

VanGohan Recipe: Week of 2025-04-07

ガパオライス

- Ingredients are marked with Orange Stickers
- Cooking time: 20-35mins

ご自宅でご用意いただくもの

- 炊いたご飯
- お好みで目玉焼き

インストラクション

1. フライパンにSeasoning①を入れてから中火にかける
2. 香りがしてきたら玉ねぎとパプリカを炒め、しんなりしてきたら、ひき肉も入れて火が通るまで炒める
3. Seasoning③を入れ絡ませたら、最後に荒くちぎったバジルを入れて軽く混ぜる
4. 平たい皿にご飯を盛り、その横に盛り付ける
5. 目玉焼き作りをのせる(お好みで)

高菜サラダうどん

- Ingredients are marked with Yellow Stickers
- Cooking time: 5-10 mins

ご自宅でご用意いただくもの

- 水

インストラクション

1. うどんをたっぷりの沸騰したお湯で3-5分程(お好みの固さに)茹で、水でよくすすいでから冷水で締める
2. お皿に水気をよく切ったうどんを乗せてSeasoningを全体に回しかけ、トマト(半分に切ってください)とレタスを上に盛り付ける
3. お好みで醤油や胡麻油を足してお楽しみ下さい

タンドリーチキン

- Ingredients are marked with Blue Stickers
- Cooking time: 80 - 90 mins

ご自宅でご用意いただくもの

- 塩胡椒
- 油

インストラクション

1. 鶏肉に塩コショウとSeasoning①を絡めて揉みこみ、1時間ほどおく
2. 油をひき中火に温めたフライパンで、レモンとズッキーニを塩コショウを軽くふって、焼き色が付くまで両面焼く
3. 野菜はお皿に盛り付けておく
4. フライパンを軽くペーパーで拭き、再び中火で油を温め、鶏肉を両面に焼き色がつくまで焼く
5. 弱火にして蓋をし、4~5分蒸し焼きにする
6. Seasoningは焦げやすいのでこまめにチェックをして、焦げる前に裏返しましょう！

VanGohan

1 ORDER FOR 2 PEOPLE

PACKAGE OF THE WEEK

- 今週のメニュー -

APRIL 8, 2025

MAIN メイン (MEAL KIT)

WHAT WE SEND
届くもの



ガバオライス STIR FRY PORK WITH BASIL

Ground pork, Onion, Bell pepper, Basil, Seasonings (Incl. Garlic, Nampula, Soy sauce, Chili Bean Paste, Oyster Sauce, Sesame, Sesame oil)

*This doesn't contain rice



タンドリーチキン TANDOORI CHICKEN

Chicken, Lemon, Zucchini Seasonings (incl. Ginger, Garlic, Ketchup, Curry Powder, Yogurt)

SIDE サイド (COOKED)

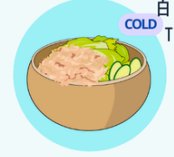
INGREDIENTS
材料



HOT

根菜ハニーマスタード ROOT VEGETABLE HONEY MUSTARD

Root Vegetable, Onion, Pork, Mustard, Honey, Olive Oil, Parsley



COLD

白菜とツナのおかかポン酢 TUNA & CHOY SALAD WITH PONZU AND BONITO FLAKES

Tuna, Choy, Ponzu, Bonito Flakes, Stock, Sesame Oil, Soy Sauce, Sesame

RICE/NOODLE ごはん/麺類 (MEAL KIT)



高菜サラダうどん TAKANA SALAD UDON

Noodle, Takana Pickles, Cucumber, Tomato, Ham, Seasonings (Incl. Soy Sauce, Mayo, Sesame)

※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



なすの漬物 PICKLED EGGPLANT

Egg plant, Chili Pepper, Kelp, Rice Vinegar

※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.