

「毎月新聞」は「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。

毎月新聞

はん

第121号

2014年6月

ふだん着のじむ

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
うことで、当

梅シロップミックス

店では既に来年のための
の梅酒の仕込みは完
了！そして昨年つ
けた梅酒、そして数
年熟成させていた
梅酒が登場です。

さらに今年は、青

梅を氷砂糖で漬け

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。

そして、ついにずっと封印されていた

果実酒が次々登場予定！8〜9年、渋

みが抜けるまで熟成させていた

「キウイレモン酒」や「あんず酒」

「プラム酒」などもお蔵出し。

時が育んだ果実の旨味、ぜひ

味わってみてください。

梅雨は梅酒！

今年や梅酒！！

梅酒も

梅りんご酢

三年熟成梅酒

瓶の底に三年！！

渋みが抜けるまで熟成させてきた

お蔵出しの果実酒！！三種類全飲くらべ！！

蔵出し果実酒！
飲みくらべ。

小星★人語

先日、元キッチンスタッフの結婚式に招待さ
れ、乾杯の挨拶もしてきました。他に挨拶
をする人もいないので、気の利いた挨拶を
一言、と、さあ何を話そうか？彼女が私
が初めて料理を教えたスタッフです。将
来調理師免許を取って福祉の現場で料理を
したい、というのが彼女の夢でした。何はと
もあれ、心を込めて美味しい料理を作れるようにな
って欲しい。そのためには小

細工は知らない、実質的な料
理の技術を身につける必要
がありました▼もともと料
理好きなだけあって、打て
は響くように、スポンジが水
を吸収するように、彼女は料
理の技術を身につけていました。教えたこ
とを教えたとおりにやる、それだけでも難し
いことです。けれど、本当に料理を自分のモノ
にするには、もうひとステージ上がる必要が
あると私は思います▼彼女の本当はすごいこと
ろは、誰に促されるでも、指導されるでもなく、
自分で考え、観察し、研究し、試行錯誤しな
がら、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
かったところです。人は誉められる
と、ついそこで満足し、慢心してし
まう傾向があります、彼女には、それ
が無かった。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
を上へ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

アジアの香り漂う味の決め手は
スウィートチリソース！
タイ風ハニーチキンで一杯。

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いか。大量に汗もかくようになってくると、僕の身体が欲しているのは、辛いの、酸っぱいの、甘いものといった、アジアのテイスト満載のはっきりした濃い味。街を歩いていて、プーンと漂うカレーのいい香りに食欲も出て来ます。

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つくと焼く。出来上がりは、ジューシーな仕上がりに。さらに決め手は、スウィートチリソース。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くださいね。(くぼ太)



「鶏のから揚げ」もおいしいけれど、夏はアジアな「ハニーチキン」がうまい!!



リトルスターコレクション — 略して「リト・コレ!」

ど派手な方にも、お酒派の方にもおいしくお召し上がりいただけます。家庭料理のお店と、当店自慢のメニューの数々をご紹介します!!



豚肉の旨みでぎゅっと巻いて、ゴーヤとオクラの夏野菜は、カレー塩でビールがすすむ!!

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とした時季、雨に打たれてすくすく育つのがゴーヤ。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ですね。リトルスターのランチでお馴染みの「豚巻きシリーズ」の具がレンコン&きのこから、ゴーヤ&オクラのコンビになったら夏のお楽しみ、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ーヤの苦味と豚バラの旨み、カレー塩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っているのを目で愛でるのも忘れずに。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時季の身体に良い働きをするものだ。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)

苦みは旨みのゴーヤと切り口も愛らしいオクラ、ゴーヤとオクラの豚肉巻き揚げば、

ごはんとおかず

先

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ものですね。

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ん

て考えもして

ていなかった

たあのころ、

それでもすでに

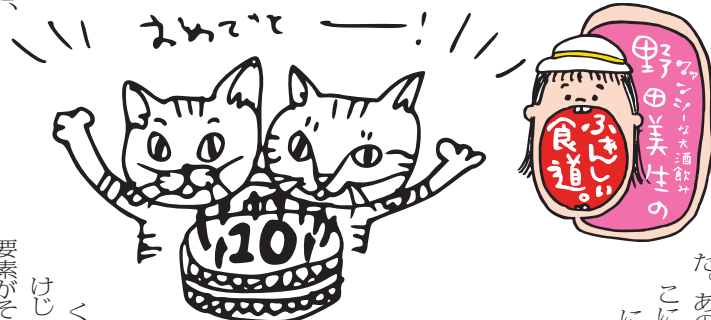
にお酒も料理

がおいしいお店

に通うのも大好き

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

横でぶっくらぼ

うにラーメンをつ

くる目さん。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。

10年前も、リトスタにいる今も、ここ

から10年後も、味だけじゃないいろ

んな事から「美味しい」を作っていく。

料理人になった今、改めて若く素人

だったあの頃の感動こそ大切にしてい

きたいなと思うのである。

元々、あん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ったけれど、「ああ、バタバタやってるなー」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、情けない感じなの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阿形と咩形、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。

当り見聞談。



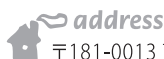
「LIFE! 人生に捧げるコント」

NHK (総合) 木・10:00



生姜焼きと言えば豚肉にたっぷり生姜焼きたれ、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よその奥さん! 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せす。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ジャと炒め、少し塩胡椒をし、肉に火が通ったら、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せす。ごはんのにのつけるとアジア飯っぽくてグー!



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 ご予約、お問い合わせはお気軽に。

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)

にぎやかな宴会屋さんの時間。

★ 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!



● 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。みなさんにはご迷惑をおかけしますが、なにとぞよろしくお願いいたします。

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!

当店では週末の夜に入れ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、いっしょに働いてみませんか!詳しくはホームページ、店頭チラシをご覧ください。



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、本当にうれしく思います、ありがとう&おめでとう!(お)



10年というひとつの節目、目標を過ぎ...

また新たに何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)

「リトスタぼきん」ご案内。

当店では東日本大震災で保護者を亡く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「リトスタぼきん缶バッチ」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〜くよろしくお願いいたします。

