



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ところの方が多いなと思います。

特に、「ふだん着のじょうそう」という意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



新聞 ごはん

第36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



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。



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

「とにかく、三年ですね」。お店を始めるとき話すと、たいて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。その時は「そんなものか」と思つたけれど、オープンから三年、何が分かったかというと、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、今日はきっと暇だろうと落ち込みつづけ断していると、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っしゃ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▼お客様の顔はず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▼「友達の紹介で噂を聞いて」なんと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きますので、どうぞよろしく(麻)



常連・オブ・ザ・イヤーとは、その年に初めて来店されたお客様の中で、もともとリトルスター！レストランに通い詰め、愛してくださっ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）。

常連・オブ・ザ・イヤーとは、その年に初めて来店されたお客様の中で、もともとリトルスター！レストランに通い詰め、愛してくださっ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）。

ありがとうございます！

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っかりという性格の私。三鷹在住だったこともあり、通り初め週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。通り過ぎ？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事を知りません。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、残念ながら私は引っ越しで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・イヤー Kさん



常連・オブ・ザ・イヤー受賞者に伺う

「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、期待しています。

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・イヤー O嶋さん



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。まずは生ビール、そしてワイン。どちらも非常においしく「ファイerner！」という感じであつた。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氣がかかっていたのでしよう。

それからは、毎日のように昼時訪れることがととなった。置いてあるこだわりの本を開き、昔懐かしいコーヒーカップでコーヒーを飲むのが日課となつた。そこでは、友だち三人で始めるに至つた話も伺い、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つた訳です。それからは家族や友だちと夜訪ねたりもした。

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」ができる事。（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つた。また、何十年振りの同窓会も催したりもしました。

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

2004年度常連・オブ・ザ・イヤー 吉川 瞳子さん

お菓子

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、できあがりが素材とは全くかけ離れた代物になつてゐることです。もちろん、料理も見ただけでは何が入つてゐるのかわからぬものや、形が変わるものあります。でも、形が変わるものもあります。でも、たいてい、その原型がわかります。例えば、ハンバーグといえば、お肉でできつて、ということはあきらかです。例えば、パンドケーキを初めて知るしたが、それが小麦粉とバターでできているとはわかりません。スポンジケーキやマーレンゲは、卵を泡立てて、うわちにふんぶん膨らんで、まったく違うものになつて、いくのが不思議で、樂しくなつてきます。

前回、樂しんで作るとおいしい、と書きました。それは、何を作るか考ふるといふから始まって、作つていく過程(なんどん形を変える生地)、見栄えも味もうまく出来上がつた時ど、いろいろな楽しみがあります。

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パ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



お菓子作りは
けこう簡単です。

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、手で、私は手作りにこだわります。スコーンは、パンドロッセサーを使つて早く、簡単にできます。でも、あの、手で混ぜて、折りたたんでいくのが好きです。バターを溶かすのに、パンドミキサーを使うと早いと言います。でも、手でしつかり空気を含ませていく感じが好きです。そうやつ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を食べているのを見つけて、手間をかけてよかつたと思います。

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心で唱ふことです。それはどちらかといふと、絶対おいしく作る!といふ思いに近いかもしれません。それは、樂しんで作ること。暗い気分で作ったお菓子は、まずいに違ひありません。だから、逆に、氣分が落ち込んでいる時も、お菓子を作つてみると元気になります。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)

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、手で、私は手作りにこだわります。スコーンは、パンドロッセサーを使つて早く、簡単にできます。でも、あの、手で混ぜて、折りたたんでいくのが好きです。バターを溶かすのに、パンドミキサーを使うと早いと言います。でも、手でしつかり空気を含ませていく感じが好きです。そうやつ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を食べているのを見つけて、手間をかけてよかつたと思います。



深澤圭子
宮崎麻美
稗島ゆう子
yuko_hisemura
keiko_fukazawa
asami_miyazaki



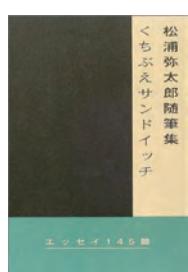
hieshima's choice

『東京夜話』
新潮文庫



こぐこぐ自転車
伊藤礼

『こぐこぐ自転車』
伊藤礼
平凡社



『くちぶえサンドイッチ』
松浦弥太郎
DAI-X 出版

小さな物語が好きだ。そつと箱にしまっておきたいよ。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、自分でそ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じぶじぶ、と言われたら、負けてはいられない!

自転車は楽しい。風をきつて走る感じも、気軽に乗れる感じも、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、自分でそ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じぶじぶ、と言われたら、負けてはいられない!

日々の日常雑記を、ハーモニカを吹くよいな軽い心持ちでじつじつ書き続けた」とある。私が松浦さんの文章を好きなのは、じつじつの人だからかもしれません。この本を読むと、ハーモニカを吹きながら軽い気持ちで散歩にでかけたくなる。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に浸つて、時を過ごす。

★今月のお題★

「おでかけしたくなる本」

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

fukazawa's choice

松浦弥太郎隨筆集
くちぶえサンドイッチ

エッセイ 145



■ 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。みなさんにほど迷惑をおかけしますが何卒よろしくお願いいたします。



6月17日(日)～18日(月)

■ 11周年記念特別展
「no T-shirt, no life! '07」

今年も開催です！

昨年当店初のオリジナル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(?)好評いたしましたが、今年も新作Tシャツをひっさげ、フタバを開催いたします！
今年は和風なデザインでござります！

編
後記

来月は毎年恒例のブチリニューアル号。ブチでしかないんですけど、それでもなかなか大変なものなのですよ、わかつてね(苦笑)(お)

■ 「毎月新聞 ごはん」
バックナンバーフェア開催。
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ェア開催ですよ！お手元にない号、ゲットするまたないチャンス！お見逃しなく！

タッフ一同、先日深大寺でお蕪をたべたりお寺を散策したり、買い物をしたりと、楽しい撮影会を行いました。いつもスタッフ、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、素晴らしい出来栄えでありますので、是非ともよろしくお願いします。

「毎月新聞 ごはん」、置いていただいてます。

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いています。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、いろいろ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)

e-mail info@little-star.ws

holiday 毎週月曜日+不定休 PCでも携帯でも▶▶▶ <http://www.little-star.ws/>

