

毎月 「ぼん」

第 9 0 号

2011年11月

発行者

リトル・スター・レストラン



「毎月新聞ではん」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

小さい頃、母によく言われた言葉
を思い出してみると「もっとよく考えなさい」「もっとよく見なさい」「あーちゃんがそれでいいならいいわよ」という言葉が多かったような気がする。あま

急ぎなさい

急ぎなさい

あー、いつもお世話になっております。
あきやうざ美食品の旨さ。
大勢でわいわい楽しむのもやっぱりイネ!!



そしてあきやうざ美食品の旨さ。
大勢でわいわい楽しむのもやっぱりイネ!!

急

に冬がやってきて、そろそろみんなが集まる季節だ。なんて思う今日この頃。リトルスターレストランでは

この冬も、仲間の集まる時間を美味しくいごはんで盛り上げちゃいます! コースのご予約は4名様からです。定番の「普段着のごちそう」コースは、定番の人気メニューを中心にしたコース。お一人様2500円で、

そしてあきやうざ美食品の旨さ。
大勢でわいわい楽しむのもやっぱりイネ!!

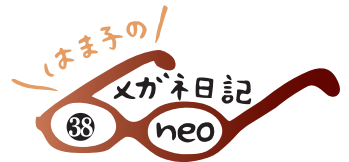


リトスタの王道メニューを味わっていただけます。オスメの「旬のごちそう」コースは、お一人様3000円、旬の食材を中心にリトスタ冬の人気メニューを味わえるこだわりのコースです。リクエストにもできる限りお答えしていますので、どうぞご予約時にお問い合わせください!

さらに贅沢な「店長おまかせコース」3500円もご用意。もうちょっとワガママもお伺いできるかも!!さらには特注ホールケーキ(2500円)、そして1500円でちゃんと美味しい「フリドリ」クプランもプラスできます。

この冬の「仲間のつどい」に、どうぞリトスタコースをご用意くださいませ。

一年。何かにつけて「母ならばこう言っただろう」「きつとこうしただろう」と思う、不在故に存在感を増していくことに気づく。今日この頃。母との時間を通り過ぎて、私の人生は転がっていく...ぽっかりと空いた心の穴は「忘れる」ことではなく「覚えていく」ことの数々。母の大きな存在感が、意外と早く寒いくれそな気がする(麻)



社会人五年生なわけで...

先日、専門学校時代の友人たちと、鍋パーティを

しました。テキスタイルを学んでいた同じコースの七人よく集まっています。今回はいつものメン

バーと、他のコースで学んでいた珍しい人も加わって

にぎやかな会になりました。

卒業してもう五年たちますが、みんなと並んで勉強し

て、わいわい騒いでいたのが、ついこの間のようです。

どんな課題が辛かったか、好きなデザイナーの話がで

きたり...久しぶりに会うのに、凄くスピードで打ち

解けられる不思議な近きは、昔と変わっていません。でも

「今何をやっているの」と聞いていくと、良い意味で

昔と変わった面を見ることができました。

ある人はイギリスに三年留学していて、つい先々月日

本に帰ったばかりでした。「自分に出来ることは何か」

と考えたときに、突発的に向かったらしいのですが(そ

れもすごい)結局自分には何も出来なかったと言って

いました。でも、これから貿易の会社に就職して、日

本と外国を繋ぐ一人になりたいと意気込んでいまし

た。遠回りしたかもと言っていました。この経験を

通して自分のことがよく分かり、やりたいことがはっ

きりしたようでした。学生の時はデザインやもの作りの

ことしか考えておらず、ファッション関係の職に就

くと漠然と思っていました。ファッションブランド

でニットの企画をしている人、医療事務をしている人、

デザインの先生のアシスタントをしている人、仕事を

辞めてニューヨークに行く人(何をするかは未定だそ

う)そして私は料理人。誰も五年前には予想出来なかつ

たことをやっているのです。

これからも、それぞれがエイトと何かに挑戦したり、

迷ったりしながら進んで行くんだろうと思います。刺

激をくれる、面白い人たち。これからの大切にしたい

です。

「お腹が痛い...昨日から何となく痛

かったけど、これはちょっと本気

でやばいかも...」と思わず口にしてしまっ

たのはある日曜日のリトスタ閉店後の

こと。おつかれビールも早々に、イタイイ

タイといいながら一人自転車こいで家に

帰った。

明けて定休日その二日後と、病院を

三件もハシゴした。途中虫垂炎

の疑いもなかったお腹だっ

たが、検査の結果はとあ

る体質ゆずりの腸の炎

症。先生曰く「薬を

飲んで安静に。これ

以上悪化したり、一

週間後検査して良く

なっていかなかったら入

院ね。」そしてつづ

けた言葉は「あ、食

事控えてください。

飲み物中心で。」

ちょっと待ってくれ。

お医者さん今かるーく

言っただけで控えるって何よ。

しかも検査が一週間後って、つ

まり一週間何も食べないってことだ

よね? しかも私はリトスタのキッチンで

働く身。食べられない私が食事を作る...拷

問ですか!

水分中心で、といわれたところから食事はウ

イダーイン的なゼリー状のもの。しかし「な

ぜ栄養補助食品っていうのは甘いものばか

りなのだ! 肉じゃが味とかカレー味とか

作ってよ! しょっぱいものが食べたい!!!」

...と、そんな私に救世主が現れた。「豆腐」

である。先月の記事でも書いたように、私

は湯豆腐がだいすき。口の中でよくつぶ

して飲みこめば...うん、もう、豆腐は私の

中で流動食に決定。スーパーに並ぶ豆腐を

順番に買い、毎晩の夕ご飯にした。

食事制限をはじめてから3日後

位から、体力が落ちてくるの

を感じ始めた。階段を登

るのも、自転車の乗るの

もやたら疲れる。頭も

回転しない。食べられ

ないストレスよりも

体が動かないことが

辛い。やっぱり人間

食べていないとだめ

なのだ。しかもそれ

をこんなにも顕著に感

じるのは。食べ物って

すごい! 栄養ってすご

い!!

一週間後の検査で食事を戻し

ていいとの許可があり、無事その

流動食生活にヒリオドが訪れた。病院

帰りのその足で食べに行ったカレーの味は

きつと一生忘れない。ああ、ものを食べる

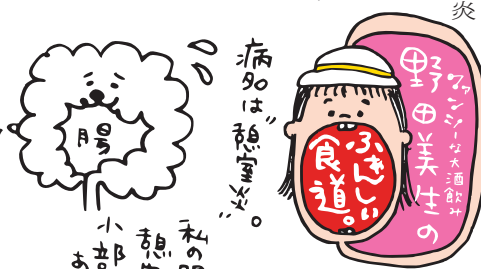
のってほんとにいい。これからは物を噛

みながら、「物を食べられる」という幸せ

も一緒に噛みしめていこう。うん。最後に

...咀嚼、さいこう!!!

その6 食べる、それはいい!



私の腸には
想像以上に
小腸が
あるらしい。
食べる、それはいい!

前は、休職中だった。い!!

かまひのになあ...。一週間後の検査で食事を戻し

ていいとの許可があり、無事その

流動食生活にヒリオドが訪れた。病院

帰りのその足で食べに行ったカレーの味は

きつと一生忘れない。ああ、ものを食べる

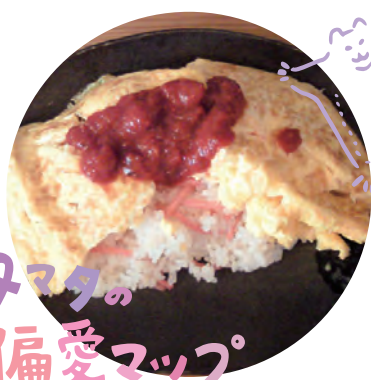
のってほんとにいい。これからは物を噛

みながら、「物を食べられる」という幸せ

も一緒に噛みしめていこう。うん。最後に

...咀嚼、さいこう!!!

先 日本屋で『見仏記』の最新文庫版・五巻を発見して嬉しくなった。『見仏記』を読み始めたのは二十代の始め頃。著者である、いとうせいこう&みうらじゅんの斬新な見仏(けんぶつ)スタイルに魅せられた事と、その頃に出来た友人が皆仏像好きだった事から、京都・奈良はもうろん果ては中国まで見仏に出掛けたものだ。中



ママの 偏愛マップ

06 オムライス

休 日の少し遅めのお昼ご飯、無性にオムライスが食べたくなる。と言っても、いわゆる中にチキンライスの包まれたオムライス…とはちょっと違う。母がよく作ってくれた、酢飯オムライス、その味。

ご飯を人数分、木桶に取り分ける。そこにすし酢を適量入れ、しゃもじで切るように混ぜる。その酢飯に紅しょうがを好み適量混ぜ込んで(彩り、あしらい程度だが、これが美味しさの秘訣と確信している) 一人前ずつ大きな楕円の皿に盛る。それをうす焼き卵で包み込み、トマトケチャップをぽてりと乗せたら出来上がり。

実家の「オムライス」とは、物心着いたときからこの酢飯オムライスだった。休日のお昼ご飯にたびたび登場していたように思う。母と姉、私が息を合わせて作るのだ。大抵は私が酢飯ご飯を作り、その間に姉がうす焼き卵を焼き、母が最後に卵でくるんで仕上げる、といった具合に。ご飯の食べる量も家族一人ひとり違う、声を掛け合って調節する。とても簡単なメニューだが、私たちは各々が丁寧に、手間をかけてこしらえた。保育園へはいつもお弁当を持参していたのだが、小さな俵型の卵巻きおむすびに姿を変えてこの酢飯オムライスが入っている日など、それは嬉しかったのを覚えている。黄色い卵の皮に包まれたその中から、紅色が散りばめられた酢飯が出てくるその視覚的エンターテインメントも私の心をしかと掴んで離さなかった。

もともとは、姉がまだずっと幼いころ、食が細く十分満足にご飯を食べることが出来なかった。それでも何とか口当たりをよくして美味しいご飯を少しでも多く食べさせたく、母がうんうんと頭をひねって作りだしたメニュー。

さて、今日は月曜日、わたしの週に一度の休日である。冷蔵庫には卵が三つ。何よりのオムライス日和になりそうだ。

新 本コミック

木目田 綾・選



見仏記5

いとうせいこう・みうらじゅん 角川文庫

国では砂漠奥地の石窟や断崖絶壁の寺等に、女三人(坊主頭女、クラサン女、私)のん気に見仏した。全員が情熱的に求めた土産は『見仏記』三巻に登場した「電子念仏機」であった。小型ラジオに似た機械で、スイッチを押すとなまめかしいような念仏が流れる。超イケてる土産だと思ったのに、帰国したら欲しがる人が

誰もいなかった。その旅を共にした友人らは母親になり、しばらく一緒に旅をしていない。久々に読んだ『見仏記』最新巻で、見仏を継続するいとう&みうらコンビが羨ましくなった。子育てのそと一段落する友人宅を訪れ、我らも見仏再開! の誘いを試みようかと思う、今日この頃である。

タ

イの東北部を舞台にした映画『ブンミおじさんの森』

を見たとき、とても不思議な体験をしました。常にスクリーンから聞こえる、木々のざわめきや、虫の鳴き声、水の音の中にいると、映画館に居るはずなのに湿った土の匂いがした気がして、それが妙に生々しく、懐かしくもあり、一瞬自分がどこにいるのかわからなくなりました。

vol.18



『ブンミおじさんの森』

監督: アビチャップン・ウィーラセタクン

る猿の精霊。CGではなく、着ぐるみ姿が愛くるしい。やがて「その時」を迎えるべく、ブンミは彼らとともに深い森へ入っていきます。真つ暗な洞窟を母胎みたいだと言ふセリフが印象的でした。「忘れていたけれど、俺はここで生まれた」輪廻転生。劇中でも彼の前世が描かれていて、それは水牛だったり、どこかの王女だったりする。未来の夢も見る。

私が漠然とタイに惹かれ続けているのにも、理由があるのかもしれない。





■秋休みと年末年始休業のお知らせ。
当店恒例の秋休み、今年は11月終わりから12月の最初にかけて、いつもよりちょっと短めにいただきます。

秋休み
11月28日(月) ~ 12月2日(金)

そして年末年始の営業ですが、年内は30日(金)まで、年明けは7日(土)から通常営業となります。

年末年始休業

12月31日(土) ~ 1月6日(金)

Clip

11月19日、店長ミヤザキ母であり、当店永世料理長のミヤザキヨウコの一周忌、当店では義父の宮崎繁一により「ミヤザキヨウコを偲ぶ会」が貸し切りで開催されました。

もちろん若くて綺麗だった頃の写真や、結婚式の写真など大きくパネルにし、趣味の刺繍の額を飾ったり...ご来場のお客さんからもたくさんのお花をいただき、故人を偲ぶというには本当に、賑やかで、和やかで、あたたかい会になりました。

もうあれから一年...いっしょに暮らす実家のリフォーム工事も進みつつ、やっぱり「家族」について、なにかと想うことの多い晩秋です(お)

yoko miyazaki
1947 - 2010



■今年もお楽しみ！クリスマス・ディナー！
毎年大変ご好評いただいておりますクリスマス限定のコースメニュー「ちょっぴり特別な日のごちそう」。今年は23日(金) ~ 25日(日)の3日間。詳しくはホームページ、店頭チラシで12月上旬にご案内いたします。おたのしみに！(期間中はティタイムはお休みさせていただきます。ご了承下さい。)

■忘年会のご予約、承り中です。
暮れの元気なご挨拶...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、もちろん賞切まで、ご予約・お問い合わせ、お気軽にお電話でどうぞ(0422-45-3331)。

編集後記

お店の営業にミヤザキ実家リフォームはもうらん休日、朝練と、今までになくハードな秋を送っておりますが、その秋休み、まさにセルフビルドは前半の山「壁塗り」...つて、たまにはお出かけもしたい今日この頃です(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。



「毎月新聞 じはん」置いていただいております。

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、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。



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