

VanGohan Recipe: Week of 2025-10-20

和風カオマンガイ

- Ingredients are marked with Blue stickers
- Cooking time: 30-50mins

ご自宅でご用意いただくもの

- 米 (2合ほどがおすすめ)

インストラクション

1. 米を洗って米の量に合わせて水をセットし、Seasoning①を入れて全体に行き渡るように混ぜる
2. 一番上に鶏肉と青ネギを広げ入れスイッチを入れる
3. 出来上がったら鶏肉を取り出し、適度なサイズに切る。ねぎは取り除く。
4. お皿にご飯を盛りつけ、ご飯の上に乗せチキンを載せ、小口ネギとSeasoning④をかけて野菜を添える

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、Seasoning①, 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)

たくあんまぜご飯の素

- Ingredients are marked with Yellow Stickers
- Cooking time: 5-10 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（2合ほど）に混ぜご飯の素を混ぜるだけ！
2. 1.5-2合を目安にしていますが、お好みの味になるよう少しずつ入れて調整してください。塩で味の調節をしても◎

PACKAGE OF THE WEEK

- 今週のメニュー -

OCTOBER 21, 2025

MAIN メイン (MEAL KIT)



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



和風カオマンガイ HAINANESE CHICKEN RICE

Chicken, Green Onion,
Seasonings (Incl. Garlic,
Ginger, Oyster Sauce, Lemon,
Honey, Nampula, Miso, Sesame
Sauce, Soy Sauce)

*No rice included

SIDE サイド (COOKED)



茄子のピリ辛煮 SIMMERED EGGPLANT WITH CHILI PEPPER

Eggplant, Garlic, Sesame
Oil, Soy Sauce, Pepper,
Stock



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)



たくあんと高菜の 混ぜご飯の素 TAKUAN & TAKANA MIXED RICE BASE

Pickled Daikon, Sesame,
Sesame Oil, Pickled Mustard

*No rice included

※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・ラーメン類はお
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.