

VanGohan Recipe: Week of 2024-06-24

ごまだれチキン

- Ingredients are marked with Blue Stickers
- Cooking time: 40-50mins

ご自宅でご用意いただくもの

- 水 4 カップ(1L)
- 塩

インストラクション

1. 鶏肉の分厚い部分をフォークで刺す
2. 4カップの水と塩（小さじ1程度）、鶏肉、ネギとしょうがを鍋に入れ中火にかける
3. 煮たったらアクを取り、火を止めて蓋をし、そのまま取り出さずに冷ます（早く仕上げたければ強火で沸かしてから鶏肉を入れ、7-10分で取り出す）
4. 茹で汁が冷めたら取り出し、繊維にそって手で裂く
5. 茹で汁を適量かけ、裂いた鶏肉に揉み込みしっとりさせる
6. トマトとレタスを一緒に盛りつけてSeasoning⑥をかける
7. ★ 茹で汁は捨てずにネギ、生姜を取り除き、溶き卵や玉ねぎワカメなど、好きな食材を入れて塩・醤油で味を調整し、最後にごま油を回し入れると美味しい中華風スープになります

大根ほうれん草の麻婆煮

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

ご自宅でご用意いただくもの

- サラダ油
- 150mlの水
- 30mlの水

インストラクション

1. 油をひき、セロリと大根をしんなりするまで炒めたら豚挽き肉を加える
2. 豚挽き肉に火が通ったらSeasoning②を入れ、少し炒めて水を150ml入れ、2〜3分煮詰める
3. ほうれん草を入れ2分ほど煮詰めたらSeasoning③を加える
4. 別容器で片栗粉に水を大さじ2(30ml)加える。火を止めて全体に水溶き片栗粉を回し入れ、軽く混ぜたら完成！

きのこの和風パスタソース

- Ingredients are marked with Yellow Stickers
- Cooking time: 15-20mins

ご自宅でご用意いただくもの

- パスタ麺
- 塩

インストラクション

1. パスタを塩茹でする
2. 茹で上がったパスタとSauceをフライパンに入れ絡める
3. 茹で汁で全体の水分量と味を調整する
4. 盛りつけて最後にネギと刻み海苔をかける



1 ORDER FOR 2 PEOPLE

PACKAGE OF THE WEEK

- 今週のメニュー -

JUNE 25, 2024

MAIN

メイン (MEAL KIT)

WHAT WE SEND
届くもの



大根ほうれん草の麻婆煮 MAPO DAIKON & SPINACH

Daikon, Spinach, Pork, Celery, Seasonings (Incl. Garlic, Ginger, Stock, Soy Sauce, Oyster Sauce, Miso, Doubanjiang, Sesame Oil)



ごまだれチキン CHICKEN WITH SESAME SAUCE

Chicken, Tomato, Lettuce, Seasonings (incl. Garlic, Ginger, Soy sauce, Sesame, Doubanjiang, Vinegar)

SIDE

サイド (COOKED)

INGREDIENTS
材料



COLD

大根のマヨポン酢サラダ DAIKON MAYO PONZU SALAD

Daikon, Tuna, Arugula, Mayo, Ponzu, Stock, Soy sauce, Sesame



HOT

いんげんと里芋の 味噌マヨ TARO & GREEN BEAN IN MISO MAYO SAUCE

Taro, Green Bean, Miso, Mayo, Milk, Sesame

RICE/NOODLE ごはん/麺類

(MEAL KIT)



きのこの和風パスタ MUSHROOM PASTA SAUCE

Mushroom, Asparagus, Bacon, Stock, Soy Sauce, Butter, Nori Seaweed, Green Onion

No Pasta noodles in the package

※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

フラスワソ



とうもろこしの漬物 CORN PICKLES

Corn, Vinegar, Garlic, Bay Leaf

※ 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.