

VanGohan Recipe: Week of 2025-06-09

ゆず香る和風ナシゴレン

- Ingredients are marked with Blue Stickers
- Cooking time: 20-30mins

ご自宅でご用意いただくもの

- 炊いたご飯

インストラクション

1. ご飯を1.5- 2合炊く（少し固めか冷やご飯だとなお◎）
2. フライパンで油を熱し、Seasoning②を弱火で炒める
3. 香りがたってきたら、肉・野菜を入れ炒める
4. 肉の色が変わったら炊いたご飯を加え、肉に火がしっかり通るまで炒める
5. Seasoning⑤を入れて中火で炒める
6. 全体に味がなじんだら野菜と一緒に皿に盛り付ける
7. お好みで目玉焼きを乗せる

チンジャオロース

- Ingredients are marked with Orange Stickers
- Cooking time: 25-35mins

ご自宅でご用意いただくもの

- サラダ油
- 塩コショウ
- ごま油（お好みで）

インストラクション

1. 豚肉にSeasoning①、塩コショウをして、片栗粉①をまぶす。
2. 油を引いたフライパンを熱し、強火で野菜をさっと炒める
3. 野菜は一度取り出して、同じフライパンにニンニク・しょうがを入れて弱火で豚肉にじっくり火を通す
4. 取り出しておいた野菜を戻し、Seasonig④を入れて中火で炒める
5. 最後にお好みでごま油を絡ませて完成

Tips

- ★野菜を入れた後、強火にし、フライパンを煽ると綺麗に野菜に火が通ります

焼きうどん

- Ingredients are marked with Yellow Stickers
- Cooking time: 20-35 mins

ご自宅でご用意いただくもの

- 油
- 大さじ1-2の水
- 目玉焼き（お好みで）

インストラクション

1. フライパンで油を中火で熱し、豚肉を炒める
2. 表面に色がついたら野菜を入れ、しんなりするまで炒める
3. うどんを入れ、大さじ1-2の水をかけた後弱火で1分ほど蓋をする。
4. Seasoning④を加えて2-3分炒める（うどんがほぐれにくい場合は、弱火で蓋をして1分ほど待ってから再度ほぐしてみてください）
5. お皿に盛り付けネギをかける。お好みで目玉焼きを乗せて完成！
6. 先にうどんを1分ほど茹で、ステップ3 を飛ばしてもOK!

PACKAGE OF THE WEEK

- 今週のメニュー -

JUNE 10, 2025

MAIN メイン (MEAL KIT)

WHAT WE SEND
届くもの



ゆず香る 和風ナシゴレン JAPANESE-STYLE NASI GORENG

Chicken, Bell Pepper, Onion,
Salad Leaves, Seasonings
(incl. Doubanjiang
, Chilli Sauce, Soy Sauce,
Yuzu, Pepper, Fish Sauce)
No Rice in the package



チンジャオロース PORK AND GREEN PEPPERS STIR FRY

Pork, Bell Pepper, Bamboo
shoot, Seasonings (incl.
Garlic, Ginger, Soy sauce,
Sesame oil, Oyster sauce)

SIDE サイド (COOKED)

INGREDIENTS
材料



ナス味噌炒め MISO SIMMERED EGGPLANT

Eggplant, Bell Pepper,
Soy Sauce, Sesame,
Sesame Oil, Garlic



ごぼうサラダ BURDOCK SALAD

Burdock, Carrot, Arugula,
Mayo, Sesame, Soy sauce,
Wasabi, Vinegar

RICE/NOODLE ごはん/麺類 (MEAL KIT)



焼きうどん YAKI UDON

Udon Noodles, Pork, Carrot,
Onion, Cabbage, Bonito,
Soy Sauce

※お米/パスタは別途\$1で2人前お届けが可能です
※YOU CAN ORDER RICE/PASTA FOR \$1 PER 2 SERVINGS

ON THE HOUSE アラスワツ



トマトときゅうりの浅漬け TOMATO & CUCAMBER PICKLES

Tomato, Cucumber

※商品には密封された生肉を含みます。冷蔵でお届けいたしますが、
オフィスお届けでお持ち帰りまでにお時間がかかる場合は、冷蔵庫で保存してください。
お届け日から3日以降に調理する予定の場合は、商品（特に肉魚）を冷凍してください。
※ We deliver products which contains sealed raw meats refrigerated.
Please keep them refrigerated until you leave your office. If you plan to cook the products
after 3 days from delivery, we recommend to freeze ingredients especially meats and fish.