



# 来

たる六月一日、リトル・スター・レストランは開店一周年を迎えます！

お茶を出す手も震えているような素人だった私たちが、何とか一年間がんばることができたのも、普段から来店して下さるお客様方のおかげです。いつも本当にありがとうございます。もちろんお店は開店から一年、やっと



## リトルスター！レストラン

### おかげさまで

### 一周年です。

スタートラインに立つことができたところ。これからもより皆様に愛される「リトル・スター・レストラン」を目指して日々努力していくつもりです。これからもスタッフ共々、よろしくお願い致します。

なお、開店一周年を記念して、お店ではちょっとしたプレゼントを考案中。お楽しみに、ご来店下さいませ！（麻）



# 毎月新聞ごはん

第 1 2 号

2005年5月

発行者

リトル・スター・レストラン

インターネット無線スポット

FREE SPOT

あります。

「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。



リトル・スター・レストラン  
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

当店の定番メニューはもう味わっていただきましたか？▼ランチの定番ハンバーグ。ケチャップをベースにした家庭的なソースで、お箸で召し上がっていただきます。大人からお子様まで

安心して召し上がっていただける味わいです▼同じランチの定番チキンカレー。新鮮なスパイスをブレンドした当店オリジナルのカレー粉で作っています。家庭的な味なのに、スパイスの香りもするところがポイントです▼夜の定番、厚焼き卵は、卵五个を使って甘く焼き上げます。冷めてもおいしくいただけます▼ポテトサラダは、ただマヨネーズとあえるだけではおいしくありません。隠し味は秘密です▼自家製がんもは生薑醤油と揚げ出し、二つの食べ方が選べます。日本酒や焼酎のおつまみにピッタリ▼みんな大好き鶏の唐揚げは、二度揚げしてカリッとジューシー。おかずにもおつまみにもよし▼気分がでっくる冷奴は薬味が命。薬味の種類は日替わりですが、常に薬味はたっぷりです▼豚の角煮は一晚かけて煮込みます。蒸して仕上げるので、お肉が柔らかくなるのです▼レバーと砂肝の前菜は、ごま油で仕上げる風味が命のおつまみ。飲む前にレバー、というのが体にもいいそうですよ▼開店から一年、定番メニューはこれからも健在です。お気に入りのメニューを見つけていただければうれしいです。二年目のリトル・スター・レストランを、これからもどうぞよろしく！（麻）



「年  
前、少し独特なコン  
セプトをもったレスト  
ランの内装を手掛け  
ました。」

リトル・スター・レストランです。

そのコンセプトは、お客さんだけ  
でなく、自分たちスタッフも心地  
よく過ごせる空間にしたい。  
一言でいえばそんな感じでした。

「自分たちが心地いいこと」。

案外当たり前のことだけど、なん  
だかすごく新鮮に感じました。

例えば、来ていただきたいお客さ  
んのキャラクターを想定しながら  
空間をデザインする、という普通  
の方法。その手の「集客するため  
のデザイン」は、リトル・スター・  
レストランには必要無い。

先ず自分たちにとって心地いい空  
間をつくり、それに共感してくれ  
る人たちが集まってくれる。そ  
ういうお店を目指している。

きつと他所に無い、いいお店にな  
りますね。そういうお話をしなが  
ら設計や工事を進めました。

小さな  
星の  
すきま。

「一級建築士事務所」  
リトル・スター・  
レストランの  
作り方。

一級建築士事務所 エス

東京都三鷹市井の頭 1-31-28

tel: 0422-45-5990

<http://www.sp-n.gr.jp/>



IKKWAUKENCHI  
KUSHIZIMUSYO

まず、スタッフエリアを広めに。  
さらに客席と厨房が一体になるよ  
うなレイアウトを考えました。

カウンターの高さや素材も、スタッ  
フとお客さんが、落ち着きながら  
も適度な距離感でコミュニケーション  
できるように設計しています。

そして、厨房というレストランの  
基本機能だけをきちんとセットし  
て、「大きなリビングルーム」の  
ような空間をつくったところで設  
計者の役割は終わります。

その後は、彼女、彼らのチカラで  
まさに「自分の部屋」を作るよう  
に客席を仕上げていきました。

メンバーたちが汗をかくて  
塗った白い壁や、街で見つけてき  
た古い家具、好きな本、友人アー  
ティストによる作品たちがどんど  
ん空間に色を与えていきました。

完成したお店は、「心地よさ」に  
共感した人たちに着々と愛され始  
めました。そして一年。

このお店の「心地よさ」は作り物  
ではありませんね。

(一級建築士事務所エス/加藤幸彦)



## 家

庭料理のお店。リトル・スター・レストランについて「どんなお料理のお店ですか？」と問われたとき、私たちはこのようにお答えするようになっていました。

家庭料理と聞くと、「はあ？」と不思議な顔をされることもあります。確かに、家庭料理は家庭で食べるもの。わざわざ外食で家庭料理を食べに行くというのもおかしな話なのかも知れません。それでも、私たちが提供している料理は、家庭料理と説明するのが一番しっくりくるのです。

最初にお店を作ると決めたときにまず考えたのは、お客様が毎日来ても飽きないようなお店にしよう、ということでした。特別なことはないかも知れないけど、居心地が良く、友人の家のリビングに招かれたときのようにくつろげる場所がいい。自宅のリビングほど酔けた感じではなく、よそいきのように気どらなっていない場所。

小さな星のごはん、  
小さなこだわり。

vol.10

## ふだん着の、ごちそう。

そのためには毎日食べても飽きないお料理、味付けというのが必要でした。それはまさに「家庭料理」でした。豪華なお料理やおしゃれなメニューもたまにはいい、でも結局人は家庭料理に一番安心する。長く付き合っていくことのできる料理。毎日お店に通って欲しいという私たちの意図に、家庭料理はまさにピッタリでした。ただ、自分のはんではなく、お客様を招く料理であるということは忘れてはなりません。

普段通りの食卓ではなく、誰かを招いたときにつくるような、きちんと手をかけた家庭料理。よそいきの服ではなく、ふだん着で食べにきていたきたい、ちょっとしたおもしろいもの。

私たちはこの家庭料理を「ふだん着の、ごちそう」と命名しました。日本や世界の家庭料理でもてなしする、普通なように、少し普通ではないレストラン。毎日、友人を待つような気持ちで、お客様をお待ちしています。(麻)

本の  
ソムリエ

深澤圭子  
ketko jukazawa  
宮崎麻美  
osami miyazaki  
神島ゆづ子  
yuko ikematsu

★今月のお題★  
青空の下で  
読みたい本

テーマに応じたお薦め本を紹介する「本のソムリエ」。心地よいこの季節、青空の下で読みたい本は？



## 『対岸の彼女』

角田 光代 文芸春秋

hieshima's choice



## 『マリコ/マリキータ』

池澤 夏樹 文春文庫

miyazaki's choice



## 『空のうた』

おーなり由子 角川書店

fukazawa's choice

晴れ渡った青空をいつまでも飽きることなく見上げる。風がそよぎ、雲が流れ。そのうち自分がとてもちっぽけな存在に思えて、くよくよしても仕方がないような気になる。たいしたとじゃない。この空はどこまでもつながっていて、世界のどこかで誰かが、この空を見上げている。あの人も同じ空を見ているだろうか…。そうして今日も空を見上げる。

島の日差しはなぜか、とても強い。都会のそれとは全く別の力を持つ太陽が、すべてを明るく照らしている。その太陽に照らされてなおも輝く人に出会えば、恋に落ちずにはいられない。見つめればまぶしく、思わず目を細めるが目を離すことができない恋。目をつむってしまえば残像だけがそこに残る。恋の残像は、切なく、途方に暮れる。

青空を見上げて切なくなるのは幾つからなのか。もう十代の時のように空を見上げられない事を知っている三十代の女性二人が本作の主人公だ。主婦と女社長、全く違った生活を営む同い年の二人の過去と現在が交錯する。決別しかけてもお互いの中に優しみを残した時、二人の手は重なり合う。切なくとも空はいつも真新しい明日を予感させるのだ。



# 旬なお話

梅酒と梅干しを一緒に...



今年はお天気が、屋上（店長の実家の屋上）での作業は気持ちよかったのですが、終わるところにはすっかり日も暮れていました。

桜の季節も終わり、あちこちで色とりどりの花が咲き乱れる季節になりました。

先日お客様に、玉川上水沿いの桜の木に、一本だけさくらんぼがなっている木があると教えてもらいました。さっそく定休日を探してみると、ありました。あふれる緑のあいだに、きらきらと輝くルビーのようなさくらんぼ。そういうのは、うちの近くの禅林寺の桜も一本は赤い実がついていました。

立夏も過ぎ、お天気のよい日には本当初夏のような暑さで、五月晴れという言葉がぴったりです。とはいえ、この言葉、もともとは梅雨の晴れ間のことを言ったようです。今では五月に気持ちよく晴れ渡った様子に使うことが多いのかもしれませんが。

梅雨にはまだ早いですが、青梅がそろそろ旬を迎えます。梅に含まれるクエン酸には、疲労回復や殺菌効果などがあり、その効能は古くから認められています。

一昨年の五月末、私たちは大量の梅酒を漬けていました。青梅を洗い、ふいて、へたをとり、竹串で穴を開ける。やってもやっても終わらないような気がするほど、梅のはいったダンボール箱が待っていました。

昨年（店長の実家の屋上）での作業は気持ちよかったのですが、終わるところにはすっかり日も暮れていました。

昨年の六月中旬、私たちは大量の梅酒を漬けていました。お店の開店準備のばたばたで、当初予定していた五月末の仕込みができず、梅を無駄にしてしまった苦しい思い出。こんどこそ、全て漬けてもう、オープンして初めての定休日に、必死に作業しました。その前の年に引き続き、店長のお父さんにもお手伝いをお願いし、瓶詰めをしてもらいました。青梅、水砂糖を交互に入れて、焼酎を静かにそそぎます。おいしくなりますようにと祈りを込めて。

そして今年ももちろん、梅酒を漬けます。昨年はみりんをつけるソフト梅酒はつくらなかったのですが、意外と評判がよいので、本格梅酒、スタンダード梅酒と併せて漬けてみます。

お客様を迎え、おいしい食事と、心地よい空間、サービスを提供する。毎日があっという間に過ぎていきます。そんななかで、梅酒をつくる作業は、久々にみんなと一緒に何かをする、文化祭のようなイベント的な仕事です。大変ではあるのですが、楽しくもある仕事です。

リトル・スター・レストランも一周年。これからも、梅酒をつけながら、一年一年を積み重ねていくのかなと思います。（圭）



① インフォメーション

■「お店ができるまで」展やります。

一周年記念特別展示、リトル・スター・レストランが開店するまでの約半年を追った「お店ができるまで」展を6月上旬からスタートします。お楽しみに。

■「毎月新聞ごはん」置いていたてます。

三鷹ロンロンの「フルール山本」さん、南口中央通りの「古書上々堂」さん、さくら通りの「三鷹の森書店」さんにこの小さな新聞を置いていただいています。

ありがとうございます。

■ホームページもよろしく。

日替わりメニューのチェック、スタッフのヨタ話など、当店ホームページはPCでも携帯でもお楽しみいただけます。

<http://www.little-star.ws/>



編集後記

「毎月新聞ごはん」も一周年。来月からプチリニューアルの予定ですが、あまりにもプチすぎて気が付かないかもしれません（苦笑）。いやこれからこれから。（お）

至 立川 JR 三鷹駅 至 新宿

JR 中央線

コラル

中央通り

UFJ 銀行

三京 ユニオンビル 3F

フルーツの 一富士

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+Fax 0422-45-3331

●営業時間

11:30 開店 ~ 24:00 閉店

(土日・祝祭日は 12:00 開店 / 日祝祭日 23:30 閉店)

フード・ラストオーダー

23:00 (日祝祭日 22:30)

ドリンク・ラストオーダー

23:30 (日祝祭日 23:00)

●定休日

毎週月曜日