

VanGohan Recipe: Week of 2025-07-28

中華丼風まぜご飯

- 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）に温めた混ぜご飯の素を混ぜる、または上に乗せる
2. 醤油や塩で味を調整してください

ビーフ南蛮のアボカドタルタル

- Ingredients are marked with Orange Stickers
- Cooking time: 30-45mins

ご自宅でご用意いただくもの

- サラダ油
- 溶き卵
- 塩コショウ

インストラクション

1. 牛肉に塩コショウをして、小麦粉をまぶし、溶き卵を絡める
2. フライパンで1cmほどの油を中火(170℃)に熱し、牛肉を入れる
3. 時々、裏返ししながら揚げ色がつくまで5-8分ほど揚げ焼きにする
4. 牛肉を取り出しSeasoning④に絡める
5. 食べやすいサイズに切りSeasoning⑤をかけ、野菜を添える

ポークのママレードソース

- Ingredients are marked with Blue stickers
- Cooking time: 20-30mins

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. 熱したフライパンに油とSeasoning①を入れ、香りがたつまで弱火で炒める

2. 豚肉に塩胡椒をして、野菜と一緒にこんがりよく焼く(野菜は焼く前に軽く洗ってください)
3. 焼けた豚肉をお皿に取り出し、フライパンの油を軽く拭き取ってからSeasoning③を入れて煮詰める
4. とろみがついたら豚肉にかけて、お好みで粗挽き胡椒を振りかける

VanGohan

1 ORDER FOR 2 PEOPLE

PACKAGE OF THE WEEK

- 今週のメニュー -

JULY 29, 2025

MAIN メイン (MEAL KIT)

WHAT WE SEND
届くもの



ビーフ南蛮の
アボカドタルタルかけ
FRIED BEEF WITH
AVOCADO TARTAR

Beef, Egg, Onion, Seasonings
(Incl. Soy Sauce, Mayo Milk
Lemon, Flour, Vinegar)
*Please prepare an egg



ポークの
ママレードソース
PORK WITH
MARMALADE SAUCE

Pork, Potato, Broccoli,
Seasonings (incl. Soy Sauce,
Ginger, Garlic, Lemon, Orange,
Rosemary)

SIDE サイド (COOKED)

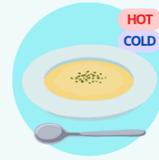
INGREDIENTS
材料



HOT

ジャーマンポテト
GARMAN FRIED
POTATOES

Potato, Bacon, Onion,
Garlic, Soy Sauce, Butter



HOT
COLD

豆乳味噌ポタージュ
SOY MILK MISO
POTAGE

Potato, Onion, Soy Milk,
Miso

RICE/NOODLE ごはん/麺類 (MEAL KIT)



中華丼風まぜご飯
CHINESE STYLE MIXED
RICE BASE

Pork, Bamboo Shoot, Onion,
Green Bean, Seasonings
(Incl. Garlic, Oyster Sauce)
*Please prepare your own rice

※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 フラスワフ



大根甘酢漬け
PICKLED DAIKON

Daikon, Vinegar, Sugar

※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.