



宮下 清志

1967年長野県生まれ。広尾「オー・フティ・パリ」など都内のレストランで修業し、渡仏。南仏とパリを中心に2年間働き、都内ビストロのシェフを経て、2000年に独立開業。



東京都新宿区高田馬場2-9-12
柴原ビル1F
☎ 03 (5272) 5010
昼 12:00~13:30 L.O.
1200円~
夜 18:00~22:00 L.O.
2700円~
月・第2火休 24席
スタッフ 調理2名
サービス2名

セミオープンキッチンのダイニング。2006年に全面改装した。テーブルには白いクロスと紙を敷く。フランスのビストロといえば、赤いチェックのクロスが定番だが、男性客に抵抗感がないよう配慮した。

パリのビストロの定番料理を提供、
夜のプリフィクス2700円の安さと
圧倒するボリュームで、満腹・笑顔にさせる。
ラミティエ

高田馬場は、大学や専門学校、予備校が集まる学生街。飲食店は総じて低価格で、ラーメン激戦区としても知られる。ラミティエは駅より徒歩5分、早稲田通りから路地に入ってすぐの所にあり、狭い間口の赤い外観、ガラス窓から中の様子が見えるなど、まるでパリの下町のビストロのよう。連日満席、昼夜とも2回転半する日も多々ある。

2000年のオープンから'06年までは、昼は1050円、夜2100円でドウ・ブラのプリフィクスだったが、「もっと美味しい食材を使いたいから値上げさせてもらった」という宮下氏。それでも、昼1200円、夜2700円。ポテトフリットやサラダ用の葉菜は皿にごっそり敷く山盛りにし、魚料理は1尾丸ごと、ハラミ肉のステーキは200g。田舎風パテは厚さ約3cmで、前菜を担当するスタッフによると、以前は「薄い、もっと厚く!」とシェフに注意されることがしばしばだったという。また、メインのブーダン・ノワールは30cmくらいの長さを1本丸ごと提供する。

「フランスのビストロのように、仕事帰りの男性で席が埋まり、ワインと共に仲間との会話で盛り上がる、そんな店になれたら理想。だから、男性がドウ・ブラでお腹一杯になるようなボリュームをつけています。多いと言われることもありますが、物足

MENU A ¥2,700-	
—ENTREE AU CHOIX— 前菜	
ESCARGOTS DE BOURGOGNE	・エスカルゴとマッシュルーム、ベーコンのオーブン焼き、マリナー風
MOUSSE DE FOIE DE VOLAILLE	・トリ白レバーのムース
PATE DE CAMPAGNE	・田舎風お肉のパテ
ENDIVE ROQUEFORT	・アンディーガとリンゴ、クルミとロックフェールチーズのサラダ
JAMBON DE BAYONNE et RILLETTE DE CANARD	・バイヨンヌの生ハム、鴨のリエット (¥210)
PUDDING DE FOIE GRAS	・フォワグラのプリン (¥210)
AVOCAT AUX CREVETTES	・小エビとアボカドのカクテル
SANMA, A LA FACON DE FILET DE MARENG (¥105)	・サンマのくんせい(白身)と、ゆでたじゃがいも (¥105)
SALADE DE GESIER DE CANARD (¥105)	・鴨の砂肝のコンフィのサラダ (¥105)
—PLAT AU CHOIX— メイン料理	
POISSON DU JOUR	・本日のお魚料理
CONFIT DE CANARD	・アングレーズ、イビとハーブのコンフィ
CASOULET (¥210)	・鴨の砂肝のコンフィと、ポテト (¥210)
STEAK FRITES (¥105)	・牛ハラミステーキとフライドポテト (¥105)
LAPREAU A LA CREME AUX FIGUES (¥210)	・仔羊サゲイキジツクのカリシソース (¥210)
BOUDIN NOIR	・ブドウ、カールと鴨の砂肝のコンフィ (¥210)
BOEUF A LA BOURGUIGNONE (¥210)	・牛肉の赤ワイン煮 (¥210)
TRIPE A LA MODE DE CAEN	・カーン風トリップと牛ハラミのカリシソースとポテト (¥210)
CHOUCROUTE (¥420) POUR 2 PERSONNES	・豚肉とソーセージのシュールト (¥420) あたし2人分
—デザートは食後に別メニューにてご案内させていただきます—	

りないと思われるよりいいと思うので」前菜10品、メイン10品、デザート10品ほどを用意し、8割が定番。2割は素材の入荷状況によって変更するので、メニューを毎日書き換えている。小海老とアボカドのカクテル、エスカルゴとマッシュルーム ベーコンのオープン焼き、鶏白レバーのムース、牛肉の赤ワイン煮、骨つき豚ロースとんにくのロースト、鴨のコンフィなど、フランスのビストロの定番料理で、自分がパリで修業していた時の味や組み合わせを基にしている。そのため、つけ合わせは圧倒的にジャガイモが多く、ステーキ・フリット、ロースト、ビュレ、アングレーズなど。それが現地のスタイルであり、美味しい組み合わせなのだからあえて変えない。

料理によってプラス料金をつけているが最高でも+315円、デザートは別で525円、ワインは約3000~5000円が中心で、グラスは525円~。アルコールを含めた平均客単価は5000~6000円。人件費はぎりぎりに抑え、クロスの上に紙を敷いたり、食器は耐久性のある実用的でリーズナブルなものを揃えるなど経費も抑え、その分、料理にコストをかけている。価格、ボリューム、料理スタイル、いずれもシェフの太っ腹な性格ゆえの豪快さがこの店の魅力である。

ルセット・143ページ



Pâté de campagne
田舎風お肉のパテ

シャルキュトリー的な料理は必ず2~3品提供しており、このパテと鶏白レバーのムースがオープンからの定番。パテは、今回は豚ノド肉、肩ロース肉、鶏レバーを使ったが、豚のバラ肉やスネ肉、鴨など肉の種類はアレンジしている。冬場はジビエの鹿や鴨で作るパテも定番。



Jambon de Bayonne et rillettes de canard
バイヨンヌの生ハムと、鴨と豚のリエット

パテと同様に人気があるシャルキュトリー。生ハムというとパルマ産やスペイン産が主流なので、バイヨンヌ産は珍しくて喜ばれる。塩味、脂の甘味のバランスが良く、厚めの手切りにしたほうが美味しい。+210円。



Salade de gésiers de canard
鴨の砂肝のコンフィのサラダ

砂肝は焼き鳥で日本人になじみがあるので、内臓料理のなかでも抵抗なく食べやすいことからよく出る。皿一面に敷き詰めたサラダの上に、クルミとベーコン、エシャロットと共に炒めた砂肝のコンフィをのせている。ワインとの相性が特に良く、男性に受けが良い。+105円。