

VanGohan Recipe: Week of 2025-06-23

ごまだれチキン

- Ingredients are marked with Blue Stickers
- Cooking time: 40-50mins

ご自宅でご用意いただくもの

- 水 4 カップ(1L)
- 塩

インストラクション

1. 鶏肉の分厚い部分をフォークで刺す
2. 4カップの水と塩（小さじ1程度）、鶏肉、ネギとしょうがを鍋に入れ中火にかける
3. 煮たったらアクを取り、火を止めて蓋をし、そのまま取り出さずに冷ます（早く仕上げたければ強火で沸かしてから鶏肉を入れ、7-10分で取り出す）
4. 茹で汁が冷めたら取り出し、繊維にそって手で裂く
5. 茹で汁を適量かけ、裂いた鶏肉に揉み込みしっとりさせる
6. トマトとミックスリーフと一緒に盛りつけてSeasoning®をかける
7. ★ 茹で汁は捨てずにネギ、生姜を取り除き、溶き卵や玉ねぎワカメなど、好きな食材を入れて塩・醤油で味を調整し、最後にごま油を回し入れると美味しい中華風スープになります

中華風五目炒め

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

ご自宅でご用意いただくもの

- 油
- 塩胡椒
- 水150ml

インストラクション

1. 塩胡椒と片栗粉①を肉にまぶしておく
2. 油を強火で熱し、野菜とうずらの卵を数分軽く炒めて取り出す
3. フライパンに油を再度入れ、強火で先にしょうが、その後豚肉を色が変わる程度に軽く炒める
4. 中火に落とし、水150mlとSeasoning④を加えて煮たせたら、先に炒めた野菜とうずらの卵を入れて軽く煮る

5. 水大さじ1/2を片栗粉①の残りに混ぜ、加えてソースにとろみをつける
6. お好みでごま油を回し入れて香りをつける

きのこの和風パスタソース

- Ingredients are marked with Yellow Stickers
- Cooking time: 15-20mins

ご自宅でご用意いただくもの

- パスタ麺
- 塩

インストラクション

1. パスタを塩茹でする
2. 茹で上がったパスタとSauceをフライパンに入れ絡める
3. 茹で汁で全体の水分量と味を調整する
4. 盛りつけて最後にネギと刻み海苔をかける

PACKAGE OF THE WEEK

- 今週のメニュー -

JUNE 24, 2025

MAIN メイン (MEAL KIT)

WHAT WE SEND
届くもの



五目炒め GOMOKU 5 INGREDIENTS STIR-FRY

Pork, Choy, Carrot, Shiitake
Mushroom,
Quail eggs, Green Onion,
Seasonings (Incl. Oyster Sauce,
Potato Starch, Stock)



ごまだれチキン CHICKEN WITH SESAME SAUCE

Chicken, Tomato, Lettuce,
Seasonings (incl. Garlic,
Ginger, Soy sauce, Sesame,
Doubanjiang, Vinegar)

SIDE サイド (COOKED)

INGREDIENTS
材料



COLD

大根のマヨポン酢サラダ DAIKON MAYO PONZU SALAD

Daikon, Tuna, Arugula,
Mayo, Ponzu, Stock,
Soy sauce, Sesame



HOT

いんげんと里芋の 味噌マヨ TARO & GREEN BEAN IN MISO MAYO SAUCE

Taro, Green Bean, Miso,
Mayo, Milk, Sesame

RICE/NOODLE ごはん/麺類 (MEAL KIT)



きのこの和風パスタ MUSHROOM PASTA SAUCE

Mushroom, Asparagus, Bacon, Stock,
Soy Sauce, Butter, Nori Seaweed,
Green Onion

No Pasta noodles 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 アラスワソ



とうもろこしの漬物 CORN PICKLES

Corn, Vinegar, Garlic,
Bay Leaf

※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.