

VanGohan Recipe: Week of 2025-09-15

肉じゃが

- Ingredients are marked with Orange Stickers
- Cooking time: 30-40mins

ご自宅でご用意いただくもの

- 油
- 200mlの水

インストラクション

1. 油をひき、強火で牛肉を炒め色が変わったら野菜も入れ炒める
2. 強火のまま水200mlと Seasoning ②を入れ沸騰させる
3. アクを取って落とし蓋をし中火で10分ほど煮込む
4. 煮崩れに気を付けながらときどき混ぜ、中火～弱火でさらに10分ほど煮込む
5. じゃがいもにすっと串が通るようになったら出来上がりです

ぶっかけ豚ねぎそば

- Ingredients are marked with Yellow Stickers
- Cooking time: 10mins

ご自宅でご用意いただくもの

- 塩

インストラクション

1. 豚バラを塩茹でし、そばを6分茹で、洗ってから水をきる
2. 水を切った蕎麦の上に豚バラと温めたSeasoning②（お好みの味に水を足して調整してください）とネギをかける
3. つめたいおそばをご希望の場合は、そばを水で冷やしてSeasoning②をかけてください

ガパオライス

- Ingredients are marked with Blue Stickers
- Cooking time: 30-40mins

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. フライパンにSeasoning①を入れてから中火にかける
2. 香りがしてきたら玉ねぎとパプリカを炒める
3. しんなりしてきたらひき肉も入れて火が通るまで炒める

- Seasoning④を入れ絡ませたら、最後に荒くちぎったバジルを入れて軽く混ぜる
- 平たい皿にご飯を盛り、その横に盛り付ける
- 目玉焼き作りをのせる(お好みで)

VanGohan

1 ORDER FOR 2 PEOPLE

PACKAGE OF THE WEEK

- 今週のメニュー -

SEPT 16, 2025

MAIN
メイン
(MEAL KIT)



ガパオライス
STIR FRY PORK
WITH BASIL

Ground pork, Onion, Bell Pepper, Basil, Seasonings (Incl. Garlic, Nampula, Soy Sauce, Chili Bean Paste, Oyster Sauce, Sesame, Sesame Oil)

Please prepare rice



肉じゃが
MEAT & POTATO
STEW

Potato, Onion, Carrot, Pork, Seasonings (incl. Soy sauce, Stock)

SIDE
サイド
(COOKED)



かぼちゃの煮物
BRAISED PUMPKIN

Pumpkin, Broccoli, Soy Sauce, Stock



ブロッコリーの
おかか胡麻あえ
BROCCOLI WITH
SESAMI & BONITO

Broccoli, Sesami, Soy Sauce, Bonito Flake

RICE/NOODLE
ごはん/麺類
(MEAL KIT)



豚ねぎそば
PORK SOBA WITH
GREEN ONION

Pork, Soba Noodles, Green Onion, Seasonings (Incl. Ginger, Vinegar, Soy Sauce, Sesame Oil, Sesame)

※お米/パスタは別途\$1で2人前お届けが可能です。
うどん・そば・ラーメン類はおパッケージに含まれます。
※SIDE ORDER OF RICE/PASTA NOODLES ARE \$1 PER 2 SERVINGS.
SOBA, UDON, AND RAMEN NOODLES COME WITH YOUR PACKAGE.

※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.