

# 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150-200mlに入れ、火にかけて沸騰させる(お湯の量を加減してお好みの濃さに調整して下さい)
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 & かぼちゃの 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.