

VanGohan Recipe: Week of 2025-03-24

ハンバーグ

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

ご自宅でご用意いただくもの

- 油
- 牛乳75ml、もしくは卵1つ

インストラクション

1. レンジで2-3分温めて粗熱を取った玉ねぎ、ひき肉、Seasoning④、牛乳75mlもしくは卵1こを、白っぽく粘りが出るまでボウルで混ぜる
2. 半量ずつを楕円形にまとめたら、片手から片手に投げるようにしてしっかりと空気を抜き、表面をきれいに整える
3. 中火で熱したフライパンに油をひき、少し強い弱火で2を焼き、焼き色がついたら裏返す
4. 蓋をして弱火で8〜10分ほど蒸し焼きにする
5. 野菜は2-3分塩ゆでするか一緒に蒸し焼きにする
6. 竹串などを刺して、火が通っているか確認し、先にハンバーグと野菜をお皿に盛りつける。
7. 使ったフライパンにSeasoning⑦を入れて煮詰めてソースを作り、とろみが出たらハンバーグにかける(⑦を入れる前に焦げや油が気になるようであればキッチンペーパーで軽く拭き取る)

牛肉のママレード煮込み

- Ingredients are marked with Blue Stickers
- Cooking time: 30-40mins

ご自宅でご用意いただくもの

- 塩胡椒
- オリーブオイル
- 水100ml

インストラクション

1. 牛肉に塩胡椒で下味をつける
2. 鍋にオリーブオイルを入れて熱し、中火-強火で牛肉の表面に焼き色がつくまで焼く
3. 野菜、Seasoning③、水100mlを加えて、蓋をして強火にかける
4. 沸騰したら弱火にして15-20分加熱する

カレー蕎麦

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

ご自宅でご用意いただくもの

- お湯
- •

インストラクション

1. Seasoning①をお湯200mlに入れ、火にかけて沸騰させる
2. 別の鍋に湯を沸かし、そばを4分茹でる
3. しっかり湯切りし、麺とスープを盛り、小口ネギを散らす

VanGohan

1 ORDER FOR 2 PEOPLE

PACKAGE OF THE WEEK

- 今週のメニュー -

MAR 25, 2025

MAIN メイン (MEAL KIT)

WHAT WE SEND
届くもの



ハンバーグ HAMBURG STEAK

Pork, Onion, Corn,
Broccoli, Seasonings
(Incl. Garlic, Panko,
Worcestershire Sauce,
Ketchup, Soy Sauce)

Please prepare milk or egg



牛肉の ママレード煮込み MARMALADE BEEF STEW

Beef, Onion, Carrot,
Seasonings (incl. Garlic,
Soy Sauce, Marmalade)

SIDE サイド (COOKED)

INGREDIENTS
材料



しめじ & にんじん しりしり STIR FRIED SHREDDED CARROT WITH SIMEJI MUSHROOM



ポテト & カボチャの ハニーサラダ POTATO & PUMPKIN HONEY SALAD

Potato, Pumpkin, Honey,
Mayo, Mustard, Almond

RICE/NOODLE ごはん/麺類 (MEAL KIT)



カレー蕎麦 SOBA NOODLES WITH CURRY SOUP

Soba Noodles, Carrot, Curry
Powder, Stock, Soy Sauce,
Potato Starch, Green Onion

※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



大根ドレッシング DAIKON RADISH DRESSING

Daikon, Lemon, Soy Sauce

※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.