

毎月  
新聞  
ごはん

第 3 1 号

2006年12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。



ふしぎな鳥のうた

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

毎日「ありがとうございました」と、お客様をお見送りします。週末には「よい週末をー」とか、「よい休日をー」となることもあります。夜遅い時間には「お帰りお気をつけて」、体調の優れないお客様には「どうぞお大事に」。うれしいのは、毎日・毎週いらっしゃるお客様に「また明日ー」「また来週ー」という挨拶でしょうか。▼来店されたことへの感謝の気持ちと、またの来店をお待ちしていることを伝える挨拶に、マニュアルはありません。何かのきっかけで親しくなったり、お話ししたお客様に、そのお客様にしか分からないキーワードで挨拶するのも楽しいものです。▼感謝だけでなく、お詫びしなくてはならない時も、もちろんあります。「お待ちたせて申し訳ございませんでした」「狭いお席ですみませんでした」。何かがあったときに、きちんとお詫びの気持ちもお伝えするのは、別れのたいせつな会話です。

木

枯らし吹く季節、家路を急ぐ...  
その前に、ちょっと寄り道して  
行かれてはいかがでしょう？

ほろりとすわ。  
心と体がぬくもる  
あたたかい酒。

リトル・スター・レストランでは、この冬からホットワインをお出しすることになりました。ほんのシナモンの香りがうれしい、じんわり甘くてあたたかいホットワインは、体の中から温まりますよ。

もちろん当店得意の日本酒も熱燗で用意できます。利き酒師の店長が、熱燗にする旨味を増す銘柄をご用意してお待

ちしています。もちろん焼酎だって厳選セレクト、お湯わりにすると芳醇な香りに酔いしれること請け合いです。

見逃せないのは、当店で漬けている「はちみつレモン」。これを淹盛でお湯わりにすると、なんとも言えない風味が増して、いい感じ。ぜひぜひオススメの逸品であります。お酒だけでなく、お食事もちろんあったかメニュー目押し。旬のあったかメニューとあったかドリンクで、冬を楽しんじゃいましょう！

▼クリスマスには「メリークリスマスー」と申し上げることも多いと思いますが、氣恥かしい部分もあるのですが、声に出して言うとなぜか楽しく、幸せな気分になる言葉です。▼そして年の最後には「よいお年をー」「また来年ー」とご挨拶します。ひとりの、またひとりと帰られるお客様に声をかけるたび、静かな幸せが心に満ちてくるのを感じました。今年もこの挨拶の季節がやってきます。来年もまた、皆さんと過ごせる幸せを願いつつ、「よいお年をー」「メ



# LSR Collection レバペースト

vol.17

レバー嫌いも

克服しちゃう?!

レバーペースト!



**料理** 人の本分は、様々なレシピや技法を覚え、料理の腕を磨いていくこと。と思っ  
ていましたが、最近はどう一つとても大切なもの  
の存在を感じるようになってきました。  
それは、「味覚を鍛える」ということ。  
どんなに調理の腕を磨いて緻密な味を表現でき  
るようになったとしても、味覚が未熟であれば  
それを判断することができません。  
最近舌のトレーニングのために、一日何回  
か塩を少し舐めるようにしています。体調が  
いいときは塩の風味や甘味までも感じるこ  
とができるのですが、体調がイマイチな時には  
尖った塩気しか残りません。寝起きや満腹時  
も思いのほか味覚が鈍ることもわかり、公平

その7 味覚を鍛える。

## クナシトナキ



# 味覚

な味覚を保つこともそう簡単なことではない  
のだなあ、と痛感しました。

そして難しいのは自分の「好みの味」があるこ  
うなこと。好みは千差万別ですから、自分の好  
みの味が必ずしもお客様の好みに合致するとは  
限りません。なので賄いの時はスタッフに意見  
を求めたり、お客様のお料理の感想を伺ったり  
して、少しずつ自分の舌をお客様の好みにシン  
クロさせられるように努めています。

舌もやはり意識することで鋭くなっているの  
を感じます。これまでも今まで以上に料理に  
対して真摯に向き合い、味わうこと。原点に  
戻り、日々の食事を楽しみつつ味覚をしっか  
り鍛えていきたいな。そう思っています。

レバーほど好き嫌いの別れる食材も、あま  
りないのではないのでしょうか。好きな方  
は「メニューに『レバー』という文字があ  
れば必ず頼む」嫌いな方は「見るのも嫌」とい  
った具合。ワタクシ(店長ミヤザキ)は前者で、  
無類のレバー好き。どうしても腹一杯レ  
バーペーストを食べたくて、作ったのが  
はじまり。生クリームとバターを使っ  
た濃厚なレバーペーストは、臭みも  
なくてレバーの苦手な方にも「これ  
は食べられるー!」とお墨付きをい  
ただいた自慢の逸品。ぜひ!

# お菓子 な日々。

さあ、家にお客さまが来ます。近所のお友達、数年来のお友達、親戚初めて来る人、小さい子供、年配の方…。お客さまといっても、十把一絡げにはできません。ともあれ、来客がある場合に、何かちょっとした飲み物とお菓子を用意したいものです。

お店を始める前、親しい友達をうちよんで、年に二〜三回、お茶会をしていました。もともとは、おいしい紅茶を友達に飲んでもらいたかったことから始めたことです。紅茶が好きなので、ついついリーフティを買ってしまうのですが、一人だと飲みすぎるのが大変。少しでも新鮮なうちにみんなに飲んでもらうことにしました。

最初の頃は、食べ物を持ちよってもらいました。作ったものでも、買ったものでもお気に入りのものでも、食べてみたいと思っていた初挑戦のものでも、何でもOK。そして私は、飲み物、つまり紅茶と、場所の提供をしたわけです。紅茶は、だいたい二〜三種類は出していました。そのうち自分の作るお菓子や料理を食べてもらいたくなって、みんなには手ぶらで来てもらうようになりました。ただ作るだけではつま

## 07: おもてなしに甘いものを。

らないので、毎回テーマを決めて、紅茶と食べ物準備しました。例えば、イングリッシュ・アフタヌーンティをテーマにした時は、サンドウィッチ、スコーン、ケーキ、そしてミルクティにあう紅茶を用意しました。他にも、ボジョレーヌーボーを楽しむクリスマススティ(クリスマススパークリング)、春のお茶会、お外でお茶会など。テーブルセッティングなどという堅苦しいことはめきに、お皿などを並べると、小さなテーブルはすぐにいっぱいになってしまいます。でもそれが、賑やかな感じで、よいいにうれしかったです。お茶会というとおおげさですが、結局のところ、みんなで楽しくおしゃべりするの、目的だったかもしれません。気の合う仲間が集まると、何時間でも話は尽きません。そこに、プラスチックの添え物として、甘いお菓子が笑顔の一端を担っていたのだしたら、それでいいなと思います。私の場合、好きでお菓子を作っていました。きつと、作ったものでなくとも、訪問者を歓迎するちょっとした甘いものが、ほっと心を和ませてくれるのではないのでしょうか。(圭)



keiko  
お菓子が下ごしらえの時  
重宝するケキスティ



### 『終末のフール』

伊坂 幸太郎 集英社

### 『素晴らしい新世界』

池澤 夏樹 中央公論新社

### 『初恋』

中原 みすず リトルモア

もしも自分が後六年しか生きられないとしたらどうしますか？この物語では六年後に地球に隕石が落ちてきて滅亡することになっている。数年前に暴動が起き、今は街は壊滅状態。荒廃した街の中、人々は必死に生きている。見通しは暗いけれど、何とか生きていこうとするぎりぎり感が感動を誘う。闇あればこそ光が射すということを教えてくれる一冊だ。

最近出会う物語には、世界はこんなに病んでいるのか？無気力なのか？愕然としてしまうことが多い。自然体も癒しもゆるい空気も、私には何だか「ほんとうのこと」に感じられない。それでも私は希望を捨てられない。今年一番心に響いた物語は、力強く、実質的で、希望に満ちた物語だった。明るい未来を祈り、そこへ向かおうとする物語。

あの三億円事件の話。けれどそれは、この作品の中では一つの出来事に過ぎない。文章は終始淡々としていて、恋愛小説というわけではなく、青春小説とも違う。学生運動が盛だった時代、主人公は世間とは別のところで生きている。けれど実は、胸の奥には熱く燃える恋が芽生えている。静かな恋ほど、熱いかもしれない。本人さえ、気づかないほど。

#### ★今月のお題★

#### 「2006年ベスト1」

これだから本はやめられない。活字中毒のソムリエたちが、今年読んだ数々の本の中で、最も夢中になった「2006年ベスト1」本とは？

深澤圭子  
keiko fukazawa

宮崎麻美  
asami miyazaki

神島ゆづ子  
yuko heshima





■新年会のご予約、承り中です。  
来年のことを言うと鬼が笑うと申しますが、来年の新年会、お決まりでしょうか？  
気の合う面々と、ま、そつでもない方々と、

年末年始休業

12月29日(金) ～ 1月8日(月)

■年末年始の営業のおしらせ。  
毎度毎度ちよっと長めのお休みをいたたい  
て申し訳ありません。誠に勝手ながら年内  
は28日まで、年明けは9日から通  
常通りの営業となります。みなさんには  
ご迷惑をおかけしますが、何卒よろしくお  
願いします。



新しい年です、新年会。お席のご予約から  
コース・パーティーメニューに飲み放題  
もちろん貸切まで、ご予約・お問い合わせ  
は、お気軽にお電話ください。

■社員・パート・アルバイトさん  
募集ですよ！

リトル・スター・レストランではこの度、  
新スタッフを募集することになりました。  
たべるのが好き、お店が好き、ヒトと接す  
るのが好きな、元気で楽しい方、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。

編集後記

慌ただしい年の瀬ですが、すでにココロは  
年末年始のお休み…実家に帰省しておも  
ちを食べて、久しぶりの友達と盃を傾ける…  
て、現実逃避(苦笑)。今年もお世話にな  
りました。ともによい年を迎えましょう(お)

## 「毎月新聞 ごはん」、置いていただいています。

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、吉祥寺通り三鷹の森ジブリ美術  
館向かいの天然酵母のパン屋さん「コミュニティ・ベーカリー 風の  
すみか」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。



今年の春から日曜日のピンポイントス  
タッフを務めてくれたかなん、来春  
大学卒業ということで、一足お先に今年いっぱいでお  
店も卒業することになりました。個人的には自分とと  
てもよく似た接客……本当に妹がいたら、かなんみ  
たいだったのかもしれないと、ええ、すでに妹が嫁  
ぐ日の朝の兄のような、そんな気にさなったりもす  
るけど(笑)。でもヨメに行っても兄妹の仲は変わりませんから、また時々兄  
の様子など伺いに来て下さいね。サヨナラは別れの言葉じゃなくて、ってな(お)



★ 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

open 11:30 ~ 24:00 (土日・祝祭日 12:00 ~ / 日祝祭日 ~ 23:00)

tel・fax 0422-45-3331 (ご予約はお気軽にどうぞ)

フード・ラストオーダー 23:00 (日祝祭日 22:00)

e-mail info@little-star.ws

ドリンク・ラストオーダー 23:30 (日祝祭日 22:30)

holiday 毎週月曜日 + 不定休

PC でも携帯でも

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

