

# VanGohan Recipe: Week of 2024-10-07

## 鶏肉のみぞれ和え

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

### ご自宅でご用意いただくもの

- 油
- 塩こしょう

### インストラクション

1. 鶏肉に塩こしょうをして、片栗粉①を全体にまぶす
2. フライパンに1-2センチ程の高さまで油を入れ180度/350F（菜箸を入れて、多量の泡が勢いよく上がる状態）まで温める
3. 鶏肉を両面3-5分ずつ揚げる。中までしっかり火が通るように揚げてください。
4. 揚げたての鶏肉を器に盛り、すぐにSeasoning④と絡める
5. 大根おろしを上からかけ、野菜を添える

## トンテキ

- Ingredients are marked with Blue stickers
- Cooking time: 25-40mins

### ご自宅でご用意いただくもの

- 油
- 塩こしょう

### インストラクション

1. フォークで豚肉の表面を刺す
2. 豚肉に塩こしょうをして、Seasoning②をまぶす
3. 油を引き、中火でよく熱したフライパンで焼き色がつくまで両面を焼く
4. 弱火にしてしっかりと中まで火を通す
5. Seasoning⑤を入れてからめる
6. 付け合わせの野菜と一緒に盛り付ける

## 洋風炊き込みご飯

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

### ご自宅でご用意いただくもの

- 塩
- 米 1 合（3人前は1.5合）
- チーズ（オプション）

## インストラクション

1. 洗った米とSeasoning①を釜に入れてから1合分/1.5号分の線まで水を入れて混ぜる
2. Vegetables②とベーコンを上のにのせたら炊飯器で炊く
3. 米が炊き上がったらカップに入っているSeasoning ③を加えて全体を切るように混ぜる
4. 塩とお好みでチーズを加えて味を整える



1 ORDER FOR 2 PEOPLE

## PACKAGE OF THE WEEK

- 今週のメニュー -

OCTOBER 8, 2024

**MAIN**  
**メイン**  
(MEAL KIT)  
WHAT WE SEND  
届くもの



**トンテキ**  
**PORK STEAK**  
Pork, Cabbage, Tomato,  
Seasonings (Incl. Soy Sauce,  
Worcestershire sauce,  
Ketchup, Garlic, flour)



**鶏肉のみぞれ和え**  
**FRIED CHICKEN**  
**WITH GRADED**  
**DAIKON & LIME**  
**SAUCE**  
Chicken, Mixed Leaves, Daikon  
Radish, Seasonings  
(Incl. Soy Sauce, Lime, Yuzu)

**SIDE**  
**サイド**  
(COOKED)  
INGREDIENTS  
材料



**COLD** チンゲン菜のおひたし

**SIMMERED**  
**BOK-CHOY**

Bok-choy, Deep fried  
tofu, Bonito stock, Soy  
sauce



**HOT**

**ミネストローネ**  
**MINESTRONE**  
**SOUP**

Sausage, Tomato, Celery,  
Onion, Potato, Carrot,  
Zucchini, Cauliflower,  
Garlic

**RICE/NOODLE ごはん/麺類**  
(MEAL KIT)



**洋風炊き込みご飯**  
**WESTERN STYLE**  
**SEASONED RICE**  
Bacon, Corn, Cabbage,  
Wine, Stock, Soy Sauce,  
Butter  
**\*No rice included**

※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**  
**アラスワン**



**きくらげの佃煮**  
**FUNGUS MUSHROOM**  
**BOILED IN SOY SAUCE**  
Fungus, Ginger, Soy Sauce,  
Sesame, Stock

※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.