

毎月
新聞
ごはん

第 99 号

2012年8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。



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

新卒で就職したとき、上司に言われた言葉の中で最も印象に残っているのは「エスパーになれ!」。その上司は「あれ、どうなった?」という一言で、何のことを言っているのか察することを求めている。

主語の次にすぐ動詞がくる英文法のように、状況を端的に分かりやすく報告することを求められた▼さて、どうやってエスパーになったかというと、観察力と想像力と現状把握能力を磨くという、地味な努力の連続でした。でもそれは今の仕事にも大いに生かされていて、きつとこんな仕事にも活かされる能力なのではないかと思うのです▼遠くの席のお客様が目を使ったのを見て、店員を呼びたいのだと察すること。メニューを広げているのを見たら「そろそろ次のご注文かな?」という呼ばれてもよいよう心の準備をして様子を見ることが。

箸の転げ落ちる音を聞いたら、すぐに新しい箸を持って音のした方へ向かうこと。お客様の様子をよく見ていければ、かなりのエスパーになれるはず…

▼とはいえお客様だって十人十色、この動きはこう! という絶対正解の方程式はありません。だから当店の接客にもマニュアルはありません。それゆえスタッフの接客も十人十色! 最初は拙くても、お客様の動きを観察して、気持ち想像して、店内の現状を把握して…やがてお客様のエスパーになってくれば、と思うのです(麻)

今

年もまた、日本酒の旬! ひやおろしの季節がやってきました。

「ひやおろし」は「秋あがり」とも呼ばれる、この時期特有のお酒です。昨年の秋、収穫した新米を醸したら、暑い夏を越すまで涼しい蔵の中でじっくりと保存され、秋になってお酒が熟成された頃に出荷されます。じっくり寝かせられたお酒は、まろやかで口当たり良く、旨味もたっぷり。まさに日本酒の旬を満喫できる味わいです。

まずは定番のボテトサラダで一杯やりながら、次の肴を考える…秋の夜長のお供に、ひやおろし、いかがでしょうか。

リトル・スター・レストラン

アロマス。

ひやおろし

秋の新酒!!





みんなで作った、お家の味。

先日、急に餃子が食べなくなつて、鹿児島の実家に電話しました。というのも、餃子は餃子でも実家の味が恋しくなつたからです。

餃子は、私が小さい頃から、家族でよく作っていました。餃子のタネをこねて、餃子の皮でタネを包むのは、兄弟四人の仕事。みんなで一緒に、包んでいたのを憶えています。私は兄弟の中でも、餃子包むのが大好きでした。最初は形がいびつだったのが、きれいな形に包めるようになってくると嬉しかったのです。包んでも包んでも減らないタネ。包み疲れが出る兄弟たちを尻目に、私は根気よく包んでいました。

我が家の餃子部長、父に詳しくレシピを教えてもらいました。「いつもの餃子」と最近マイブームの「エビ餃子」いつもの餃子は、豚ひき肉に水気を絞ったキャベツのみじん切り、しょうが、にんにくのみじん切り、ニラを加えて混ぜます。エビ餃子は、細かくミンチにしたエビに、キャベツのみじん切り、しょうが、にんにくのみじん切りを加えます。さらに、二種類とも中華ダシ、酒、醤油、ごま油などを少し加えて、つなぎの片栗粉を混ぜれば、タネの出来上がりです。キャベツのみじん切りは水気を絞るだけ絞って、とにかく沢山入れるのが、美味しい。

もっといろいろな材料が入っていたような気がしていたのですが、実はとてもシンプルだったのです。早速父のレシピ通りに作ってみました。やはり東京に来てから何度か作っていたものとは違いました。自分流にしたいけど卵などを入れたのも、それはそれで美味しかったのですが、この親しみのある味！聞いてよかった！でも、一つ失敗したことが、調子に乗って、タネを作り過ぎました！一人だと包んでも包んでも減らない…。でもきれいに出来るとやっぱり嬉しい！兄弟たちよ、姉ちゃん頑張ろうよ。

「海」

「海」に行こう！私がこの夏そう言うつと、夫は言った「10年間一緒にいて、君が海に行きたがるのははじめてだよ。」そう、海は二ガテなんだ。でも行きたくなった。海に行くのだ。泳ぐのだ。

得意不得意といういろいろあるが季節や物事だけじゃない。私は昔から食べ物に好き嫌いがある人が理解できなかった。

つい先日、リトスタスタッフのちゃんさんが

が苦いものが苦手という話をしている時「子供じゃないんだから！」なんてふざけて毒づいてみたけれど

も、何を隠そうあれは本心だ。まあしょうがないことだとはわかってい

る。でも私の美徳からすれば食わず嫌いなんで

もっての外なのだ。食べ物に好き嫌いの無い私にも

一つだけ得意じゃないものがある。それが「海の味」だった。何も海自体が嫌いなのじゃない。苦手なのはあの塩味で、いくらきれいな海でも泳いでいて口の中にそれを感じるとたちまち気持ちが悪くなってしまう。

その14

「すき、らいと海の味。」



大好きな生牡蠣もとれたてフレッシュな海の塩味がどうぞ、



めなものは食べられなかつた。もういい。えた今、もはや海の味も克服できたと言ってるのではないか。

好き嫌いも大人になると減っていくというもの不思議な話だ。歳と共に味覚が鈍くなっているのか、心が寛大になっていくのか。なにはともあれ「にゃんさん」はやく一緒に苦いビールが飲めるようになるといいね！うん、そういつか。

海の味の代表「ホヤ」。そのホヤを帰省のお土産にと、スタッフの佐々木さんが持ってきたのもつい先日。海の味がするというそのホヤとは今まであえて接触せず生きてきたが、どうやら今回がちゃんとホヤと向き合ういい機会のような。全く受け付けなかったらどうしよう…と不安に思いつつも一口食べるとこれがまたものすごくおいしい。ビールにぴったりじゃないか。ああ、私またひとつ大人になった！

突然海に行こうと言いだしたのは、私の憧れの人が海好きなせいだった。動機はなんとも不純だが、学生の頃の遠泳大会を病気で休み続けた(という)ことになって

いる。私からしてみれば革命的な進歩である。ホヤという未知数を乗り越

1 944年イタリアのサルデーニャ島で、五歳の少年が羊飼になる為に学校を退学する場面からこの自伝は始まる。少年は母親や弟たちのいる村を離れ父親と二人、牧草地で暮らす事となった。ひとけの無い牧草地での生活には様々な苦難が待ち受けていたけれど、彼はその場所に深い愛着を覚えるようになる。動物と植物と鉱物の世



ママの 偏愛マッパ

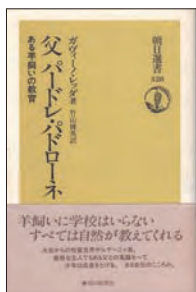
コーヒー豆の出がらしを古いネルで包み込み、口は輪ゴムでしっかり閉じて、小鍋に入れる。その中に新しいネルと水を入れて、くつくつと10分少し煮立てる。コーヒーの出がらしで煮出すのは、真新しいネルの繊維臭を取るため。ネルの繊維に出がらし液は静かに浸透し、しっとりとしてコーヒー豆色に染まる。リトルスターレストランのコーヒーは、まほろば珈琲店の豆で淹れている。非常に深い風味のある豆だ。オリジナルにブレンドした豆をホットコーヒーに、それよりもさらに深入りの豆をアイスコーヒーに。どちらも酸味よりも、程よい苦みとコク、芳ばしさが感じられる。そのしっかりしたコクのためミルク

14 コーヒーネル

との相性も、もちろんばっちりなのだが、まずはそのまま飲んでみて頂きたい。もとも私はコーヒーが全く飲めない口だった。スターバックスの「カフェモカ」なるものからスタートし、ミルクたっぷりのカフェラテ、そしてコーヒーに少々ミルクを入れたもの…という具合に、少しずつ歩み寄っていったのだ。しかし、ブラックコーヒーの苦み、えぐみのハードルはなかなか超えられず…。リトルスターレストランで働き始め、コーヒー修行が始まった。初めてのネルドリップ、布製のフィルターでコーヒーを抽出する、という作業に魅せられた。ネルに収めたコーヒー豆に、適切な温度のお湯を適切なタイミングで注ぐ。泡の出方、香りの立ち方、豆の反応を見ながら、「お湯が熱すぎるよ」とか、「もう少しゆっくり注いで欲しいな」というような、豆の声を聞く。こちら側の問い掛けにちゃんと応えてくれる感触がある。豆の力でもって、その旨みを最大限に抽出できるよう、ただただ私はサポートするだけ。淹れたてのコーヒーを口に含む。甘み、辛み、渋み、酸味…コーヒー豆本来の複雑な味を拾う。淹れた側とコーヒー豆がどんなコミュニケーションをとったのか、それが、その時抽出された「味」としてネル越しにぼたりぼたりと落ちてくるのかもしれない。今ではすっかり、コーヒーはブラックだ。

新 父パドローネ

木目田 綾・選



父パドロー
ある羊飼いの教育
カワイノ・レッタ 朝日選書

界のそこで目を澄まし、自然の秘密の言葉を理解できるようになったからだ。森の孤独、嵐、野生動物、岩場や地平線の形象：彼はそれらと会話を交わしたのだ。人間社会の言葉とは異なる、内なる沈黙の言葉。それは羊飼いの言語と言えなくもしいない。羊飼いの師である父親も、その言語を理解していたのだから。成人した彼は牧

草地を去る。父親との軋轢、果てない労働、別世界への渴望が、彼を軍隊に入隊させた。そこで初めて文字を覚え、学ぶ喜びを知り、大学へ入り言語学を修得する。のちに彼は文筆活動を行いながら、故郷の羊飼いに戻った。私には羊飼いの言語が、彼に大学で言語学を選択させ、再び羊飼いと生きている事へと導いた気がしてならない。

今年、日本公開から23年経ったいまも、多くの人に愛され続けています。初めて見た時は、トトの本能の赴くままに生きる姿が、自分勝手なところかと思えず、どうしても彼を好きになれなかったのですが、今回改めて見ると、これは彼だけではなく、映画館を愛する村人たちが、彼に映画の未来を託した物語なのだと感じました。

映画が生活の一部になり、すっかり忘れていた感覚…映画が純粋に、好きで

今 年の夏休みは映画館で出会った仲間たちと、ハケ岳で開催された星空の映画祭へ行ってきました。夏の間だけ満天の星空の下に現れる劇場は感動的で、冷房ではない、自然のひんやりとした空気も新鮮でした。7本ある上映作品の中から私たちは『ニュー・シネマ・パラダイス』を選びました。

『ニュー・シネマ・パラダイス』

出演：フィリップ・ノワレ、サルヴァトーレ・カシオ、監督：ジュゼッペ・トルナトーレ



好きでしかたなかった頃の気持ちを出すラストシーンは号泣でした。嗚呼、こんなにも映画への愛に溢れていたなんて気付かなかった…！

映画が終わって周りを見渡すと、星会場はトトのような笑顔で溢れていて、それは映画の中のパラダイス座のようで、本当に美しい風景でした。私はこの日、映画館で映画を体験する素晴らしさを再確認しました。みなさま、映画館をこれ以上なくさなたいためにも、ぜひ、時間をみつけて映画館へ足を運んでみてください。テレビやDVDではわからなかった、新しい発見があるはずです。ご来場、お待ちしております。



vol.27



■9月の月イチ連休のお知らせ。

9月は敬老の日の三連休、後半で毎月恒例月イチ連休をいたな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お願いします。

9月16日(日) ～ 17日(月)

■スタッフ募集中です！

リトル・スター・レストランではこの度新スタッフを募集することになりました。たべるのが好き、お店が好き、ヒトと接するのが好きな元気で楽しい方、いっしょに働いてみませんか？ 週末入れる方歓迎！詳しくはホームページ、店頭チラシをご覧ください。

Clip

この夏の当店のお盆休み 結局お墓参りに行っただけで、たいして夏らしいこともなかったよねと思ってたら、スタッフが「バーベキューしましょうよ！」と声をかけてくれました。先日昭和記念公園でバーベキュー大会が催されました。田舎育ちのワタクシですので、子供の頃からキャンプに飯ごう炊さんバーベキュー っつてのは夏の風物詩、あまりにやり過ぎて、今更全然興味も持てなかったんですが、夏の終わり、気持ちのいい風に吹かれながらみんなでわいわいバーベキュー ああ、思いがけず楽しい一日でした(笑)。スタッフのみんな、誘ってくれてありがとね！(お)



■初秋はお米の季節です！

当店自慢の美味しいお米は山口県の間部農家さんからいただいているんですが、9月の終わり頃から新米に代わります。さて、今年のお米はどうでしょうね... っつて、つやつやおいしい新米をお楽しみ！

■Facebook もよろしく！

毎日更新当ホームページからあれこれ大事なお知らせや季節のメニュー、そして楽しい写真等々、Facebook により抜きでご紹介しております！「リトルスターレストラン」で検索してみてくださいね。そして、よろしかったらぜひ「イイネッ！」してくださいね(笑)。なにとぞよろしくお願いいたします。



編集後記

今月号は通算99号、すなわち、次号で祝！百号を迎える、「毎月新聞ごはん」。一応連載的にもデザイン的にもリニューアルの予定です！たぶん！(苦笑... がんばる... ！) (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「バウスシアター」さん
にこの小さな新聞を置いていたんですよ。

