

毎月 新聞 ごはん

第 91 号

2011年12月

発行者

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。

ふんわりごはん。
Little Star Restaurant
リトル・スター・レストラン / Nakano, Tokyo
tel: 0422-45-3331
www.little-star.ws

何

を隠そう、グラタンが大好きです。ホワイトソースが、とか、チーズが、とか、マカロニが、とかという素材の問題ではなく、「グラタン」という調理法のものなら、何でも好きなのです。

ということで、当店ではグラタンを準レギュラーメニューに取りました！ バターと牛乳でシンプルに作ったホワイトソースは家庭の味。季節ごとに旬の食材を組み合わせて、グラタンとして焼き上げます。

たとえば王道「エビときのこのマカロニグラタン」、ボリウムたっぷり「ブロッコリとチキンのマカロニグラタン」、冬の魚介なら「かきとほうれん草のグラタン」、たまには味を変化を付けて「カボチャとミートソースのグラタン」……まだまだバリエーション豊富に出てくる予定です。ぜひ、あつあつ、はちみつとお召し上がりくださいね！

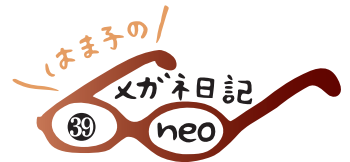
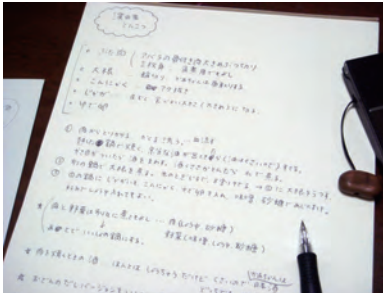
グラタン

大好き！！

(タ、ン、マ、カ、ロ、ニ、グ、ラ、タ、ン)

小星★人語

激動の一年でした。世界も、日本も、私の周囲も、そして心の中も▼昨年末、母が他界して私の世界観が変わりました。具体的ではないけれど「母のいる世界」と「母のいない世界」はまるで違う世界でした。そこからお葬式、お墓探し、実家に帰ることにしてリフォームを始める……と自由奔放な娘(私)は一気に「家や家族」と向き合わざるを得ないようになったのです▼そしてあの地震。そして原発の事故。考えてもみなかった災害の数々を目の当たりにし、価値観が変わりました。そして世の中を見る目も。本音に社会にとって、自分にとって、未来にとって、必要なことは何か？ そこにもっと深く、もっとじっくりものを考える……複雑に考えるのではなく、シンプルに掘り下げる……言葉も思想も生活も、厳選する大切さを感じています▼さらにはこの数年の主要スタッフがお店を卒業していったことによって、スタッフの世代交代がおこりました。いままで先輩スタッフにたよっていた若者たちに、もう一歩成長してもらうことが、お店のために必要でした……口づかきで説教するものも、なかなか体力のいるものです。でもその期待にこたえてくれたスタッフたちは、今ではしっかり頼れるお姉さんとなりつつあります▼そしてシンプルに年は明けていきます。ひとくぎり、でも単なる数ある日常の中の一日でもある……ともかく、来年は健やかな年であることを、心から祈ります。(麻)



母ちゃんの味。

先日、鹿児島島の母に電話しました。母は仕事終わりでこれから夕食を作るところ。今日のメインは「とんこつ」……とんこつ、と言ってもラーメンではないのです。豚のアバラの骨付き肉を大きめにぶつ切りしたものと大根、こんにゃく、じゃがいも、ゆで卵などを味噌と砂糖で甘辛く煮た、鹿児島島の郷土料理です。

私が小さい頃「今日は何食べたい?」と聞かれるとよく「とんこつ!」と答えていました。母の料理はどれも美味しいのですが、特に大好きなメニューでした。東京に来てから見よう見まねで作ったことはあるのですが、ちゃんと聞いたことがなかったので、今回レシピを伝授してもらいました。

母は「適当なだけ」と言いながら教えてくれました。ちなみに「適当」は母の口癖です。まず、肉の調理から。肉は長く煮て柔らかくなるよう、早く取りかかります。熱した鍋で肉を焼き、余分な脂が出てきたら捨てます。それに酒を回しかけ、酒っぽさが優しくなったら水をひたひたに入れます。強火にして、沸騰したら弱火でコトコト煮ます。大根は別の鍋で米のとぎ汁を使って下茹でし、八割くらい茹でたら肉の入った鍋に大根だけ移します。あとは皮をむいたじゃがいも、ゆで卵、あく抜きしたコンニャクを入れ、味噌と砂糖で味付けします。味が染みるまで一時間ほど煮込みます。

祖母のときもこの二、三時間煮込んでいるので、具が柔らかいのですが(鹿児島島の好みはこっち)母は大根もじゃがいももしっかりしている方が好きらしいです。沢山作って次の日、味がよくしみ込んでいるのもまた旨ですが、母は焼酎臭いと言って日本酒を使います。適当と言いつつ、こだわりポイント多いやん。大根をちゃんと面取りしていたり、意外に細かい(笑)身近な料理の先生です。また電話します!

誰しも食べ物に関してマイブームというものが訪れる時がある。一つの食材にはまって、三食それを食べたり。私が学生のある時それはそれはすっぱりと足をとられてしまったのが「パン」である。

学生時代のある休日、何の気なしにしているテレビをぼーっと見ていた。するとテレビはあるパン屋さんからの中継が、「こちらのオスズメはこちらのバケツト!じゃあちよっとい

だだいてみましょう。バリッ!もぐもぐ!わあ!とつても香りが高くて甘いです!と、至って普通のレポートが、私の中で「そうだ!パンだ!パンがあった!!」とビビビッと(古い)きてしまったのである。

その7 パン屋さんへ



さんへ。片道一時間なんて距離もさう。学校で雑誌のレイアウトの課題が出ればテーマは勿論パンである。写真素材を手に入れるという名目でパン屋に行けるのだから。

日々パン屋のパンを食べる生活に慣れてきたら、今度はパンに「つけるもの」が気になってくる。私と同じ名前を持つフランスはミオ社のジャム、エシレバター、あるパン屋さんで量り売りしている味噌ペースト。朝ごはんにゆっくりパンを食べるために早起きも苦痛ではなかった。

そんなこんなでパンまみれの生活を送っていました。今やパン熱もすっかり落ち着いてきた。先日本屋さんにと入るとある雑誌でパンの特集がくまっていた。ぺらぺらと中を見ただけで、知らないお店ばかり。あの頃に入店だけども、無くなってしまうお店もある。パン屋の時代も移り変わるのだ。なんだか寂しいななんて思いつつ、新しいお店をチェックしている自分がある。無くなったなら新しく探せばいいのだ。うん、久々にパン屋めぐりしてみようか。

すぐにテレビで見たそのパン屋まで行き、そのバケツトを買った。一本のバケツトを買ったために赤坂見附へ。家に帰ってから食べたその味も自分の中でしっくりきたのである。う、その一軒のパン屋さんを皮きりに私のパン屋通いが始まった。

パンに関しての本を読み漁り、朝通学前にパン屋さんへ。学校が終わればパン屋

武 田百合子さんの著作はそれほど多くはない。
 繰り返し読むのは『富士日記』と『遊覧日記』だ。『富士日記』の方は夫・武田泰淳と富士の別荘で過ごした時の日記。『遊覧日記』の方は娘の花さんと浅草や青山や京都等をうつった折の随筆。百合子さんは見たものをあらわす名手で、たちどころに曖昧さの

ママタの偏愛マップ

姪 が水疱瘡だという。ベビーシッターを頼まれ横浜の姉夫妻宅へ伺うことになった、秋休み。

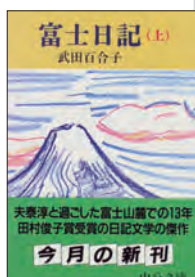
旦那さまが夜勤ということで、私が深夜遅くにお邪魔することに。寝静まった姉、姪に並んで川の字になって眠りに就いた。朝早く、姉が一足先に起きて出勤前に朝食の支度をしているようだ。姪が隣で寝ている私へにじり寄ってくる。ずりずり、触って絡んでくついで…どうやら母親と間違えているようだ。「リコ〜ご飯よ〜」と台所から姉が一声。途端にガバリと両腕ついて頭をもたげ、まじまじと私の顔を覗き込んだかと思うと、「ぎゃーん」と泣き声を上げて高速ハイハイ、後ずさってベッドを降り、姉の元へ走り去る姪。

そんな始まりだったベビーシッター初日。1歳9カ月と2人きり、何を言っても「ヤダヤダ」なお年頃。真っ向から「アレしようね?コレしようね?」が通じない、やり取り全てをゲームみたいな感覚で接するように変えてみた。スポンを履き替えないと逃げまわる姪をヨイショと捕まえ「びゅううううん、ずどおおおん」というようなオドロドロしい効果音付きで空を飛ばせて着地、そのままいやとオシメもズボンも履き替えさせる。きゃっきやと喜ぶ姪、コツがあるようだ。狂ったようにおどけてみせて、姪を喜ばせながらうまく言うことを聞かせる…とはいいつつも、私たちの間には共有した時間がもたらした心の結びつきの様なものが生まれていた。

姪がしきりに「ガウイー!ガウイー、おいで!」と誰かを呼んでいることに、私も姉夫妻も気付いたのは最終日のこと。ガウイってなんだろう?私たちに見えない何かが見えていたりして…なんて話していた矢先、私にひしと抱きつく姪。「ガウイー、パッパイ!」衝撃が走る。ガウイって、私?ふさふさモサモサしてそう…何だかモンスターっぽい。どうやら性別や人種を超えた、何か特別なポジションに私を位置付けたいらしい姪。その呼び名に、姪と私の絆の様なものを改めて感じるのであった。

新本コミック

木目田 綾・選



富士日記
 武田百合子 中公文庫

無い、クリアーな光景をさーっと立ちあげられる。『富士日記』では、富士の雄大な景色が常に共にあり、『遊覧日記』では人々の息づく街の一角がある。
 十二年の歳月を綴った『富士日記』の最後には、人生的な区切りが訪れる。それまでの一日一日が、まとまった一つの大きな切れ目であるかと思えるような区切り

だ。その十年後に書かれた『遊覧日記』では独特の力強さと好奇心が健在のまま、ゆらぎの無い眼差しで百合子さんは街を見る。『富士日記』を生きた百合子さんが、今日は街を歩いている、と思う。
 百合子さんの文章を読んだ後は、新鮮で眩しい明日が待ち受けているような気がする。いつも感謝の念で一杯だ。

大 学でサークルに入るつもりはなかったけれど、まだ音楽をやりたいと心の隅で思っていたのと、サークル紹介で現れた先輩に惹かれて入部してしまった。名前はジャズ&ロック研究会。部員にジャズをやる人はもういなかったけど、昔の名残らしい。たび重なる活動停止処分にも負けず、長年存続しているタフな人たちの集まりだった。私の通っていた大学は6年制の学科もあり、先輩の貫録に圧倒された。歓迎会と称して集まった居酒屋で潰れるまで飲む姿に、私もいずれこんな風になるのか…と心底驚いた。活動は年に数回のライブと夏合宿、たくさんの飲み会。私は2年間しか在籍しなかったが、ジャズ研のおかげで他の学科の人たちとも知り合え、なにより楽しかった。
 本作の「気球クラブ・うわの空」というサークルは何度か気球に乗ったりしたもの、自然消滅。それから5年経ったある日、リーダーである

vol.19



『気球クラブ、その後』

出演：深水元基、川村ゆきえ

監督：園子温

村上の死をきっかけに再び全員集合する。携帯で連絡を取り合う内は、どこかよそよそしかった彼らだが、顔を見て話し始めると、一気に止まっていた時が動き出す。そして、気球バカで、空ばかり見て突っ走る村上を、ずっと地上で待ち続けていた彼女がいたことを思い出す。携帯だけでは繋がっていることにならないのだと、気付かせる展開が面白い。みんなで叫び、泣き、笑い、思い出

の曲でもあるユーミンの「翳りゆく部屋」を合唱する姿に、「青春」という言葉にめっぽう弱い私は、胸が熱くなった。





■2月の月イチ連休のお知らせ。
毎月恒例月イチ連休、2月はしょっぱなの週末にいただきますみなさんにはご迷惑をおかけしますが、何卒よろしくお願ひします。

2月5日(日) ～ 6日(月)

■新年会のご予約、承り中です。

さてさて年明けは新年会から一年の幕開けといことで、気の合う面々と、ま、そうでもない方々と、新しい年です、新年会。当店でもコース・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

んお気軽にお電話ください (0422-45-3331)。

■新年は受験生応援特別企画(?)
週末限定！チキンカツカレー！

受験生にとっては、単なるごちつけでありませんが(苦笑)ええ、今年もやりますよ！週末ランチ限定のチキンカツカレー！クリスピーなチキンカツに、スパイシーな当店自慢のチキンカツカレーがベーストマッチ！新年はやっぱりカレーから！2月いっぱい限定ですよ！



編集後記

あー、しかしクリスマスディナー前になんとか入稿するつもりだった今月の毎月新聞はみんなの原稿が集まっていながら、まさかの月オチ、いわんや年オチと...誠に面目なく、ええ、釈明の余地すらございません(ハイお)

Clip

秋からずっと続けておりますミヤザキ家実家リフォームのセルフビルド作業...秋休みにはお客さんに手伝っていただいて壁塗り作業！もちろんプロの職人さんには遠く及びませんが、なかなかの仕上がりが具合...できる範囲でなんでも自分たちでやるってのは、お店とホントに一緒だよなーと、ワタクシドモオーナー夫婦、そうゆうのがつくづく好きなんだなーって、ええ、今更ながらあきれるくらいそう思います。(笑)

と、そんなセルフビルドも、1月末のアパート契約切れの引っ越しに向けよいよ大詰め。年末年始休業はまるっと返上...って、ま、たまにはそんな正月もいいかな(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。

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



「毎月新聞」ごはん」置いていたみたいです。

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。

