

毎月 新聞 ごはん

第88号
2011年9月
発行
リトル・スター・レストラン



「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。



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

今年も きたー!!

熟成さずきし。

びんびん新米。

毎

年この季節になると、お米の美味しさを実感します。

まずは新米！当店でお出ししている

お米は、オーナーでおしゃべり店員 okayan の実家の町、山口県山口市阿東をへられていま

秋と津和野の間くらいに位置するこの地域は、りんご園や田んぼなど豊かな田園風景の広がる山間部... リトル・スター・レストランのお

米は、その中の二軒、岡さんという農家さんからいただいています。岡さんのお米は、噛めばじわりと甘みのある、しっかりした味わいが

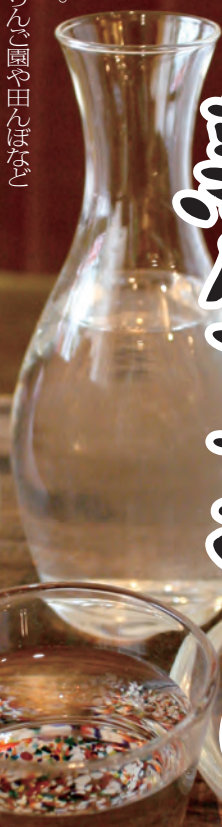
持ち味です。ほんの少しの時期しか味わえない、みずみずしい、ぴかぴかの新米、ぜひ味わっていただきたいです。

もうひとつは、「ひやおろし」。昨年取れた新米を醸して、じゅわんと保存され、秋になってやっとお蔵出しされる熟成された日本酒です。別称「秋あがり」とも言われ、

酒蔵ごとに熟成される旨味の異なるタイプのお酒を醸して保存し、秋になると競い合うようにひやおろしとして出荷されます。まろやかに口当たり良くなるのが、

ひやおろしの大きな特徴。秋の肴とも相性がよいのではないのでしょうか。

秋のお米は、食べてよし、飲んでよし。貴重な秋の実りですね。



当店のお米をお願いしている、山口県阿東の岡さんは、散布型の農薬は一切使わず、ほぼ有機栽培でお米を作っています。数年前、田んぼを見せていただくためにお会いしたときは、肥料をつくるために「牛や鶏なんかの家畜も飼っているから、冬も休む暇がないよ」と、ニコニコと語られたのが印象的でした。「私はそんなに違うわい気もするんだけどね、みんなが『おいし』って言うからがんばってるんよ」▼玄米で送られてくるそのお米を、お店で毎朝五分づきに精米します。玄米よりは食べやすく、白米よりは複雑な旨味がある五分づきのバランスが気に入っています。炊きあがりはほんのり黄色っぽくなるのですが、新米のこの時期は、五分づきでもぴかぴかの白色に炊きあがります。みずみずしいので、普段より水加減を控えるのが美味しく炊くコツです▼当店の密かなこだわりメニューに「おにぎり」があります。キッチンスタッフになると、まず、おにぎりの修行からはじめてもらいます。おにぎりの味は、お米の味、炊き方、握り方で決まります。握りすぎても食感が悪くなるし、握りが弱いと食べている途中に崩れてしまします。外側はしっかり握られているのに、頬ばると口の中ではろりと崩れる...そんなおにぎりが理想です。手で持ったかぶりつのが、おにぎりの正しい作法。□いっぱいに広がる米の旨味を楽しんでいただきたいです！(麻)



父ちゃんの釣り浪漫。

私

の父の趣味は海釣り。月に三、四回出掛け、四季によって鹿児島島のいろいろな魚を釣ってきました。八月の里帰り、父が釣った魚を食べてきました。鹿児島には「錦江湾（きんこうわん）」という薩摩半島と大隅半島に挟まれた、桜島を囲む湾があります。私の家から車で三十分くらいと近いので、私が小、中学生の頃、よく父が釣りに連れて行ってくれた慣れ親しんだ湾です。錦江湾は狭いながら、宝の海と言われるほど、いろいろな種類の魚介、きれいな珊瑚も住んでいます。父ははじめ岸から釣っていたので、キスやメゴチ、小さなタコを釣る程度だったのですが、いつの間にかやたら船で大物を釣りに行くようになりました。最近では、この湾で有名な「マダイ」釣りに力を入れています。

実家でバーベキューをしたのですが、メインで出てきたのが、マダイ。四月に釣ったものを冷凍していたものです。シンプルに、塩焼で食べました。冷凍とは思えない、身もとても柔らかく適度に脂がのっています。そして、ほれほれするほどの桜色。父がマダイを釣りに行くのは、三月から四月まで。その時期のマダイは一層色鮮やかな桜色になり「サクラダイ」といわれ一番おいしいそうです。「鹿児島島のタイは最高だ！」と誇らしげに語る父は少年の様でした（笑）

先日、伊豆で海釣りをしてきました。キスくらいは釣れるだろうと思いましたが、悔るなかれ、結果は惨敗でした（涙）十五年ぶりのくらいなので糸の結び方、どのくらいの重さのおもりが良いのか、エサのつけ方、竿の投げ方まで全然思いつけず。悔しいので近々リベンジしたいです。マダイともなるとどれだけ難しいんだろう……しかも一本釣りのならに難易度高そうです。父が、「今度帰ったときにサヨリ釣りに行く」といっていたので、それまでに勉強して、小魚くらいは釣れるレベルにしておきたいです！

去

年と一昨年の10月、私は日本を遠く離れフランスにいた。私のパートナーが仕事の関係で行くのに、私もついて行ったのだ。一昨年はニース、マルセイユからローヌ地方、リヨン、ボリス、そしてアヌシー湖を一週間足らずでまわるといいうかなり勿体ないスケジュール。去年はスペインとの国境、バスク地方を見てまわった。

その4 ワインの旅の思い出



この旅の目的は、「ワイナリー訪問」と「食」。一昨年は毎日3つくらいワイナリーを訪れた。畑、醸造所、と一通りを見学した後、白、赤、品種違い、ヴィンテージ違いなどなど……いろんなワインを試飲させてもらえる。本来、ワインのテイスティングでは、出されたものを全部飲むと酔っ払って味も香りも分からなくなってしまうため、ワインを味わったら飲みこまずに用意されている壺に吐き出すのが基本。しかしそんなことができるほど大人じゃない私。飲んでいました。しっかりと。もちろん、ワイナリーをめぐる間の昼食、夕食でもワインを飲んでいたので旅行中体からアルコールが抜けること

はないのである。去年のバスク地方は有名なワイナリーが少ないため、主に「食」の旅だった。バスク料理は勿論だけど、イチオシはスペインのサンセバスチャンにあるピチョスバル！ 飲み屋横丁に並ぶたくさんの立ち飲みバルには、お店からはみ出ちゃって道端で飲んでる人も多々いる。人の波をかき分けたどろ着いたカウンター、そこに並べられているおつまみを「これちょうだい」と言っ出てもらうのだ。ナフキンなどのゴミはすべて床に落とすのが決まり。だから人気のお店ほど床が汚れている。お会計はなんと自己申告。「アレ食べたよ。コレ飲んだよ。」で成り立つなんて、なんて粋なのだろう！ そして次のバルへとハシゴするのだ。もちろん昼間からね。二年連続でそんな美味しい旅をしたけれど、どうしたって重たいむこうの料理……。毎年旅行に行った全員が帰国後口を揃えて言う言葉がある。「やっぱり、日本食が一番おいしいや。」……ちなみに同行者の殆どがフランス料理人であったことを付け加えておく。

私 は自分が平々凡々な人間なので、不思議な現象やスゴイ人につつまれる話にはとても興味を惹かれます。とりわけ古典モノに出てくるそれらは、当時の世界観や価値観を反映した形で記述なので、なおさらです。日本も八百万の神様がおわしますし、妖怪や鬼、奇人の類の話には事欠きませんが、お隣の国、中国の「不思議ス



ヌマタの
偏愛マップ

04
そば猪口

く吟味して、まだ生き!と目利きされた器を店長より頂戴することがある。その頂いた器の中で、特にお気に入りなのが「そば猪口」である。

お店では主に、自家製レバーペースト等が盛られる例のそば猪口…青みがかった陶器に藍の濃淡でラフに描かれた、つば広帽子をかぶった男性陣の表情も、にじみや擦れも手伝ってどこか愛嬌がある。あれは良い。飾りがなく、素朴な佇まいであるがゆえ、何を入れても様になる。フルーツのヨーグルト和え、杏仁豆腐などのデザートを盛ったり、カレーやスープを入れたり、ちょっとお茶を飲むにもしっくりくる。終いには水をはって花を生けて一輪ざしなんぞにもなり得るあの柔軟な身のこなし、そば猪口様様である。

さて、美味しいご飯でお腹を満たしたら、必ず最後にあたたかいいコーヒーが飲みたいくなるのが人(私)の常。美味しい食事と同じくらい食事の後に飲むコーヒーが好きだ。お気に入りのカップで飲むなら、なおさら旨しと言えよう。嗚呼、今日も美味しいご飯だったなあ…と、欠けたそば猪口に入れたコーヒーを飲みながらゆったりまったり余韻にひたる。

お 店では毎日、朝から晩までたくさんのお客さんの器が食事を盛られてはお客さまの元へと運ばれてゆく。リトルスターレストランで使っている器は、オーナー夫妻がもともと所有していたものであったり、折にふれて買い付けてきたものだったり、どの器もびっくりするほど高価なもの、ではない。けれど、その器にとって「最高!」と言える盛りでもって食事をお出ししているわけで、どの器もその役割を日々輝かしくまっとうしている。そんな中で端が少しだけ欠けてしまっ、まだ使えるけれどお客さまにはお出しできないね、という器がしばしば出てくる。そんな時、欠けた器をよ〜

『シルビアのいる街で』は、ある男性がむかし旅先で出会ったシルビアと再会すべく、彼女の手書きの地図を手がかりに、フランスの古都・ストランブルへ探しにきた3日間をごくシンプルに描いています。とても音が印象的な作品で、街の雑踏・足音・路上で演奏されているバイオリンの音色・教会の鐘の音色。作り込まれたものは一切ありません。自然な音にその場所に居るかのような錯覚に陥ります。音が話の邪魔に

始 終ご丁寧な、言葉で説明してくれるテレビドラマのような映画が「普通」になってきたように思います。見る側が何も考えなくても理解できる、という点では楽しめるのかも知れません。しかし、それでは余白というものが皆無で、映画を見た人全員が同じ感想。面白味がない。それぞれ解釈が違って、議論する楽しさがないのは、やはりつまらないなあ…と思うのです。

『シルビアのいる街で』

監督：ホセ・ルイス・ゲリン



ならないのです。カフェで目に留まった女性を片っ端からスケッチしながら、シルビアを探していると、ついにカフェのガラス越しに彼女らしき女性を見つけ、後をつけ始めます。コッコツと石畳を歩く音が心地よく画面全体に響き渡ります。シルビアかもしれないし、違うかもしれない。声をかけたいけど、タイミングがつかめない。説明が殆どないため、画面に散りばめられたカケラをひとつずつ、自分の頭の中でつなぎ合わせていく。答えはひとつではない。見た後に、人と話したくなる美しい作品です。

vol.16



龍あらわる 中華怪有篇
西村康彦 文藝春秋
「ゴイ話」はなんだかやっぱ歴史・文化が違うという匂いが違うというか、肌にあまの馴染みのない「なんじやそりゃ〜」感が満載で面白い!手軽にすぐ読めるのは『搜神記』や『列仙伝・神仙伝』あたりかと思えますが、今回のお薦めはむしろ。鳥や馬と話せる人、楊貴妃のくつ下、地中から掘り出された肉塊、龍について…等、

様々な中国の不思議が綴られた、この『龍あらわる』。著者の西村氏は漢籍に精通されているので古典文献の引用も沢山あり、そこから中国の書物の歴史の奥深さも感じたりできる素晴らしい本です。中でも「橋の上から」という章は、なんとも優く美しく、余韻にひたって杯を掲げたくするような秀逸な章で、忘れられません。



■10月の月イチ連休のお知らせ。

10月は体育の日の三連休(いつもとはちょっと変則的に月・火で月イチ連休をいただくことにしております。みなさんにはご迷惑をおかけしますが何卒よろしく願います。

10月10日(月) ~ 11日(火)

■10月はやっぱりパンプキン!

10月はやっぱりハロウィンですよ、デザートもそれにちなんで毎年かぼちゃを使ったものを用意しておりますが、今年は久しぶりに「かぼちゃのプリン」! おなじみこいけ菓子店謹製、かぼちゃのおいしさいっぱいです! お楽しみに!

Clip

さて今月もスタッフのお別れ写真になってしまいましたが、きめちゃん卒業からこの夏の当店を支えてくれておりましたごこと高井さんが9月いっぱい当店を離れていきました。たった三ヶ月、2011年の長かった夏限定というような、ええ、まるで海の家に季節バイトしに来たような、そんなかんじもしくはないけれど(笑)、早い梅雨明けから残暑、台風で節電と.....ある意味盛りだくさんだったこの夏、お店にとっても彼女にとっても、小さくても確かなひとつの思い出になったんじゃないかなと、そう思います。短い間でしたが助けてもらいました、まだまだこれからがんばって下さいね(お)



■実りの秋は夜長

小さな宴はいかがですか?

今年は夏が長かったせいか、秋が日に日に深まっていますね。急に上着が手放せなくなった、朝夕冷え込んだり...でも、秋は実りの秋ですよ、夏のわいわいした感じははないけれど、気の合う友達、ご家族等々、おいしいごはんをたべながら、静かないい時間を過ごすのにつけての季節です。

当店でもお席のご予約からコース・パーティーメニューに飲み放題、もちろん貸切まで、詳しくは店頭のパンフレットや、ホームページをご覧ください。ご予約・お問い合わせは、もちろんお気軽に電話でどうぞ(0422-45-3331)。

編集後記

実りの秋、食欲の秋とは申しますが、なんとなく人恋しい秋、お風呂がうれしい秋(笑)...実は少しお客様の少ないのが秋でありまして(苦笑)、ええ、みなさん是非お気軽にご来店下さいね!(笑)(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 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!



テイクタイム 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。のんびりゆったり読書にお仕事、おしゃべりもイネ。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」置いていたんですよ。

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、人見街道沿い「あきゆらいず美食品 森の食堂」さん、吉祥寺は「パウスシアター」さん、西荻窪の「THE "ロック" 食堂」さんにこの小さな新聞を置いていただいております。

