



二〇〇七年六月一日、リトル・スター・レストランは、おかげさまで三周年を迎えます。「石の上にも三年」とは申しますが、振り返ってみれば苦労よりも楽しかったことの方が多かったように思います。特に、「ふだん着のごちそう」という地味なコンセプトの当店、しかも三階という非常に入りにくい条件の中、たくさん

リトルスター・レストラン、 三周年です。 おかげさまで



のお客様が来店されるようになったことは、私たちの心の支えになっています。これからも「三鷹に輝く小さな星」目指してがんばりますので、三年目もどうぞご贔屓に、よろしくおねがいします！なお、毎年恒例、開店三周年を記念した「例のもの」をプレゼントする予定。なにより次第終了となります、今年は週末ですので、どうぞお早め。



毎月 新聞 ごはん

第 3 6 号

2007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



「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。



小星★人語

「とにかく、三年ですね」。お店を始めると話す、たいいの先輩方はそう言いました。うまく軌道に乗せるにも、見切りを付けるにも、仕事に慣れるにも、三年ぐらいやらないと分からない。

い。その時は「そんなものか」と思ったけれど、オープンから三年、何かが分かったかという、分かったような、何も分かっていないような▼たとえば雨降りの水曜日、今日はきつと暇だろうと落ち込みつつ油断していると、なぜか次々お客様がやってきて大にぎわい。かと思えばお給料日の週末、みなさん浮かれて飲みにいらしやるかと待ち構えていると、閑古鳥が鳴いたりする。お客様の行動パターンは、なかなか分かりません▼お客様の顔はすいぶん分かるようになりました。毎日、毎週いらっしゃるお客様、気さくに声をかけてくださるお客様、旅行に行くとお土産をくださるお客様、来店される頻度は低くとも、開店当初から変わらず来店し続けてくださるお客様…一年目、二年目と徐々に増えてきたいつもの顔は、私たちが日々お店を動かしていく力になります▼「友達紹介で」「噂を聞いて」なんて口コミでいらっしゃるお客様も増えました。心を込めればちゃんとお客様に伝わるのだということも分かりました▼ともかく、分かっているのは、お客様があつてのリトル・スター・レストランだということ。四年目からも楽しくやっていますので、どうぞよろしく(麻)



リトルスターレストランと

常連・オブ・ザ・イヤヤー受賞者に伺う



「ふ だん着の、ごちそう」のコンセプトをそのままに、ランチは皆勤の週がほとんどなほど、リトスタご飯を常食しています。パーソナルベストは週8食。「ふだん」にもほどこがあります（笑）。ダシ味濃厚のお味噌汁、胚芽のつぶつぶが嬉しいご飯、自分では今後とも決して作らないであろう手のこんだ揚げ物など、それらがいつも決まったレイアウトで丁寧に並べられ、「正しく美味しいお昼ご飯」を味わえます。旬を意識したメニューづくりも、私の胃をとらえて離しません。中でも心に残るのは、昨年秋に登場した「新さんまとキノコの天ぷら」。サクサク衣にふっくらジューシーな中身…、ん～美味しかった～！今秋のアンコール登場、期待してます。

さて。問題はこんなにリトスタ依存をしていると、お店が長期休暇の際に「お母さんに家出された子供」状態になってしまうこと。「早く帰って来て、ご飯をつくって！」と、首を長くするばかりなのです。

2006年度常連・オブ・ザ・イヤヤー O嶋さん

常連・オブ・ザ・イヤヤーとは、その年に初めて来店されたお客様の中で、もっともリトスタ・レストランに通い詰め、愛してくれたお客様に贈られる賞。賞金も賞品もなく、ただ当店スタッフ一同に感謝されるだけ、という賞です（笑）。

今回は栄えある（？）この賞の、各年の受賞者の方々にリトル・スター・レストランと私」ということでお話をお伺いしました。快くお引き受け下さった受賞者のみなさんありがとうございました！

昨年、仕事環境が大きく変わって疲れ気味だった自分、リトルスターの皆さんに笑顔で迎えていただき、カウンター席で渾身のメニューを味わうのが大きな楽しみでした。もともと一度ハマるとそればかりという性格の私。三鷹在住だったこともあり、通い初め週1回だったペースは自然と週2回、3回と増してゆき、数ヶ月後のある週に全営業日皆勤を達成しました。通い過ぎ？ という反省もかすめつつ、おいしいごはんに向かう気持ちはとどまることを知りません。その後ランチに訪れディナータイムに再び舞い戻るという変則技も披露。残るはランチタイム・ディナータイム・ディナータイムの同日制覇、いわゆるリトルスター・ハットトリックであろうと誰もが予想していた矢先、残念ながら私は引越して三鷹から離れることになったのでした。当面偉業はお預けです。

2005年度常連・オブ・ザ・イヤヤー Kさん

リトルスターを知ったのは、開店した日。職場の部下に「吉川さんの好きなお店ができたわよ。」と言われ、早速その日の夜に一人で足を運んだ。まず生ビール、そしてワイン。どちらも非常においしく「ワァいけるー」という感じであった。また、つまみもおしゃれに盛り付けられ、味もまたよし。家庭的でおしゃれ…、多分店長のお母様の意気がかかっていたのかもしれない。

それから、毎日のように昼時訪れることとなった。置いてあるこだわりの本を開き、昔懐かしいコーヒークップでコーヒを飲むのが日課となった。そこでは、友だち三人で始めるに至った話も伺い、他にはない経営手腕のあることも知り、すっかりリトルスターファンになった訳です。それから家族や友だちと夜訪れたりもした。

リトルスターの特徴は「昼休みなし」と、どの時間帯でも「貸し切り」ができること。（注）ですから、時には職場又趣味の仲間の集まりの飲み会を貸し切りで行った。また、何十年振りの同窓会も催したりもした。

四年目を迎え、メンバーも増えてよかった良かった。十年目の金バッチと大きな夢でしょうか「映画館」ができることを楽しみにしています。

2004年度常連・オブ・ザ・イヤヤー
古川 瞭子さん

お菓子 な日々。

お菓子を作っていて、いまだにおもしろいなあと思うのは、できあがり素材とは全くかけ離れた代物になっていることです。もちろん、料理も見ただけでは何が入っているのかわからないものや、形が変わるものもあります。でも、たいいていその原型がわかります。例えば、ハンバーグといえは、お肉でできているということはあきらかです。例えば、パウンドケーキを初めて知るとしたら、それが小麦粉とバターでできているとはわかりません。スポンジケーキやメレンゲは卵を泡立てているうちにどんどん膨らんで、まったく違うものになっていくのが不思議で、楽しくなっています。

前回、楽しんで作るとおもしろい、と書きました。それは、何を作るか考えるところから始まって、作っていく過程（どんな形を変える生地）、見栄えも味もうまく出来上がった時と、いろいろな楽しめがあります。

私がお菓子を作る時、機械は使いません。卵や生クリームの泡立てに電動のハンドミキサーを使いますが、それ以外はほとんど使いません。だから、一回に作れる量も限

12: おいしくなあれ

度があり、その結果、頻繁にお菓子を作らなければなりません。それでもあえて、私は手作りにこだわります。スコーンはフードプロセッサーを使うと早く、簡単にできるからです。でも、あの、手で混ぜて、折りたたんでいくのが好きです。バターをホイップするのに、ハンドミキサーを使うと早いと言います。でも、手ですっかり空気を含ませていく感じが好きです。そうやって手間をかけたお菓子のほうが、私が作ったお菓子という自負と愛情が生まれるような気がするのです。お客様がおいしそうにお菓子食べているのを見て、手間をかけてよかったと思います。

そして、一番大切なこと。作りながら、おいしくできますように、とおまじないのようになで唱えることです。それはどちらかというと、絶対おいしく作る！という思いに近いかもしれません。それには、楽しんで作ること。暗い気分で作ったお菓子は、まずいに違いありません。だから逆に、気分が落ち込んでいる時もお菓子を作っていると元気になるれます。出来上がりを想像して、お客様の笑顔を想像して、今日もお菓子を作ります。(圭)



お菓子作りは、
りょうか仕事です。



深澤圭子
keiko fukazawa
宮崎麻美
asami miyazaki
神島ゆづ子
yuko kishima

★今月のお題★
「おでかけ
したくなる本」

インドア派(？)本のソムリエたちは、
何に誘われ外へ出るのか？本のソム
リエの「おでかけしたくなる本」とは？



『東京夜話』

いしいしんじ 新潮文庫

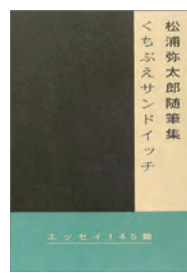
小さな物語が好きだ。そっと箱にしまっておきたい
ような。ちょっとずつ読み進めることに散歩したり
昼寝をしたり。物語の主人公達は千差万別。ごみ清
掃員に浪人生といった青年だけではなく、犬やクロ
マグロにシロザケといった動物達さえも物語の上を
すーと歩いて行く。いつのまにか彼らと共に路地
裏を歩いている気分になされてくれる短編集なのだ。



『こぐこぐ自転車』

伊藤礼 平凡社

自転車は楽しい。風をきいて走る感じも、気軽に
乗れるところもいい。その気になれば遠出もでき
るし、近所を散歩するだけでもいい。環境にも優
しいし、モノとしても可愛いし、自分でこがな
くちゃ動かないというのもいい。定年を間近に控
えて自転車に目覚め、古希・還暦の仲間と今日もこ
ぐこぐ、と言われたら、負けてはいられない！



『くちぶえサンドイッチ』

松浦弥太郎 DAI-X 出版

「日々の日常雑記を、くちぶえを吹くような軽い心
持ちでこつこつ書き続けた」とある。私が松浦さん
の文章を好きなのは、こつこつの人だからかもしれ
ない。この本を読むと、くちぶえを吹きながら軽い
心持ちで散歩にでかけなくなる。そして、緑がまぶ
しい公園で、芝生にべたりと座って、またこの本を
広げる。うきうきとした気分浸って時を過ごす。



■6月の連休のお知らせ。

6月は次の日程で連休をいただきます。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たします。

6月17日(日)～18日(月)

■三周年記念特別展

「No T-shirt, no life! '07」

今年も開催ですー!

昨年当初のオリジナルTシャツ発売を記念して開催した「No T-shirt, no life!」展。Tシャツ共々、大変ご好評いただきましたが、今年も新作Tシャツをひっさげて、フタタビ開催いたしますよー!



編集後記

来月は毎年恒例のプチリニューアル号。プチではないですけど、それでもなかなか大変なものなのです。わかってね(苦笑)(お

タッフ一同、先日深大寺でお蕎麦をたべたりお寺を散策したり「買い食い」をしたりと楽しい撮影会を行いました。いつものスタッフ、新スタッフのあんな顔やこんな顔もお楽しみいただければ幸いです。もちろん新作Tシャツの方も、素晴らしい出来栄でありますので、是非ともよろしくお願いたします。

■「毎月新聞ごはん」

バックナンバーフフェア開催。

すでに3年、36号を数えます「毎月新聞ごはん」。はじめてのバックナンバーフフェア開催です。お手元がない号、ゲットするまたないチャンス! お見逃しなく!

「毎月新聞ごはん」、置いていただけてます。

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けています。ありがとうございます。



GW 中唯一のお休みは、護国寺で開催されたチベットのフェスティバルに行ってきました。当日は息災護摩という厄よけのお祈りの儀式がメインイベント。わざわざ来日した高僧がお経を読み、楽団がそれにあわせラッパや鐘を鳴らし、いろんなお供え物が燃やされていく...そんな様子を2時間以上も飽きもせず見ていると、なんだか心がとても落ち着いてくるような気がします。日々忙しいのはどうしても仕方がないから、でもそんな時間を少しでも持つようにしなくてはと思った一日でした(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/

