

VanGohan Recipe: Week of 2024-09-30

親子丼

- Ingredients are marked with Orange Stickers
- Cooking time: 15-25 mins

ご自宅でご用意いただくもの

- 炊いたご飯
- 50mlの水
- 卵2〜4個（卵の量はお好みで調整して下さい）

インストラクション

1. 鍋にSeasoning①と水50mlを入れて強火にかけ、煮立ったら鶏肉を加えて灰汁を取り除きながら中火で3-4分煮る
2. 野菜を加えて再び煮立ったら2分煮る
3. 別の容器に溶き卵を作り鍋に回し入れ、半熟になったら火を止める
4. 丼鉢によそたご飯の上にのせて最後にクレソンを散らす
5. 鶏肉はしっかり火が通っているか確認してください

豚&たっぷり蒸し野菜

- Ingredients are marked with Blue stickers
- Cooking time: 20-35mins

ご自宅でご用意いただくもの

- 塩

インストラクション

1. フライパンに豚バラを敷き詰めSeasoning④を回しかける
2. 野菜②を豚肉の上に乗せ塩を少々
3. 蓋をして中火にかける
4. グツグツしてきたら少しだけ火を弱めて5分蒸す
5. 水分を切ってボールに移しSeasoning⑤の調味料と和える