

「毎月新聞」(はんしん)はリトルスターが発行している新聞です。

毎月新聞 ご*ばん

第109号 第109号

2013年6月

ふだん着の♪♪
Little Star Rest
リトルスター・レストラン

シーグラス
サマードク!!

夏
ドリンク!!

とヨリ
ヒカツ!!

甘がぶな
「ラム酒」
「梅酒」
「モンチーロ!!

じ めじめ、むしむし、夏の暑
さにバテてはいませんか?
リトスターの自家製の果実酒
やソロップで作ったひんやりドリンクで、
夏を爽やかに乗り切りませんか?
まずは、夏バテと言えば梅!
開店当初から毎年漬け続
酒「ジンジャー」は甘すぎず酸っぱすぎず、ジ
ンジャーの辛味が効いて大人のカクテルです。
レモンチエッロはレモンの香りが鮮烈な、どうりと甘い
果実酒。ソーダ割りがオススメです。
自家製ミックスフルーツ酢
フルーツビールに、ビールの苦みに甘さと酸味が加
わって、地ビールみたいな飲みやすさ。酢の力って素晴らしい!
そして今の時期だけの「自家製甘夏はちみつ」は、ソ
ダで割つても、お酒で割つても、いい感じ。甘すぎない
甘夏とほちみつの風味が、疲れを癒す美味しさです。
リトスター、爽やかな夏がやって来ていますよ!



あひぐ当店人気の梅酒!!
梅酒ジンジャー!!
やさしい味が非常好的にあります!!
はちみつ甘夏!!

小星★人語

想像力、というものが人生において一番大切なものだと思う。それは人間関係においても大切だし、仕事の上でもなくてはならない。そして人生の「無駄」と思われるような「豊かさ」を担う部分で想像力は最もキラキラと光り輝く。ところが最近何かにつか思うのは、世の中に物事をパトーン化し、マニュアル化し方程式に当てはめ、思考を停止して事務的に処理する。それはある時は非常に有効では必要なときも多いけれど、有意義ではない気がする。少なくとも豊かさを感じられない。効率化は経済的な収益を上げるかもしないが、本当の意味での豊かさはそこにはない。少なくとも私にとっては▼小説でも漫画でも映画でも、作り手がサービス精神旺盛すぎて、言い過ぎる、説明しそぎる。なんとも「つまりらか」にされそぎる。「言わぬが花」「陰影礼賛」「ここから先は想像にお任せします」見えそうで見えないその先に、想像力を駆使して自分を豊かにする何かがある▼見えるものが多すぎて、見えないものに想いを馳せる力が衰えていくのは恐ろしい。明日明後日、一年後五年後五十年後、自分の生きているうちの将来は見据えても、その先の未来を想像しないのはいかがなものか▼今日と未来はつながっている。今日食べたものが自分のからだを作るように、今の私が未来を作るのだ(麻)

苦いは旨い、大人味。
ナムルに、サラダに
ゴーヤで夏酒はいかが？。

温か

うやく本格的な夏が目の前に迫ってきています。リトルスター・レストランではもうすっかり始まっていますよ。夏を代表する野菜のゴーヤメニュー！

が、使うのはちょっと洋風にオリーブオイルで。大葉と蒸し鶏に隠し味の醤油を少し。サラダなのでもりもりゴーヤが食べられます！

そんなゴーヤメニューにあわせるお酒にこちらの夏酒はいかがですか。宮城県から愛宕の松純米吟醸「ひと夏の恋」。グレープフルーツのような爽やかさの中にほんのり感じる優しい甘み。夏と言えば恋愛も恋愛進む季節ですからねキュンときますね。まあゴーヤみたいなニガイ思いに気をつけて…なんちやつて。（のだみ）



 リトル・レスラー - グレーフィッシュニ - 暇な「リト・コレ!」

ごはん食べな方にモ、お酒食べな方にモ ぶらいくお召し上がり下さい!!
豪華料理屋のお店として当店自慢のメニューの数々をぜひお召し下さい!!



どんな含キとあらでても、どんな味つきでも、なんなくまるめじゅうじゅうになみしこびすよきばんじ、ええ、肉ばんじ(笑)。

の肉たんこは、これいと大きくて
よそ行きの味なのだ。

私のお箇めは、お店特製の「バイズ」入り、「肉だんご」、茄子、かぼちゃのスパイストマト煮込み。大きな肉だんごは一度油でからりと揚げ、旨味を閉じ込める。そしてほんのりスペイスクがきいたトマトソースでコトコト煮込む。このソース、それはそれはご飯に合う! ガツツリ肉だんごといつぱりトマトソースで暑い夏も元気に乗り切るのだ! (はま子)

肉だんご
…なんて
素敵すがたな

「煮」、「オイスターソース煮込み」など、旬の野菜とともに煮込み、お腹いっぱいにしててくれるだけじゃなく、心も体もほっこり温めてくれる。

ごろりと大きい、肉だんご。
おなかは、いっぱい。
心と体は、ほっこり暖まる。

うさん
おがず



テーブルに乗せられた椅子をおろし、
お店の佇まいを整えていく。人の動線
を意識しながらテーブルを配置し、ゲ
ラフでテーブルがあれば、脚をいじつ
て即真す。洗面台周りの蛇口などはよ
く磨いて光らせておく。カウンター
に並んでいる本はキッチンと姿勢を正
しているか、レジ周りの雑貨やお菓子
は素敵に並んでいるか、花や植物の顔
色はよいか…。

六月で九周年を迎えたリトルスター
レストラン。毎日ほぼ同じプロセスで
二時間たっぷりかけて開店準備が行
われる。スタッフになって早六年目
を迎えた自分が、「一段取り」を覚え
「本当にいい仕事とは」とのバランス
に四苦八苦し、後輩スタッフから学ぶ
ことも多い今日この頃。

最近はドリンク準備と仕込みを自
分が担当し、アルバイトさんに朝の清
掃をお願いする。が、それでも時たま
清掃をする機会があると、隅から隅
手を抜かずに拭き掃除をする。基本に
立ち戻ること、やはりそこから学ぶ
ことは多い。

いつも思うのは、お客様がいらして賑
わうほど、そこにはいいリズムが生
まれて、店内にも艶ができる。「場」で
も「モノ」でも「人」でも、使うこ
とで生まれる艶なのだと思う。その
「場」をいかに素敵に準備しておける
か…心を込めて作業する。その時間
が好きだ。

18 開店準備

朝、お店の大きな窓を一箇所開け
ると、風がびゅう通り、新しい
空気が入ってくるのがわかる。床面
やテーブルの感じで、昨夜どのくらい
振ったのか想像する。ナットやチ
ヂミのかけらが転がっていてびっくり
することもあるが、振ったのであ
れば、実に何よりである。

お店の時計の時間を合わせ、キッチ
ンスタッフがすぐに仕込みに取り掛
かるよう、漂白されたダスターは
よく洗って使いやすい配置で並べる。
店内の掃除機がけは特に念入りに。こ
こで手を抜くと、小さなチリが行つ
たり来たり…水モップがけで泣くこ
となる。掃除機でどれだけ綺麗に
しておくかが、水モップがけをスムー
ズにするコツだ。

当う見聞 読



直なやしさや愛しさ…ああ、
そうか、そんな風に歳をとつ
ていけばいいんだよなと、い
つまでも僕にとっては唯一の
アイドル、それが佐野元春（お

「ZOOEY」

佐野 元春 (Daisymusic)

09 餃子は焼きが勝負!



ごとうはる

餃子の美味しさの決め手は、焼
き方にあり。ラーメン屋さんの厨
房でアルバイト経験のあるツレイアが伝
授してくれた、餃子の上手な焼き方。

まず、フライパンを強火で熱します。油
はひきません。熱くなったフライパンに
餃子を並べます。全部並べたらお湯を流し入れます。お湯の量は、
すべての餃子が下から数ミリ程度水分に浸かるくらい。意外と多い
です。このお湯が沸騰したら蓋をします。水分がなくなるまで数分
蒸し焼きにします。水分がなくなったら火を中火へ中弱火に弱め、
全体にごま油をまわしかけます。火が強いと焦げるので気をつけ
て。フライパンを揺すって餃子が動くようになったら、ひっくりかえ
て焼き上がり。きつね色に香ばしく焼けた餃子が完成！テフロ
ン加工のフライパンの方が失敗しにくいです。冷凍餃子だってうまく
焼けていれば、ごちそう！ぜひぜひ、おためしあれ。



little-star.ws



info@little-star.ws



@little_star_ws



/ little.star.restaurant



ふじん着ラジオ

Little Star Restaurant
リトルスター・レストラン/Mitaka, Tokyo

address

〒181-0013 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

0422-45-3331

★ holiday 毎週月曜日+不定休

hours 営業時間



ランチ・タイム 11:30～14:30 (土日祝 12:00～15:00)

にぎやかな食食屋さんの時間。

定番メニューは、オリジナルブレンドのカレー粉で作った風味豊かなチキンカレーに、国産牛・豚ひき肉で作ったお箸でたべれるジューシーなハンバーグ。日替わりメニューは平日2種、土日祝は1種類。



ティ・タイム 14:30～18:00 (土日祝 15:00～18:00)

くつろぎのカフェ時間。

三鷹の名店まほろば珈琲店で焙煎された、ほどよい苦みとコクのリトスタブレンドコーヒーに農園直輸入のリーフで丁寧に淹れる紅茶、スイーツに軽食、もちろんあります。



ディナー・タイム 18:00～24:00 (日祝～23:00)

酒と肴とごはんの時間。

定番の家庭料理を丁寧に作ると、それは「ふだん着のごちそう」になります。「酒と肴」と「ごはんとおかず」。ご予約制のコースメニューもおススメ!



map



● 07/08月のお休み

毎週月曜日は定休日、毎月恒例月イチ連休、7月は15日(月・海の日)～16日(火)、8月はお盆休みを12日(月)～14日(水)、でいただきます。みなさんにはご迷惑をおかけしますが、なにとぞよろしくお願いします。

07月: 1(月) / 8(月) / 15(月) / 16(火) / 22(月) / 29(月)

08月: 5(月) / 12(月) ~ 14(水) / 19(月) / 26(月)

その他、予定などはホームページ、またお電話で直接お問い合わせ下さい。

● 宴会、パーティ、ご予約承ります!

さてさてそろそろ夏ですよ! 誰かを誘っておいしいごはんもいいね! と当店でもコースや貸切のご予約を承っております。コースメニューは4名様以上、お料理は2500円より承ります。ボリューム重視、質重視、ご予算に応じて、旬の食材を中心に、その都度メニューをお作りしています。お好きなメニューのリクエスト、飲み放題、デザートなどもあわせてご相談下さい。また貸し切り宴会も承りますので、店頭、もしくはお電話でお気軽にお問い合わせ下さい。

● 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、キッチンをがっちり任せられる社員スタッフを募集しております。人をおもてなしするのが好きな方、未経験でもやる気と謙虚な姿勢を持っているいらっしゃる方なら大歓迎! 詳しくはホームページ、店頭チラシをご覧下さい。



今年の梅雨は長いらしいし、その後夏は暑いらしい また夏が来るんだなと、さてどんな夏になりますか?いやいや、積極的に攻めていきたい夏ですね! (ガラにもなく ... 苦笑) (お)

「リトスタぼっけ」ご案内。

当店では東日本大震災で保護者を亡した子供たちのための奨学金「毎日希望奨学金」への募金を募っております。ひと口300円以上募金して下さった方には「リトスタぼっけ缶バッヂ」や「リトスタ米ぬか石けん」もプレゼント。みなさんのあたたかいお志、こつこつ長~くよろしくお願いします。

