

そんなときにあると嬉
しいのが、小鉢のおそろ
ざい。さつとできるので、と
りあえずの一杯にも間に合いま
すし、冷めたりのびたりしない
ので、じっくり飲む時も大丈夫。
ご飯のおかずにもちょうどいい
し、実は匂のいいしさもいろいろ
ろ楽しめる。小さいけれどなか
なか使えるやつなのです。

いろんなものを、ちょこ食べたい…そんな風に思うことはありますか？ 酒の肴は少しずつ、いろいろがオツなもの。あるいは、主菜ごはんとお味噌汁…だけでなく、ちょっとした副菜を添えて、おいしさも栄養もバランスよく食べたい…。

ちよこ
ちよこ

小金鉢。

うゆ漬け」「かきのオイル漬け」なんかで冬の味覚を名残惜しむのもいい。もちろん「カリフラワー」のあちゃや「ら漬け」「豚肉巻きたまご」の甘辛煮などの人気メニューもお忘れなく。さて、今夜はどの小鉢を並べましょうか?

毎月新聞ごはん

第 45 号

2008年2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。



小星人語

人を感動させる仕事をしたい、
そう考えてお店をはじめました。
もっと大きめに（でも根本的な
部分で）言うならば、それは人
を「救う」仕事をしたい、とい
うことでした▼全くの素人だっ

のことで落ち込んでいるというお客様が来店されました。食欲がない…とおっしゃっていただばつが、ご主人と二人よく食べ、よく飲み、帰る際に一言「来てよかったです！」救われました！」笑顔でお店を後にされました。：「ああ、よかったです。▼そうだ、私は料理をする仕事に就いている。それだけで少し自信をいただいた、そして自指していく何かに一步近づいた気がしました。こちらこそお客様に救われる日々ですね（麻



店長ミヤサキ・早番の笠川・遅番の黒川は
当店厨房の乙女座トリオ。柄じゃないけど
「乙女組」と名乗らせていただきます!



* 好き嫌いしない！…店長ミヤザキ（宮崎麻美）

冷たい北風が吹く冬に、食べたくな
るのが中華まんです。コンビニで
手軽に買えますが、神楽坂にある「五十
番」のものはとても大きくて、初めて食
べたときは肉汁のおいしさに感動しまし
た。先日、友達とライブを見た帰り、道
に出ていた屋台のうちの一つは、ほかほ
かと湯気が立つ中華まんの屋台でした。
決して安いとは言えない屋台価段。それ
でも、コンサートの興奮を胸に抱えたま
ま、その場をすぐに離れたがたく、友達と

あんまんは小麦粉を捏ねて発酵させた皮に餡を包んで蒸したもの。
あんぱんはパン生地に餡を包んで焼いたもの。

おはよう。

19: あんまんとあんぱん

味ながらも、たまに食べたくなります。山崎製パンの「薄皮ミニパン」シリーズは、いろんな種類の中でも、あんぱんが一番好きです。とはいっても、一番のお気に入りは、「木村屋總本店」のもの。このパン生地はイースト発酵ではなく、酒種を使って発酵させています。そのせいか、もっちりしつかりとしたパンで、それが餡にも負けず、おいしいのです。銀座の本店のものがおいしいと言うのが本当かどうかわかりませんが、たまにしか行かない銀座に出向くときは、一個でも買って帰る確率が高いです。そしてあんぱんに関しては、断然、つぶ餡派です。ところで、私は牛乳が得意ではありませんが、それでも、これには牛乳が合うなあと思う食べ物があります。その一つはバナナ。そしてもう一つがあんぱんです。なぜだかわかりませんが。でも、あんまんのときは、普通にお茶を飲んでいますね。そもそも中華まんの季節も終わりに近づき、あんまんも食べねさめかなと思いつつ、あんぱんにも心そそられます。残念ながら、当店では餡を使ったデザートはお出ししていませんが。(圭)

Clip

すでにご存知の方も多いかもしれません、当店ホームページの新企画、題して「ウラ★スター！」はじまっています。それぞれのスタッフが、それぞれの視点で日々のお店をご紹介…新しいお酒の情報や、素晴らしい旬の食材に新メニューの紹介はもとより、気になる贿い、もちろんスタッフの愉快な仕事っぷりまで、携帯電話のカメラとメールを使って余すところなくご紹介！写真は、バレンタインデーサーツをご紹介しようと携帯で写真を撮っているデザート担当のフカザワ…こんな風にはじまっています「ウラ★スター！」、ぜひ！（お）



14

時半にランチタイムが終了するべくスタッフの賄いタイムが始まります。だいたいその日のランチメニューの中から選ぶのですが、ハンバーグをタルタルソースやトマトソースにしてみたり、店長がオリジナルのカレーを作ってくれたりと、賄いならではのメニューの時もあります。また誰かのお土産のお菓子や、フカザワさ

てメモがついてることもあり、勉強になります。賄いは、単純に美味しくてうれしいものですが、もちろんそれだけではないですよ。お客様に質問された時やおススメする時、きちんと答えるれるよう、どんな味か実際に食べて知るといつこには大事なのです。

といふが、2月に入り私はティータイム中心のシフトに変更になりました。15時に出勤するべく、ちょうど賄いを食べている時です。そして仕込みなどををして、18時ティータイムが始まると同時に退勤です。そう、このシフトになってから、昼夜も賄いが食べられなくなってしまったのです！

いつも当たり前のように食べていただトルスターの味。毎日食べても飽きない、優しい家庭の味。毎日の小さな楽しみがなくなってしまった、3月を前に早くもうひとつ寂しい今日この頃です。

vol.08 毎日の小さな楽しみ

んのスイーツなどうれしいオマケがついて時もあり、日々楽しんでいます。

そして夜も、21時にあがる時に賄いを用意してもらい、持ち帰っています。

炒め物の材料や魚をそのまま貰い、家で調理する時などは、店長手書きの「炒め物のコツ」や「魚のおろし方」なん

てメモがついて事もあり、勉強になります。賄いは、単純に美味しくてうれしいものですが、もちろんそれだけではないですよ。お客様に質問された時やおススメする時、きちんと答えるれるよう、どんな味か実際に食べて知るといつこには大事なのです。

miyazaki's choice

買えない味

平松洋子



hishima's choice

『ちくま日本文学全集』

筑摩書房

『買えない味』

平松洋子 筑摩書房



『キッドナップ・ツアー』

角田光代 理論社

初めてジャケ貰いしたのがこの本で、しかも單行だ。きれいな水色に白いシルエット。手に取るとその白は、で、そこには、回凸がついている。父が子を説教する。その内容にも心惹かれたわけだけれど、なんどいつもその華がなければ、この本を手に取ることほなかつた。そしてこのとき、角田光代という作家を知り、以来、たまに彼女の本を読んでいる。

深澤圭子
Kenko Fukazawa

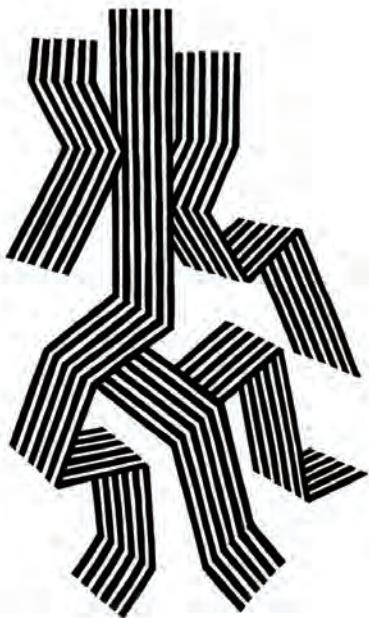
宮崎麻美
ayumi Miyazaki
稗島ゆう子
yuko稗島

★今月のお題

「ジャケ買い」

知らない作家でも、知らないジャンルでも、ついに手に取ったくなる本がある…いわゆる「ジャケ買い」した、ソムリエのおすすめ本とは？

二十九



Ishii Takuya



「毎月新聞 ごはん」、置いていただいてます。

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、同じく吉祥寺通り吉祥寺北の「三月珈琲工房」さんなどに、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。

.....
 オリンピックイヤーの
 今年、うるう年で2月
 は29日まで...その一
 日を得したと見るか
 損したと見るか、ビ
 ミヨーなところであり
 ますが(笑)なんどな
 く...今年オリンピック
 があることが、いまだ
 にちょっと実感がない
 というか、なんという
 か...中国食品のニュー
 スは毎日のように目に
 するのですが... (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 0422-45-3331 (ご予約はお気軽なうぞ)

e-mail info@little-star.ws

holiday 毎週月曜日+不定休 PCでも携帯でも▶▶▶ <http://www.little-star.ws/>



■3月はひなまつりに、
 ホワイトデー!
 もしあなたのお電話でお気軽にお問い合わせ。
 貸切パーティも承りますので、店頭、

■3月の月イチ連休のお知らせ。
 毎月恒例の月イチ連休、3月は次の日程で
 いただきます。何卒よろしくお願いします。

3月9日(日) ~ 10日(月)

■歓送迎会、ご予約受付中です!

春は出会いと別れの季節・歓送迎会の季節
 ですね。当店でもコースメニューも貸切、
 お座席のご予約を承っております。
 パーティーコースは4名様以上、お料
 理は2500円より承ります。ボリューム
 重視、質重視、ご予算に応じて、旬の食材
 を中心に、その都度メニューをお作りして
 います。お好きなメニューのリクエスト、
 飲み放題など、ぜひご相談下さい。

いよいよ春めいてきた今日この頃、3月の
 お楽しみデザートと言えば、まずは、ひな
 まつり・春らしい、いちばんのデザートを
 お出しする予定です!
 それからホワイトデイは毎年ご好評いただ
 いております、ふんわりくらんだマレン
 ゲの中に、甘酸っぱいレモンクリーミー!
 おなじみのマレンゲレモンケーキ!
 どちらもお見逃しなく!

