

VanGohan Recipe: Week of 2026-02-09

チキンドラムとゆで卵の甘辛煮

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

ご自宅でご用意いただくもの

- 水

インストラクション

1. 鍋に鶏肉をいれ、ちょうど浸かるくらいの水で鶏肉を茹でる
2. 鶏肉に火が通ったら一度お湯を捨て、水300ml (1.5カップ) を入れて中火で煮たさせる
3. 剥いた茹で卵とSeasoning③を加え、落とし蓋をして10分煮る(落とし蓋はアルミホイルやクッキングシートでもOK)最後に青梗菜を加えて更に5-10分煮る
4. 一度冷ますと味がしっかり入ります

ネギトロ丼

- Ingredients are marked with Yellow Stickers
- Cooking time: 5 mins

ご自宅でご用意いただくもの

- 炊いたご飯

インストラクション

1. 炊いたご飯にネギトロを載せる
2. たれとのかきをかけて完成。お好みで醤油を足して下さい

キムチーズのポークミルフィーユ

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

ご自宅でご用意いただくもの

- 大さじ3弱の水
- 塩コショウ
- サラダ油

インストラクション

1. 肉は叩いて柔らかくし、キムチはしっかり汁を絞って肉の上にチーズと一緒にのせる（小さな豚肉の場合は、2枚の端を少し重ねて大きめのカツのような形に）。端にはのらないように余白を残しておく
2. もう1つの肉で閉じてしっかり空気をぬくようにプレスし塩コショウする

3. 小麦粉と水大さじ3弱を合わせたものを優しく絡める
4. パン粉を付けながら更にプレスする
5. 1cmほどの油を中火で熱して両面揚げ焼きにする ***チーズが溶け出るようなら、両面が狐色になった時点でオーブンでお肉に火を通して◎
6. 切ってお皿にキャベツを盛り、Seasoning◎をかける

Tips

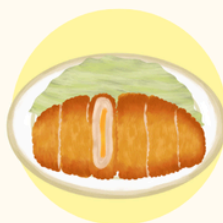
- ★ミルフィーユカツは崩れやすいので、良く切れる包丁で真下に落とすように一気に切るのがコツです

PACKAGE OF THE WEEK

- 今週のメニュー -

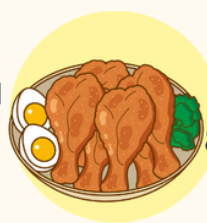
FEB 10, 2026

MAIN メイン (READY-TO-COOK)



キムチーズの
ポークミルフィーユ
PORK KATSU WITH
KIMCHI CHEESE

Pork, Kimchi, Cheese,
Seasonings (incl. Flour,
Panko, Mayo,
Worcestershire Sauce)



チキンと
ゆで卵の甘辛煮
BRAISED CHICKEN
& EGG WITH SWEET
SALTY SAUCE

Chicken, Egg, Choy, Seasonings
(Incl. Soy Sauce, Vinegar)

SIDE サイド (READY-TO-EAT)



HOT

ズッキーニとかぼちゃ
のグラタン
ZUCCHINI AND
PUMPKIN GRATIN

Zucchini, Pumpkin,
Cheese, Wine, Olive Oil



HOT

里芋とベーコンの
煮っころがし
SIMMERED TARO IN
SOY SAUCE

Taro, Bacon, Green Bean,
Soy Sauce

RICE/NOODLE ごはん/麺類 (READY-TO-COOK)



ネギトロ丼
NEGITORO BOWL

Tuna, Green Onion, Nori Seaweed,
Sauce (Incl. Soy Sauce)

*No rice in the package

※お米/パスタは別途\$1で2人
前お届けが可能です。
うどん・そば・ラーメン類は
パッケージに含まれます。
※SIDE ORDER OF
RICE/PASTA NOODLES ARE
\$1 PER 2 SERVINGS.
SOBA, UDON, AND RAMEN
NOODLES COME WITH
YOUR PACKAGE.

※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.