

VanGohan Recipe: Week of 2024-12-16

白身魚の西京漬け

- Ingredients are marked with Orange Stickers
- Cooking time: 10-15mins after marinating

ご自宅でご用意いただくもの

- サラダ油

インストラクション

1. 魚の両面に味噌を塗り、30分ほど漬け込む
2. フライパンに油をひき、魚を焦げないようにしながら弱めの中火で5-8分焼く
3. 大根おろしとライムと一緒に皿に盛り付ける
4. ソースを拭き取るか、クッキングシートの上で焼くと焦げにくいです

キーマカレー

- 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
- 塩コショウ
- 水100ml

インストラクション

1. ひき肉を中火でほぐしながら炒める
2. ひき肉に火が入ったら野菜②を入れ2〜3分炒め、塩コショウをす
3. 水100mlとSeasoning③を入れ、ひと煮立ちしたら混ぜながら5〜10分煮る
4. 醤油やケチャップで味を整える
5. 炊いたご飯とカレーを皿に盛り付ける

梅枝豆の混ぜご飯の素

- Ingredients are marked with Yellow Stickers
- Cooking time: 5mins

ご自宅でご用意いただくもの

- 炊いたご飯（2人前は1.5-2合、3人前は3号を目安にしてください）

インストラクション

1. 炊いたご飯（1.5-2合ほど）に混ぜご飯の素を混ぜるだけ！
2. 醤油や塩で味を調整してください

VanGohan

1 ORDER FOR 2 PEOPLE

PACKAGE OF THE WEEK

- 今週のメニュー -

DECEMBER 17, 2024

MAIN メイン (MEAL KIT)

WHAT WE SEND
届くもの



キーマカレー KEEMA CURRY

Ground Pork, Onion,
Carrot, Bell Pepper,
Seasonings (Incl. Garlic,
Curry Powder, Bonito
Stock)

No Rice in the package



白身魚の西京漬け FISH PICKLED IN SWEET KYOTO MISO

Fish, Daikon Radish, Lime
Miso

SIDE サイド (COOKED)

INGREDIENTS
材料



ラタトゥイユ VEGETABLE STEW WITH TOMATO SAUCE

Eggplant, Zucchini, Celery,
Onion, Bell Pepper, Tomato,
Garlic, Stock



ごぼうサラダ BURDOCK SALAD

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

RICE/NOODLE ごはん/麺類 (MEAL KIT)



梅枝豆の混ぜご飯の素 MIXED RICE BASE WITH PLUM AND EDAMAME

Plum, Edamame, Sesame,
Kobu-tea, Ginger

No Rice 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 プラスワン



枝豆ピリ辛漬け SPICY EDAMAME

Edamame, Soy Sauce,
Pepper, Garlic

※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.