

VanGohan Recipe: Week of 2024-09-23

とり天

- Ingredients are marked with Orange stickers
- Cooking time: 35-50mins

ご自宅でご用意いただくもの

- 油
- 溶き卵1つ
- 水70ml

インストラクション

1. 片栗粉①, 溶き卵と水70mlを加えて混ぜる
2. とり肉に 1 を絡ませる
3. 揚げ油をフライパンか鍋の底から3cm程の高さまで入れ、中火で170度まで熱する（菜箸を入れてみて、やや大きめの泡が上がってくる状態）
4. 鶏肉を入れ、中に火が通るまで7分程揚げ、取り出して油を切る
5. ミックスリーフと一緒にもりつけ完成
6. 鶏肉はしっかり火が通っているか確認してください

ミートポテトグラタン

- Ingredients are marked with Blue Stickers
- Cooking time: 25-40mins

インストラクション

1. ひき肉を炒めて油が出始めたらジャガイモ、玉ねぎとコーン入れて炒める
2. フライパンSeasoning②を混ぜ入れる
3. 小麦粉を混ぜ入れ、牛乳250mlを煮立たせる
4. ほうれん草を入れてしんなりしたら、塩コショウで味を整える。
5. 耐熱皿に③を盛り付け、チーズとお好みでパセリをのせる
6. トースター、レンジ、オーブンなどでチーズが溶けるまで加熱する

ハウレン草ジェノバソース

- Ingredients are marked with Yellow Stickers
- Cooking time: 10-15 mins

ご自宅でご用意いただくもの

- パスタ
- 塩こしょう

- パルメザンチーズ（お好みで）

インストラクション

1. お湯に塩を入れてパスタ（2人前は茹で前で160gほど、3人前は240g）を茹でる
2. ソースと茹でたパスタを絡めて出来上がり（茹で汁を少し残しておいて、お好みでソースとパスタと混ぜてください）
3. 塩こしょう、パルメザンチーズを加えて味を調整してください
4. えびやチキンを足すと更においしくなります。

VanGohan

1 ORDER FOR 2 PEOPLE

PACKAGE OF THE WEEK

- 今週のメニュー -

SEPT 24, 2024

MAIN メイン (MEAL KIT)

WHAT WE SEND
届くもの



ポテトグラタン POTATO GRATIN

Potato, Onion, Spinach, Pork,
Seasonings (Incl. Garlic, Butter,
Flour)

Please prepare milk



とり天 JAPANESE FRIED CHICKEN

Chicken, Seasonings
(Incl. Garlic, Ginger, Soy Sauce,
Potato Starch,
Sesame Oil, Flour)
Please prepare an egg

SIDE サイド (COOKED)

INGREDIENTS
材料



HOT

かぼちゃの煮物 BRAISED PUMPKIN

Pumpkin, Broccoli, Soy
Sauce, Stock



COLD

レタスとのりの やみつきサラダ LETTUCE SALAD

Lettuce, Seaweed, Soy Sauce,
Garlic, Sesami,
Sesami Oil

RICE/NOODLE ごはん/麺類 (MEAL KIT)



ほうれん草ジュノベーゼ パスタソース SPANISH PASTA SAUCE

Spinach, Garlic, Nuts, Cheese

*Package doesn't contain
pasta noodles

※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 フラスワフ



トマト&パプリカのマリネ MARINATED TOMATO & BELL PEPPER

Tomato, Bell Pepper, Onion,
Lemon, Honey, Soy Sauce,
Basil, Oregano

※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.