いだけなのかもしれません。

そこで調酒師の店長が、解説付きの利き酒
セットで、好みのお酒を探すお手伝いをい
たします。

どうぞこの機会に、知れば知るほど深い日
本酒の世界に、一歩足を踏み入れてみては
いかがでしょうか？

日本酒
飲むなら
今でしょ！！



期間限定

ひやおろし

季節です。

小星★人語

初めて自転車で遠出した先は、
鎌倉でした。多摩川サイクリン
グロードを下り、国道一号线で
横浜へ。中華街でお昼を食べ、
横須賀方面へ。鎌倉で一泊して
帰って来ました。片道約七十キ

ロの道のり、家に着く頃にはお尻が痛く
なっていました▼初めての自転車一人旅
は、三浦半島と房総半島を五泊六日で制覇
する旅、題して「半島祭り」でした。江戸
島、鎌倉、城ヶ島を経て久里浜へ。東京湾
フェリーで房総半島へ渡り、館山、鴨川、
九十九里、ゴールは銚子へ。海あり山あり
温泉あり、最初は辛かった上り坂も、やが
て起伏に富んだ道のりが楽しくなり、最後
には坂道がないと物足りないと感じるほど
になりました▼初めての峠越えは、ヤビツ
峠。相模湖から延々続く上り坂は交通量も
少なく、緑の中を気持ちよく走ることがで
きます。峠を越え、目の前に広がる海まで
の景色を爽快な気分で見、一気に坂道を
下りました▼自転車に乗り続けるうちに、
いつしか長く走ること、長い坂道を上って
峠を越え、スピードに乗って坂道を下って
行くことが、楽しくて仕方がなくなってい
ました▼先月お盆休みをいただいたばかり
ですが、九月は二十二日から二十八日まで
秋休みをいただきます、ハワイで一日に百マイ
ル(百六十キロ)を自転車で行くレースに
参加してきます。休み好きで申し訳ありま
せんが、しっかりハワイの味をお土産に持
ち帰りますので、どうぞお楽しみに！(麻)

この夏、私の仕込みメニューの定番だった物は、なんといっても「冷やし茄子ごましようゆだれ」。八月中はほぼ毎日夜の料理に出しており、おかわりをするお客様もいらっしゃるほどの人気メニューでした。流れとしては、茄子を蒸してから氷水で冷やし、水気を絞って縦に裂き、たれに漬け込む、というものです。去年の夏も、やはりこの作業を毎日のようにしていたので、一年ぶりとはいえ慣れているつもりです。しかし、茄子を蒸す間に他の作業をするので、そちらに気をとられて茄子の事をついつい忘れがちで、注意しています。それともう一つ、茄子の水気の絞り加減。水気が多いと味が薄まってしまつし、かといって強く

はる修業



その4
夏の思い出。

清水優希

絞ると、皮がはがれたり身がつぶれたり、きれいに裂けなくなるので気が抜けません。先日実家に戻った時、私は店長直伝レシピを元に、この冷やし茄子を作ってみました。たれはすりごまを使ったりと、少し手抜きバージョンでしたが…。母は「すごく美味しい!」と喜んで、二人で茄子5本分完食しました。日頃の修業の成果でこんな風に母にも喜んでもらえるなんて。私自身とても嬉しい気持ちでした。季節は秋に変わり、肌寒い季節。夏を共にしてきた「冷やし茄子ごましようゆだれ」とも、しばらくお別れです。少し寂しいような気もしますが、次は秋メニュー、冬メニューに向けて頑張りたいと思います。

当

店の定番煮込み料理といえ、豚の角煮。沖縄産黒糖、たまり醤油を使っ

て、こっくりした味わいに仕上げています。二日かけて煮込んだこの角煮、お出しする前に蒸して温めますので、お待ち合わせすることもあります。やわらかく蒸し上がったふっかふかの角煮は、とろとろの美味しさ。自信を持っておすすめできる逸品です。



LSR Collection
リトル・スタール

vol.14

辛子もお忘れなく!!
こってりこっくり豚の角煮。

学

生の頃、何回かケーキバイキングに行ったことがあります。店によって特徴があって、一つ一つが小ぶりのものだったり、甘くないもの(とこころんやオムレツなど)を出すところもありました。ケーキをお得に食べるだけでなく、何より、友達とわいわいわいしゃべりをするのが楽しかったのです。とはいえ、たくさん食べられることに越したことはないし、おいしければなおのこと。結局、値段と内容からみて、新宿高野のバイキングが、一番よかったです。

相変わらず甘いもの好きですが、さすがに今は、たくさん食べられないので、ケーキバイキングに行きたいとは思いません。けれど、「食べ比べ」はたまにします。最初は、(甘いものではありませんが)カレーパンでした。数年前、いろいろな店のカレーパンを食べてみました。わざわざおいしいと評判のカレーパンを買いに行くわけではなく、自分の行動範囲内で買っては食べていた結果、値段と味のベストバランスだったものは、新宿中村屋のカレーパンでした。中村屋はカレーがおいしいからかもしれないですが、値段もよかったのです。

お菓子



そんなふうに、たまに、これが、と思うものを買い続けることがあります。メロンパンは伊勢丹のクインズシェフのものがおいしかったし、アップルパイは三鷹のレヴェのものが抜きん出ているし、スコンは吉祥寺のカレルチャベックスイーツのものが好み、プリンは卵の風味たっぷり、モロゾフのカスタードプリン、などなど。

最近はまだありませんが、その代わり、時間のある時に、素敵なお店廻りをします。雑誌やネットで見つけた、気になるお店を訪れてみます。おいしい、はもちろのこと、内装や食器、音楽、そして店主(あるいは店員)の人柄。それら全部で作られる空間が、居心地のよいものであること。何軒も回るうちに、お気に入りの店ができて、場所柄めったに行かないけれど、その店のためにその店を訪れることもあります。近所にこんな店があったらいいなとか、今日はあの店のケーキを食べたいなとか。ゆっくりとお茶とケーキを、あるいは食事を楽しむ時間は、幸せなひととき。リトル・スター! レストランも、そんな時間を過ごせる場所であるといいなと思います。(圭)

04: 自分の好みを求めて

そんなふうに、たまに、これが、と思うものを買い続けることがあります。メロンパンは伊勢丹のクインズシェフのものがおいしかったし、アップルパイは三鷹のレヴェのものが抜きん出ているし、スコンは吉祥寺のカレルチャベックスイーツのものが好み、プリンは卵の風味たっぷり、モロゾフのカスタードプリン、などなど。

mizakaki's choice



『中原中也詩集』

中原 中也 / 大岡昇平編 岩波文庫



『わたしと小鳥とすずと』

金子みすゞ JULIA 出版局



『ゲート詩集』

ゲート / 高橋健二 (訳) 新潮文庫

hieshima's choice

★ 今月のお題 ★
「詩集」

テーマに応じて本をオススメする「本のソムリエ」。秋風に誘われるように、詩集を手にとってみる。いつになくロマンティックなソムリエ達の、この秋おすめの「詩集」とは?

★ 今月のお題 ★

「詩集」

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

夏が終わって秋の風が吹いている。くっきりと濃い影法師はすっかり勢いをなくした。やわらかな午後光を受けながらゆっくりと読書を楽しむ。そんなときに読むのに最適なのがこの詩集だ。奥さんの寝顔を見て、起きたらびっぴりするだろうな、とぼんやりとみながらオレンジを置く、ゲートの姿はとってもほほえましい。一度は読んでおきたい古典的佳作なのだ。

子供のようで、大人のよう。いい子のようで、不良のよう。まったくしょうがない人だ、なんて思いつつながら読んでみると、ふとした言葉が胸をうつ。帰郷、宿醉、汚れちまった悲しみに、更ける夜、雪の賦。平凡な、見過ごしてしまいたいような一瞬に潜んでいる、悲しみや喜びを、うつくしさを、言葉で切りとる。詩人の静かな才能に目眩がする。

自分は何を見ているだろうか。金子みすゞは、よいものを見ている。ときに想像し、ときに空想し、そこに詩の世界が広がる。やさしい、やわらかい、でも、ちょっといじわるで、それをちょっと反省して、現実を見つめている。くまのプーさんはこう言う。「詩はこころつかむものでなく、向こうでこころをつかむものだ。言い得て妙だと思う。」



■いよいよ秋休みをいただきます。

といことで、「小鼻人語」にありまして、お、秋休み、実は店長ミヤザキとワタクシokayanがハワイで開催される「ホノルルセンチュリーライド」という自転車のマラソンのような競技へ参加するためのお休みであります。ええ、みなさんには迷惑をおかけしますが、行ってまいります、はい、すいません(笑)。

何卒よろしく願います。

秋休み

9月22日(金)～28日(木)



■そして10月の連休は！

9月に大規模な秋休みをいただきますので、10月は……って、やっぱり一度だけ連休をいただきます(笑)。

こちらも迷惑をおかけしますが、何卒よろしく願います。

10月29日(日)～30日(月)

編集後記

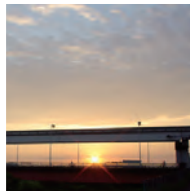
秋になっても雨続き、どうにもやりきれない今年の夏から初秋であります。収穫の秋、実りの秋はいいかなものかと心配ですね。一昨年、台風の当たり年で晩秋は葉もの野菜がものすごく高かったのを思い出したりするんですが、ちょっとしたところでうちみたいな小さなお店にはホントに一大事だったりしますからね。うーん(お)

「毎月新聞 ごはん」、置いていただけてます。

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けています。ありがとうございます。



ハワイに向けてお盆あたりからぼちぼち自転車の走り込みをしてたんですが、ここに来てお天気が安定せず、とんと練習にならない……なんだかんだで小さな自転車での出場、しかもトシも歳ですし、不安はくはないものの、でも荷物も積まず車に邪魔されず、ハワイのきれいな景色を思う存分楽しみながら、ギリギリまで走るの、それはそれは気持ちいいものだろうな。写真は立川、走り込み練習中の多摩サイクリングロードからの夕日……近場でも十分自転車は楽しいものですけどね。(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

open 11:30 ~ 24:00 (土日・祝祭日 12:00 ~ / 日祝祭日 ~ 23:00)

tel-fax 0422-45-3331 (ご予約はお気軽にどうぞ)

フード・ラストオーダー 23:00 (日祝祭日 22:00)

e-mail info@little-star.ws

ドリンク・ラストオーダー 23:30 (日祝祭日 22:30)

holiday 毎週月曜日+不定休

PCでも携帯でも▶▶▶▶

<http://www.little-star.ws/>

