

「毎日新聞ジマム」はリトルスター・レストランが発行している新聞です。

每月新聞

た、梅シロップが初登場！ 甘酸っぱくて体にも嬉しい、ソフトドリンクです。

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

梅

酒は梅雨入り前の梅が  
よいそうですよ…とい

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

梅シロップソース

ナニナリ  
パンチのある酸味!!

三年熟成桶酒

瓶の中に三年

洪ちゃんが抜けるまで熟成させていた  
お蔵出しの果実酒!! 三種類を飲みくじべ!!

歳出に黒字酒!  
飲んでくらべ。

小星人語

から 教えられた以上のモノに、料理の完成度を上げていく努力を怠らなかつたところです。人は讃められるべく、ついそこで満足し、慢心してしまふ傾向があります、彼女には、それが無かつた。もっとできることがある、やりたいことがある、この姿勢が、人を上のステージに押し上げてくれるような気がします。▼結婚をゴールと思わずに、きっちりスタートできる、あなたならできる。クロコ、しあわせに。(麻)



little-star.ws



info@little-star.ws



@little\_star\_ws



/ little.star.restaurant

2

アジアの香り漂う味の決め手は  
スウイートチリソース！

# 酒と つまみ



**東京**はいつからか熱帯のような不安定な天候が続いていて、もう本格的な夏目前といったところでしょう。大量に汗をかくようになってくると、僕の身体が欲してくるのは、辛いもの、酸っぱいもの、甘いものといつた、アジアのティスト満載のはっきりした濃い味。街を歩いていて、アーチと漂うカレーのいい香りに食欲も出で来ます。

ここでイチオシのが、「タイ風ハーティ・チキン」。鶏もも肉を、にんにく、はちみつ、醤油、それに当店特製のカレーパウダーを加え、タイ風らしくスパイシーな味になります。

味付けをして寝かします。それを、焦げないように弱火でゆっくりと焼く。出来上がりは、ジューシーな仕上がりに。さらに決め手は、スウイートチリソース。程よくソースを絡めて食べると、辛さと甘さに、ちょっと酸っぱさも加わり、お互いにそのはっきりした味を引き立てる。暑い日々で少しバテたかなというときに、スパイシーな味わいはいかがでしょうか？

お酒はビール!!かな?それとも、自家製ドリンクもいいかな?お酒も豊富に取り揃えていますので、好みのお酒を探してみて下さいね。(くぼ太)



リトルスターコレクション —略して「リトルコレ!」

ごはん派の方にも、お酒派の方にも、お好みでどうぞ!!



## 梅

雨から初夏にかけての日照りが  
強く、深緑が発光しているかと  
思ふくらいに青々した季節、雨に打たれてすぐ育つのがゴーヤ。ゴーヤのツルをつかって日除けのカーテンが流行ったこともありますね。リトル

のランチでお馴染みの「豚巻きミンチ

」の具がレンコンときのこから、ゴ

ヤ&オクラのコンビになつたら夏のお

楽しみ逃すべからず。肉厚なゴーヤ

とオクラにくるくると豚バラ肉を巻

きつけて、からりと天ぷらにしてカ

レー塩で食す。じゅわと染み出るゴ

ヤの苦味と豚バラの旨み、カレー塩

切り口も愛らしいオクラ、じゅわんと

ゴーヤとオクラの夏野菜!!  
カレー塩でビールいだすや!!

が絶妙に食欲をそそる。切って盛り付けられたオクラの断面が星形になつて

いるのを目で愛でるもの忘れずに。ち

なみにオクラ豚巻きは一本しかつかない

ので、ゴーヤとオクラの食べる配分

に気をつけて。

お客様から「今日のオススメは?」と

聞かれれば、出来るだけ旬の野菜や

お魚を使ったメニューをお答えする

よう努めている。旬のモノは大抵その

季節の身体に良い働きをするのだ。

イキイキと色艶よく、味も美味く栄

養価も期待できる…青い苦味野菜で

夏を歓迎しませんか。(ぬまた)

月6月1日に10周年を迎えた  
リトルスター・レストラン。私が  
がホールのアルバイトとして入り、  
キッチンスタッフになってから4年  
半。飲食店で日々本当に早く時間が  
過ぎてゆくのですね。  
さてさて、ふと私は10年  
前何をしていたかな  
と。まだギリギリ  
学生でした。グラ  
フィックデザイ  
ンの専門学校  
に通い、まさ  
かその後料理  
人になるなん  
て考えもし  
ていなかっ  
たあのころ、  
それでもす  
にお酒も料理  
がおいしいお店  
に通うのも大好  
きでした。

あれから10年、私は  
少しは成長しただろう  
か?たぶんしたところと  
ダメになつたところ両方がある。そ  
のなかで料理に対してはどうだろ  
う?味覚が肥えた?知識が増えた?  
そのころ結婚する前の夫とよく行つ  
ていた自由が丘のフランス料理屋さ  
ん日本一おいしいよねって言って  
いたラーメン屋さん、生パスタ屋さ

がおいしいお店  
に通い、まさ  
かその後料理  
人になるなん  
て考えもし  
ていなかっ  
たあのころ、  
それでもす  
にお酒も料理  
がおいしいお店  
に通うのも大好  
きでした。

その21

10年を想う



ん。あの頃の自分が感動した何かを確  
かめたくてもう一度行きたいと思う  
けど、そのほとんどの店がもう無い。  
そして今そのお店に行けたとしても、  
もしかしたら同じ皿であのときの感  
動は得られないかもしれないの  
だ。あのときは確かにそ  
こに感動があったの  
に。

それでいいのだ。  
ワインのワの  
字も知らない  
あんな若造相  
手に丁寧に  
接客をして  
くれたシル  
バーブルー  
のソムリエ  
さん深夜に  
ニコニコ明る  
いお母さんの  
横でぶっきらぼ  
うにラーメンをつ  
くる旦那さん。味だ  
けじゃない、いろんな  
要素がそこに感動を産んで  
いた。

人になるなん  
て考えもし  
ていなかっ  
たあのころ、  
それでもす  
にお酒も料理  
がおいしいお店  
に通うのも大好  
きでした。

学生でした。グラ  
フィックデザイ  
ンの専門学校  
に通い、まさ  
かその後料理  
人になるなん  
て考えもし  
ていなかっ  
たあのころ、  
それでもす  
にお酒も料理  
がおいしいお店  
に通うのも大好  
きでした。

半。飲食店で日々本当に早く時間が  
過ぎてゆくのですね。  
さてさて、ふと私は10年  
前何をしていたかな  
と。まだギリギリ  
学生でした。グラ  
フィックデザイ  
ンの専門学校  
に通い、まさ  
かその後料理  
人になるなん  
て考えもし  
ていなかっ  
たあのころ、  
それでもす  
にお酒も料理  
がおいしいお店  
に通うのも大好  
きでした。

# 当たる 見開き読む

**元**々、あまりお笑いに興味がない方で  
ある。自らすすんでお笑い番組を見る  
ことは無いし、もちろんお笑いのライブにも  
行ったこともない、好きなお笑い芸人はいな  
い。でも、ツレアイが「これは録画してでも  
見よう!」と言うので一緒に見始めたら、こ  
れが滅法おもしろい。ウッチャンこと内村光  
良さんが座長のコント番組…今まで様々なコ  
ント番組があつたけれど、「ああ、バタバタやつ  
てるな」と冷めた目線で眺めるのが関の山  
だったコント番組…なのに、LIFE!では、自  
然に笑みがこぼれてしまう、大笑い、時には  
腹を抱えて笑ってしまう…さすが「人生に捧  
げる」だけあって、人生の中で一度は出会い  
そうなシーン、普遍的なイメージ、人間らしい  
感情に訴える笑い…だからなのか? 宇宙  
人っぽいけど地球人と主張し続ける総理大臣  
と追求する国会議員の、情けない感じな  
に何だかんだいって無敵のヒーロー、あうん  
の呼吸のようでたまに息が合わないア形と吽  
形、下衆な質問ばかりするゲスニックマガジ  
ンの西条氏…魅力的なキャラクターから目が  
離せません。



「LIFE! 人生に捧げるコント」

NHK (総合) 木・10:00



19  
野菜たっぷり  
生姜焼き!

コントばらまき

生姜焼きと言えば豚肉に  
たっぷり生姜焼いたれ、  
男性の皆さんの大好物…でも、  
野菜をたくさん入れて生姜焼きに  
すると、野菜もいっぱい食べら  
れるし、生姜はダイエットにもい  
いらしいし、女性にも嬉しいんですのよそこ奥さん!

ということで、国産生姜をたっぷりすりおろし、酒と醤油を1:1の割合で混ぜたものにあわせます。甘めが好みの方はオイスターソースやみりんを混ぜても。あとは炒めるだけ。豚肉を炒めて、キャベツ、ニラ、もやし、豆苗、きのこ、なんでも好みの野菜を投入してジャッジャンと炒め、少し塩胡椒をし、肉に火が通つたら、先ほど作った生姜焼きのたれをジャ  
ジャー!とまわしかけ、あおって具材とたれを絡ませます。ご  
はんにのつけるとアジア飯っぽくてグー!



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)

くつさきのカフェ時間。

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



## ぶ知らせ。

## ● 07/08月のお休み

毎週月曜日は定休日、恒例月イチ連休、7月は海の日の3連休にあわせまして20～21日、8月はお盆休みを11～14日とまた明けの15日はランチ・ティタイムをお休みさせていただいて、夜のみの営業とさせていただきます。みなさんに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: 7(月) / 14(月) / 20(日) / 21(月) / 28(月)

08月: 4(月) / 11(月) ~ 14(木) / 18(月) / 25(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!

そろそろ梅雨明け?夏はまだかな?と、みんなで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。

## ●スタッフ募集集中です!

当店では週末の夜に入るスタッフを募集しております。人を楽しませるのが好き、ごはんが好きで元気な方、いつしょに働いてみませんか!詳しくはホームページ、店頭チラシをご覧下さい。

## Clip

店長ミヤザキが「小星人語」でも書いておりましたが、当店元キッチンスタッフのくろちゃんが先日結婚式を挙げました!当店現役メンバーからはワタクシドモオーナー夫婦に沼田さん... 主力3人が出席!... それではお店がまわらないのでは?と危ぶまれましたが、その留守をみんなで守って営業... 結果的にスタッフみんなでくろちゃんをお祝い出来たこと、本当にうれしい思います、ありがとうございます! (お)



## 糸縛集行言己

10年というひとつの節目、目標を過ぎ... また新たにいかを掲げるのではなく、日々ひとつひとつ、いつも通り... いつも以上の思いで、これからも積み重ねていけばいいんだろうな (お)

## 「リトスタぼっこん」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」への募金を募っています。ひと口300円以上募金して下さった方には「リトスタぼっこん缶バッヂ」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。

