

新聞ごはん

第 67 号

2009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。



小星人語

「厳しい冬の寒さも、体の中から温まれば、少しは樂しめるかも?」
といふことで、リトル・スター・レストランではこの時期、心も体もあつたまゝ自家製オリジナルドリンクをご用意しています。

「つかりん」、そしてビタミンCたっぷりのみずみずしい国産レモンをはちみつ漬けにした「はちみつレモン」。どちらもそのままお湯で割って「はちみつかりん茶」は「ちみつレモン茶」としてもお召し上がりいただけますし、焼酎や泡盛とお湯割りにしてもまた、さらに体の温まるあつたかドリンクになります。

それから一年以上漬け込んだ「まんかん酒」も、そろそろ飲み頃になります。自家製果実酒は、そろそろ、できあがり次第色々とお目見えの予感。。

今ならではのリトスタ特製あつたかドリンク、売り切れ御免！ ですので、ぜひ味わいにいらして下さいね。

当のことは、人を動かす力があります。青臭くても、かっこ悪くても、本當だと思ふことを、本気でやること以上に素敵などなど無い。こうやって毎月新聞を出し続ける、本当の言葉を紡ぎ、発信し続けることは、努力も大きければ責任も大きい。だからこそ楽しさも大きい。来年も本当のことを伝える新聞と、お店でありたいと思います。来年の瀬に、来年の抱負でした！（麻）

ると思うのね。一方は『本当のこと』を知りたい』といふ人。もう一方は『いいじやん、本当のことなん』といふ人。私は、本当のことを知りたい人間なんです』…ということを、矢野顕子さんが某番組でおっしゃっていました。その言葉を聞いた瞬間、私の中で色々なことが、合点がいきました。私も本当のことを知りたい人間だな、自分の中の、そして人間としての、本当のことを見つめていきたい。目をそらさずに、大切に生きて生きたいのだ、と、本当にこのまま、へきかた「ゴボうき」す。

ここで書いた「選んだのは、職業ではなく、生き方だった」という心からの言葉に、編集者さんが共感してくれたことだったと思います▼「私は人間には二種類の人間がいます

今年も終わるうとしています
が、思えば今年は当店の本「リ
トルスター・レストランのつくり
かた。」の出版決定から始まりま
した。当店ができるまでと、で
きてからの奮闘記、そして生き
る上につけて云々を本。この本の企画が



18 冬が旬でしょ? マーマレイド。

レモンピ れ

店長ミヤザキ。レモン

ジ ャムとかコンフィチュールとか呼ばれるものに目が

なくて、おいしそうなものを見かけるとつい買ってしまいます…が、手作りするジャムがまた格別で、好みの味に調整できるし、たくさん作れるし、フレッシュな分だけ果実味豊か…というわけで、時間を見つけては大量に作り、パンに塗ったりヨーグルトに入れたり、さらにはチーズと合わせておつまみにしたりと楽しんでいます。

基本のジャムの作り方は、ジャムになりやすい果実（いちごや林檎）を洗って水気をふき、食べよい大きさに揃えて切り、果実の重量の40～80%のグラニュー糖（量は好みで、私は50%くらいでつくることが多い）を用意し、そのうちの半量を果実にまわしかけてしばらくおきます。水が出てきたらそのまま火にかけ、煮立つたら残りの半量のグラニュー糖を加えて、中火くらいでとろりとするまで煮ます。レモンを搾って味を見て、煮立ったときの泡が大きくなつて少しとろみがついたら火を止め、熱いうちに煮沸消毒した耐熱の瓶に保存します。

そして私が格別愛しているのは、柑橘類のマーマレイド。ほろにが甘い味わいが好きで、無農薬の柑橘類を手に入れるとはりきってマーマレイドをつくるのです。

果実は縦に4つ割りにして外皮を外します。それを薄くスライスし、水につけ、30分以上おいてアクを抜きます。水の中でぎゅーぎゅー揉んでは水を替え、を繰り返して水が濁らなくなるまで皮を洗い、よく絞っておきます。身はすべて丁寧に薄皮をむいて（それこそ子供に食べさせるような気持ちでむいてやります）軽くほぐし、外皮と合わせて少し揉んで1時間ぐらいおいてなじませます。

この外皮スライスと実を合わせたものの重量に対して砂糖の量を決め、鍋に入れてひたひたより少し少なめの水を注ぎ、皮が軟らかくなるまで煮ます。あとは基本のジャムと同じように、砂糖を加えて煮ていきます。

フレッシュな柑橘の味わいを心ゆくまで味わえるマーマレイド。この冬、挑戦してみてはいかがでしょうか？

白 分に合つたりズムの言葉で接客することの面白さに気づいた僕は、そのお客様の様子を見ながら、方言以外にもあれこれ言葉を試してみるとなりました。

すぐに面白く、効果的に使えるようになつたのが「おばさん言葉」。なんにでも顔を突っ込みたがる、好奇心旺盛で、ちょっと失礼などころもありながら…やっぱり憎めないかんじのおばさん言葉（笑）。女性同士やカップル、ご夫婦のお客さんが多いので、普通に男性的な接客をするだけで、ちょっと退かれる…警戒されるようなどころがあるかと思うんですが…氣をつけましょう…（苦笑）

要所々で使うと面白いのが「司会者の言葉」。大学時代に結婚式場でアルバイトをした時に、司会者の「決め台詞」をよく耳にしてたので、「乾杯も満りなく済みます」と「さて、宴もたけなわではござりますが…」なんて言葉を、ご注文の時、お食事をお持ちする時、下げるをする時、仕切るようなどんじで使ってみると、特に盛り上がつてゐる卓では、ぴりっとこちらに注目を集めることが出来ます。また「司会者の言葉」に近いのですが、お帰りになるお客様に、ラジオのナビゲーターみたいに「引き続きこの後もよい週末を！」なんてお声がけするのもまた楽しい気分になります。

そうやって、日常ではあまり使わないような言葉…その他にも「敢えて堅勲な丁寧語」や「古文や漢文の言い回し」…楽しいリズム・愉快な響き…どんな言葉がそのお客様に合つてゐるかな？それを楽しく探していくのも、ホール道。

その十
自分の言葉を探す（三）。





手洗い、うがい、マスク…
大事です。

奴

らは静かにチャンスを狙つてゐる…私ついにひどい風邪をひいてしまいました。

12月14日、新宿の紹伊国屋ホールへ演劇を見に行つたんです。その次の日…咳が始めたのは肩頃からでした。風邪かな?と思い、とりあえず葛根湯を飲んでみました。その日、家で風邪薬も飲みましたが、時既に遅しました。熱も高くなつていて、寒気も普通じゃない。この風邪はもうルルでは効かん!と、出勤前に病院へ行つてきました。

すぐ良くなるつもりで診察を受けていたのですが、相ひどいことで何日かお休みを貰わないといけなくなりました。でも、忘年会シーズン、週末はお店もたくさんのご予約をいたがっており、かなり忙しくなる予定でした。それにもかかわらず、4日間も休みをもらつてしましました。お店がどれだけ大変だったか想像しきれないですが、恐ろしいほど迷惑をかけた4日間だったと思います。風邪と闘いながら、自分自身の体力と体力がまだ弱いということを実感して、とても反省しました。強くならないといけませんね!

年末までのラストスパートは休んだ分を取り戻すべく、しゃかりきに頑張ります!そして、2010年はストロングはますを宜しくお願いします!

た

まに無性に「あれ食べたくない!」と思つたので、急遽、友人を誘い食べに行つきました。私は生地が薄くてもちもちしたものが好き。(クリスピーナものもおいしいのですが、ちょっと物足りなくて:笑)そしてひとりチーズがたっぷり乗つっているのが最高!

先日も、今日はピザが食べたい!と発作的に思つたので、急遽、友人を誘い食べに行つきました。私は生地が薄くてもちもちしたものが好き。(クリスピーナものもおいしいのですが、ちょっと物足りなくて:笑)そしてひとりチーズがたっぷり乗つっているのが最高!

ピザの種類で言えば、やはり王道のマルゲリータが一番好きです。モッツアレラチーズに、バジルとトマトソース。黄金の組み合わせです。あとボスカイオラ(きこり風)のこがたっぷりのつているもの)も大好き。先日は、ピザに合わせてビールとワインを楽ししく飲んでほろ酔い気分になり、その後調子に乗つて友人と夜中の3時までカラオケに突入・本当に楽しい夜でした。

その十九

黒川裕子の
おさけ
osake biyori
日和。
セザ



この新聞を置いてもらつていてる素敵な古本屋さん、上々堂さんで見つけたこの本、古本でありますから状態が良く、新刊のような気分で読み始めたら実は当店がオープンした二〇〇四年さらに書かれたエッセイが中心になつていて。以前どりあげた「結婚失格」という本よりさらに前の本…だけれど、こちらの方がエッセイであ

あるきかたがただしくない

枠野浩一 朝日新聞社



る分、「本当のこと」が書かれている感じがあつて、ズイズイと迫つてくる面白さがあった。離婚して、妻が震え、子供と離ればなれになり、怒つたり悲しんだりしながら毎日を生きていく、次に向かおうとするジタバタが率直に書かれているのがとても好感が持てるのだ。本当のことを「本…だけれど、こちらの方がエッセイが

いるし、強くないとできないことだと思つ。」
「枠野浩一」という才能はもとより、その率直な人柄がどうにも気になら、私にどうしてどうやら無視できない存在のようなんだ。当店のオープン当初に来店されたことのあるような気がするのだけど、人違ひなんだろうか?もしいらしてもシャイ(?)な私は声もかけられないと思うのだけど。



2009年もいよいよ大詰め、みなさんにとってこの一年はどんな年だったんでしょうか?景気が悪かったですから、手放しでよかったですよ!って方も少ないような気がしますが、厳しい時だからこそ、いろいろな転機、決断をされた方も多いかもしれませんね。

当店的に…それまで4年間の経験が役に立たない…「二度目のオープン年」だったような、でも大波小波、荒波に揉まれながら、なんとかここまで来れたのは、もちろんお客様みなさんとそしてスタッフみんなのおかげです。本当にどうもありがとうございます。来年はもっともっといい年にしていきましょうね…って、そのためにも今年もうちょっとがんばっとかなくちゃね(お)



■年末年始営業のお知らせ。
年末年始は…やっぱりちょっとお休みをいただきます(笑)。28日(月)は通常定休日ですが営業、年内は29日(火)まで、年明けは8日から通常通りの営業になります。

年末年始休業
12月30日(水)～1月7日(木)

■新年までの予約・承り中です。

来年のことを言つ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、まあでもない方々と新しい年です、新年会。当店でもお席の予約から、コース・パーティーメニューに

●編集後記
一年が過がつたのび、本当に早いだけだ
かと言つて決して気楽でも平坦でもない、黙々とただ歩いてくるむねば、じつに辿り着くかもわからぬで、でも歩むいはづ(ね)
みなさまの予約・お問い合わせ、心よりお待ちしております。(0422-45-3331)

■年末年始営業のお知らせ。
年末年始は…やっぱりちょっとお休みをいただきます(笑)。28日(月)は通常定休日ですが営業、年内は29日(火)まで、年明けは8日から通常通りの営業になります。

news & information
Little Star Restaurant
リトルスター・ニュース



貸切までお気軽にご予約いただけます。パーティコースは4名様以上、お料理は2000円より承ります。ボリューム重視、質重視で予算に応じて、その都度メニューを作りしています。お好きなメニューのリクエストなども相談に応じます。飲みたい方も安心! 飲み放題のプランもござります。

貸切パーティは貸切希望時間帯と人数にあわせてご予算を設定させていただいております。(平日ランチタイムとティータイムをのぞく)。わざわざ店頭でお電話でお問い合わせください。

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

tel 0422-45-3331 (ご予約はお気軽にどうぞ)

holiday 毎週月曜日+不定休



ランチタイム 11:30～14:30
(土日祝は12:00～15:00)

定番のチキンカレー定食とハンバーグ定食、さらに日替わり定食はホームページの毎日の更新でチェック!



ティータイム 14:30～18:30
(土日祝は15:00～18:00)

スイーツに軽食、ドリンク各種。のんびりまったり読書にお仕事、おしゃべりもイイネ。FreeSpotのサービスはこの時間帯でどうぞ。



ディナータイム 18:00～24:00
(日祝は～23:00)

お食事にお酒、お一人からカップル・ご夫婦・お友達に同僚…おいしいごはんをたべながら楽しい時間をお過ご下さい。なおこのお時間の喫茶のみのご利用はご遠慮いただいております。ご了承下さい。

PCでも携帯でも▶▶▶ <http://www.little-star.ws/>



「毎月新規ごはん」置いていますよ。

三鷹駅南口中央通りの「古書上々堂」さん「まほろば珈琲」さん、さくら通りの「三鷹の森書店」さん、吉祥寺通りジブリ美術館向かい「風のすみか」さん、連雀通り・南浦交差点近くの「こいけ菓子店」さん、東八道路沿い「みたか温泉 新鷹の湯」さんに、この小さな新聞を置いていただいております。ありがとうございます。

