

VanGohan Recipe: Week of 2025-06-02

サーモン竜田揚げ

- Ingredients are marked with Blue stickers
- Cooking time: 30-45mins

ご自宅でご用意いただくもの

- 油

インストラクション

1. サーモンを15分ほどSeasoning①に漬け込み、水分をペーパータオルでとって、片栗粉をまぶす
2. フライパンに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. サバをきつね色になるまで揚げる
4. 付け合せの野菜、大根おろしとライムを添えて盛り付ける

アスパラレモンのポークソテー

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

ご自宅でご用意いただくもの

- オリーブオイル
- 水大さじ1
- 塩

インストラクション

1. オリーブオイルでフライパンを中火で熱して、野菜と塩を入れ軽く炒める
2. 水大さじ1を加えて蓋をし1分蒸す
3. 一度野菜を取り出し、豚肉に塩コショウして炒める
4. 豚肉に火が通ったら、焼いた野菜、Seasoning④を加えて軽く炒める
5. 盛り付けてレモンスライスを散らす

梅肉ベーコンパスタ

- Cooking time: 15-20 mins

ご自宅でご用意いただくもの

- 塩
- パスタ

インストラクション

1. 鍋に塩を入れパスタを茹でる
2. フライパンにニンニクとベーコンを入れ中火で炒める
3. ベーコンに火が入ったら茹でたパスタを入れる
4. Seasoning④を入れ少し炒め、火を止めたら野菜を絡める
5. 茹でたお湯で味を整えてください

VanGohan

1 ORDER FOR 2 PEOPLE

PACKAGE OF THE WEEK

- 今週のメニュー -

JUNE 3, 2025

MAIN メイン (MEAL KIT)

WHAT WE SEND
届くもの



アスパラレモンの
ポークソテー
PORK SAUTE
WITH ASPARAGUS
& LEMON
Pork, Asparagus, Bell
Pepper, Lemon
Seasonings
(Vinegar, Stock, Olive Oil)



サーモン竜田揚げ
DEEP-FRIED
SOYSAUCY
SALMON

Salmon, Mized Leaves,
Lemon, Seasonings (Incl.
Garlic, Soy Sauce, Potato
Starch)

SIDE サイド (COOKED)

INGREDIENTS
材料



炒り豆腐
SCRAMBLED TOFU

Tofu, Carrot, Bean,
Burdock, Fungus Mushroom,
Egg, Stock, Soy Sauce



ズッキーニとトマトの
マリネ
MARINATED ZUCCHINI
AND TOMATO

Tomato, Zucchini, Lemon,
Olive Oil, Soy Sauce,
Vinegar

RICE/NOODLE ごはん/麺類 (MEAL KIT)



梅肉ベーコンパスタ
UME BECON PASTA

Arugula, Spinach, Bacon,
Ume, Garlic, Stock
Please prepare your own
pasta

※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



にんじんドレッシング
CARROT DRESSING

Carrot, Honey, Vinegar

※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.