

王道主義!!

リトスタ的

鶏のから揚げ

豚肉巻玉子の
甘辛煮

北京やんこ

ポテトサラダ

ぜび王道のメニューを、お
試しあれ!そして北京やんこは、たっぷりの
万能ねぎと生姜に、ごま油
と塩で味付けした中華風の
冷ややっこ。不思議とさっ
ぱりいただけます。最後に鶏の唐揚げは、生姜
と隠し味のスパイスで、お
馴染みの味のようにリトス
タ風味になっています。で
も「お母さんの味と一緒！」
どのお言葉もチラホラ。多し「真似したいナンバーワ
ン・メニュー」。迷ったらどうあらず、ポテトサラダ。シンプルな懐
かしい味わいで、しかもすぐにお出しできるので、
最初の一品にぴったりです。

大

人も子供も、男女問わずして人気のメ
ニュー……それは当店がずっと定番で作
り続けているメニューです。その共通点は
お子様のごはんにも、大人のおつまみにも美味しい
こと!

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。

ふじんちゅうごちそう。

Little Star Restaurant
リトル・スター・レストラン / Mitaka, Tokyo

tel: 0422-45-3331

www.little-star.ws

小星★人語

ビールの季節を心待ちにしてい
るのに、なかなか暖かくならな
い……ので、フライングしてあえ
てビールのお話を▼世の中に
美味しいビールは色々あります
が、当店の生ビールはサッポロ黒ラベル!と頑なに決めています。それ
はなぜかと申しますと、重すぎず軽すぎ
ず、ビールらしい苦みとコクのバランスの
良さがあって、当店が出すどんな料理にも
合わせやすい!と思える一番のビールだ
からです。たくさん飲んでも重くなくてこ
ないのも良いところ!黒生ビールはエビス
の黒。クセが少なく重すぎず飲みやすい、
和食にもよく合う黒ビールでしょう。当店
のレバペーストによくあうと思っていま
す▼やっぱりエビスビールは好きで、瓶で
エビスビールを揃えております。どっしり
と力強く美味しいビール、ビールそのもの
の味を楽しむにも良いし、魚煮や味噌煮込
みなど、こっくりとした味わいのものによ
く合うようす▼ワインは白・赤、産地や
ブドウの銘柄で事細かく食事に合わせ方を
気にする方が多いのに、ビールについては
無頓着な傾向が強いですよね? もちろん
ビールはどんな料理にも合わせやすい……で
も、やっぱりとてもよく合うものと合わせ
ると、特に美味しく感じます▼余談ではあ
りますが、自宅でエビスの緑(ザ・ホップ)
を飲んでいて、魚肉ソーセージとの組み合わせが
最悪に合わないことを発見しました
……みなさま組み合わせには要注意を!(麻)



当店のメニューでは残念ながらお出ししていませんが、ワタクシは大の餃子好き。外食するとき餃子メニューがあれば必ず頼みますし、作るのも好きで、実家にいた頃は家族4人で100個ぐらいはいつも仕込んで食べていたように思います。母が具を作ったら子供たちが包む…それが決まりでした。

おいしい餃子はどうやったら作れるの?と、たまに聞かれますが、私も餃子はプロではないので、大好きな餃子を出すお店の方々に聞いた話を紹介します。

「具はほとんど野菜で肉はつなぎ程度、野菜は生のままだけどぎゅーどぎゅー絞って、とにかくなるべく水分を絞っておくと、焼き上がったときにギュッとおいしさが詰まった状態で焼き上がるよ」「具はキャベツ、ニラ、生姜とニンニクのみじん切り、豚ひき肉」「セロリを入れると甘みが増すしさっぱり仕上がります」「味噌を隠し味に入ると全体がまとまってまろやかになる」などなど。

他にも人に聞いてみると「椎茸のみじん切り」「干し椎茸をすり下ろしたもの」「エビを入れるとぷりっとした食感が加わって良い」などの意見もあって、そもそもメインになる野菜が、キャベツ派と白菜派に別れるようです。焼き方は中華料理店でアルバイトしていた okayan 直伝。「まず鉄板は必ずかなり熱くしておく。油をしかずに餃子を置いて、お湯を差す（温度が下がるので水ではだめ）。フタをして蒸す…基本的に火加減はずっと強火。蒸し上がったたら余分な水を捨てる。水分を飛ばしたらごま油を全体に垂らしてなじませる。様子を見て火加減を中火ぐらいにしても良い。後はきれいに焼き色がつくまでちょっと待つ…大事なのは、鉄板と餃子がまだちゃんとはがれないのに、無理矢理はがしてはいけないということ。きれいにはがれるくらい焼き目がついたら、ひっくり返して軽く焼いてできあがり」。このやり方で焼くようになって、私も上手に焼くことができるようになりました。

さて、おうち餃子、食べただけ食べちゃいましょう!

スマイル0円。うちのようなお店では接客の仕事は、直接的には金銭に結びつかない仕事です。料理を作っているのなら、自分の料理が評価され、売上として具体的にお店に貢献できる…ですが、接客の仕事は、どこが金銭に結びついているのかわかりにくいし、正直「料理」をサポートするだけで、接客自体が単独で価値を持つようなものでもありません…そう考えると、ちょっと虚しい仕事だなと、オープンから間もない頃、僕は時々思っていました…ま、でもそれ自体浅はかな考えだったんですけどね(苦笑)。

接客係の仕事長くなるようになって、そしてたくさんのお客様さんと向き合うことによって、金銭ではない報酬、ご褒美というか、満足感を得られるようになります。それは単純に「ありがとう」とか「おいしかった」という言葉だったり、いい笑顔をいただいたり、楽しくしゃべりさえていただいたり、特別な日にわざわざ予約くださったり、お友達を連れてきくださったり、もちろんちょこちょこ通ってくださったり。でも、そういう具体的なもののより、最近個人的によく思うのは、お客様によって「自分自身が正しく保たれている」んだなということです。

その十四
お客さんにいただいているもの。





リトルスターレストランの味がある。



「マカロニサラダ」はランチメニューのハンバーグなどにちよこつと添えてある、お品書きには載っていないメニュー。実はお客さんやお店のスタッフにもファンが多い、名脇役なのです。

作り方は私がリトルスターレストランに入ってからずっと習いました。作る頻度は多いのですが、調味料を入れる目安が自分量なので、始めは味付けがなかなか定まらず苦戦していました。だいたい薄味にしてしまうのです。塩やマヨネーズを足すのですが、特にマヨネーズを入れると見た目がベタツとしてよくありません。

味付けは主に下味のドレッシング、塩、こしょう、マヨネーズです。店長に聞いてみると、ポイントの下味でした。マカロニが茹で上がったらず、ドレッシングをかけ、そのまま食べても良いくらい、しつかり味を付けます。マカロニが熱いので余分な水分も飛びます。だんだんドレッシングの量とその他に加える調味料のバランスを覚えて、味も安定してきたように感じました。今では店長にも「うちの味になってきた。」と言われるようになりました。「うちの味...」。脇役の小さいメニューにだって立派にリトルスターレストランらしさがあるんだな、となんだか愛おしく思いました。他のメニューにも店長が考えた「うちの味」がある、いつも意識しながら作るようにしています。

最

近は本や映画で共感できる言葉に出会った、なるべく記憶するようにしている。なぜ自分が共感するのかよく考える。そして自分の世界観、意見を知ることになる。池澤夏樹は言っている。「日本人は著名人の発言や小話の類を引用しない。なぜかと考えてみた。引用というのは自分の意見を飾るために叡智の断片を借りるのだから」

新本棚

宮崎麻美・選



叡智の断片

池澤夏樹 集英社インターナショナル

最

近、元リトスタスタッフまこと開拓したお気に入りのお店があります。それはうなぎの炭火串焼きのお店。そのお店はガード下近くにあり、かなりの年季が入っていて、おじさんたちが集まるような渋い店構え。店内には燦々と真黒になってしまった大きなうなぎがありそれがまた歴史を感じさせて良いんです。調理場を囲むように「J」字型のカウンターがあり、真ん中では大将がうなぎを「パンパン」とたたき、灰をまきあげながら炭火でうなぎを焼いています。このお店の面白いところはお酒とお新香以外は注文することなく、焼きあがった順におまかせで料理が出てくること。

ビールを飲みながら二串目を待ちます。最初に出てきたのは細く切ったうなぎをねぐねと串にさしてあるもの。薄くタレがつけられてあり食べてみると炭火で焼いてあるので香ばしく、外はカリッと中はふわっとしてそれだけでもう幸せになります。次はヒレ焼き。背骨をくぐる串に巻いてあり、脂がしたたるほど乗っていてこれもまた絶品。次に出てきたのは肝焼き。程よい苦味とぷりぷりした歯ごたえ。うなぎの肝ってこんなにおいしいのか！とびっくりしました。最後は、一口蒲焼が出てきて、うなぎを好みでつけながら食べます。全ておいしくいただき、満足していると、ありがたいことに隣

意見を言わない国では使い道がない。日本人は好みは言っても意見は言わない」なるほど。ではワタシ的に共感できる叡智の断片を少しご紹介しておこう。「成功は生活を楽にしてくれる。でも、生きることを楽にしてはくれない」と、ブルース・スプリングスティーン。とある人が「おしめと一緒で政治家も定期的な

その二十三

黒川裕子
おさけ
日和
osake biyori

うなぎ

の席の方が、常連さんしか出していないレバー焼きというものを少し分けてくれ、さらにうなぎ(最初に頼んでおかないとありつけられない)まで分けていただけてしまいました。(もちろんどちらも本当においしかった)その時にその方は、外国の方を連れていて、その人に「このお店のお客さんはみんな友達。友達はいっぱい作る」と言っていました。いいお店っていいお客さんに囲まれているんだなあと心から感動してしまいました。そして最後にお会計をしたらもうびっこの安さ! 最初から最後まで感動っぱなしのお店でした。

取り替えないければならない。その理由は、おしめの場合と同じ。ベンジャミン・フランクリンは「良い戦争というものはないし、悪い平和というものもない」。マーク・トゥエインは「災いを引き起こすのは知らないことではない。知らないのに知っていると思ひこんでいることである」...人の言葉には耳を傾けよう。



■黄金週間の営業につきまして。

毎度お休みをいただいております当店でございますが、今年の黄金週間は通常どりの営業、5月3日(月)は定休日でお休みになります。

また黄金週間後に恒例の月イチ連休を含みました振替え連休をいただきます。みなさんには迷惑をおかけしますが、何卒よろしく願います。

5月・月イチ三連休

5月8日(土)～10日(月)

■黄金週間は

今年も昭和歌謡でございっ！

毎年黄金週間は「昭和の目」にちなんで

Clip

4月の半ばをもちまして、週末夜番ホールスタッフのワコちゃんが卒業しました。決して器用に世の中を渡っていくようなタイプではなく、それこそ生真面目すぎるくらいに真剣に考え、でも考えたことをすっとうまくやれるほど器用でもなく....でも1年、ここで仕事をする中で、きつと自分自身と向き合い、つくづく解るようになったこともあったよねと、それをひとつの種に、またこれからがんばって欲しいなと.....なんの役にも立たない馬の骨のような20代を過ごした僕だって、ここまで来れたんだからねと、いつかその種が青々とした葉を茂らせ、小さな花だってつけるよと、そう思います、ハイ(お)



編集後記

今年はなかなか春が来ないねと、天候不順に泣きました3月・4月ではありましたが、ようやく春から初夏の陽気...ああ、お天道様のありがたみを、野菜のお値段と共にひしひし感じる今日この頃でございますな、ええ(お)



昭和歌謡サクレッ！昭和歌謡週間でお送りいたしますが、今年も4月29日(木)から5月7日(金)まで、BGMのボリユームだつてやや大きめでゴー・ゴー・アンド・ゴー！みなさんお誘い合わせの上是非ご来店ください！あ、それにしても昭和も遠くなりにはけりですな。

★ 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 0422-45-3331 (ご予約はお気軽にどうぞ)

holiday 毎週月曜日+不定休



ランチタイム 11:30 ~ 14:30
(土日祝は 12:00 ~ 15:00)

定番のチキンカレー定食とハンバーグ定食、さらに日替わり定食はホームページの毎日の更新でチェック！



テイクアウト 14:30 ~ 18:30
(土日祝は 15:00 ~ 18:00)

スイーツに軽食、ドリンク各種。のんびりまったり読書にお仕事、おしゃべりもイイネ。FreeSpotのサービスはこの時間帯でどうぞ。



ディナータイム 18:00 ~ 24:00
(日祝は ~ 23:00)

お食事にお酒、お一人からカップル・ご夫婦・お友達に同僚...おいしいごはんをたべながら楽しい時間を過ごして下さい。なおこのお時間の喫茶のみのご利用はご遠慮いただいております。ご了承下さい。

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



「毎月新聞ごはん」置いていたございます。

三鷹駅南口中央通りの「古書上々堂」さん「まほろば珈琲」さん、さくら通りの「三鷹の森書店」さん、吉祥寺通りジブリ美術館向かい「風のすみか」さん、連雀通り・南浦交差点近くの「こいけ菓子店」さん、東八道路沿い「みたか温泉 新鷹の湯」さんに、この小さな新聞を置いていただいております。ありがとうございます。

