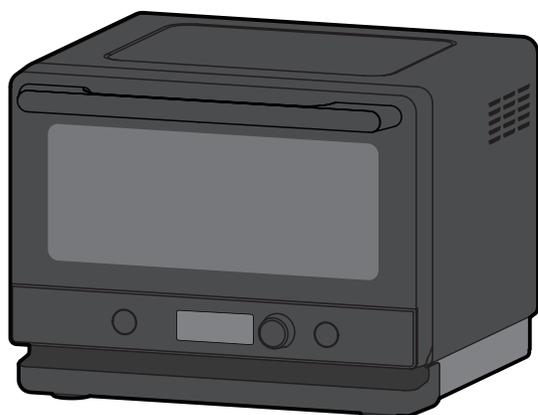


電子レンジ KRD-183D

取扱説明書 (保証書付)

ご使用前に必ずお読みください。



このたびは、コイズミ電子レンジをお買い上げいただき、まことにありがとうございました。

ご使用前に、必ずこの「取扱説明書」をよくお読みになり、正しくご使用ください。

なお、この取扱説明書には保証書が付いています。お読みになったあとは、いつでも取り出せるところに大切に保管ください。

●ご使用前に「安全上のご注意」を必ずお読みください。

→ P.1 ~ 5

目次

安全上のご注意	1 ~ 5
使用上のお願い	5
各部のなまえ	6 ~ 8
使える容器・使えない容器	9
使いかたの基本	10
自動あたため	11
解凍 / 半解凍	12
自動メニュー「1 牛乳 / 2 コーヒー」	13
自動メニュー「3 冷凍ごはん」	14
自動メニュー「4 コンビニ弁当」	15
自動メニュー「5 酒かん」	16
使いかた	
自動メニュー	
「6/7 ゆで野菜 (根菜 / 葉菜)」	17
自動メニュー	
「8 ~ 11 お手軽メニュー」	18
土鍋について	19
自動メニュー「12 ~ 67 土鍋」	20
蒸し器について	21
自動メニュー「68 ~ 74 蒸し器」	22
手動調理「レンジ」	23 ~ 24
料理レシピ集	25 ~ 59
お手入れのしかた	60
うまく仕上らないときは	61
故障かな?と思ったら	62
こんな表示が出たときは	63
デモモード解除のしかた / 仕様	64
アフターサービスについて	65
保証・無料修理規定	66
保証書・お客様相談窓口	67

安全上のご注意

ご使用前に、安全上のご注意をよくお読みのうえ、正しくご使用ください。

ここに示した注意事項には、ご使用になる方や他の人への危害、財産への損害を未然に防ぐための重大な内容を記載していますので必ずお守りください。

-  **危険** 誤った取り扱いをしたときに、死亡や重傷を負う危険性がきわめて高いもの。
-  **警告** 誤った取り扱いをしたときに、死亡や重傷を負う可能性があるもの。
-  **注意** 誤った取り扱いをしたときに、使用者が軽傷や物的損害をこうむる可能性があるもの。

絵表示の例

-  △記号は、注意をうながす内容です。
-  ⊘記号は、禁止の行為であることを告げる内容です。図の中や近傍に具体的な禁止内容（左図の場合は分解禁止）が描かれています。
-  ●記号は、行為を強制したり指示したりする内容を告げる内容です。図の中に具体的な指示内容（左図の場合は電源プラグを持ってコンセントから抜いてください）が描かれています。

※お読みになった後は、ご使用になる方がいつでも見られるところに必ず保管してください。

ご使用前

危険

	技術者以外は分解・修理・改造をしない 火災・感電・けがの原因になります。 修理はお買い上げの販売店または小泉成器株式会社「修理センター」にご相談ください。
	吸気口、排気口、製品の穴やすき間に針金や指などの異物を入れない 感電・異常動作・けが・故障の恐れがあります。もし異物が入ったときは、お買い上げの販売店または小泉成器株式会社「修理センター」にご相談ください。

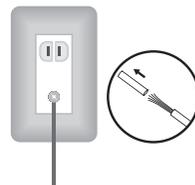
警告

	交流 100V 以外では使用しない 火災・感電の原因になります。	
	定格 15A 以上のコンセントを単独で使用する 他の器具と併用するとコンセント部が発火する原因になります。 また、延長コードは使用しないでください。異常発熱し火災・感電の原因になります。	
	いたんだ電源コードや電源プラグ、差し込みがゆるいコンセントは使用しない 電源プラグは根元まで確実に差し込んでください。感電・ショート・火災の原因になります。	
	電源コードを傷つけない 加工したり、たばねて使用したりしないでください。重いものをのせたり、無理に曲げたり、引っ張ったりねじったり、挟み込んだりしないでください。電源コードが破損し、火災・感電の原因になります。	
	電源プラグについたほこりを拭き取る ほこりに湿気がたまり、絶縁不良で火災の恐れがあります。	
	電源プラグを抜くときは、電源コードを持たずに先端の電源プラグを持って抜く 断線して感電・発火する恐れがあります。	
	長時間使用しないときは、電源プラグを抜く 絶縁劣化による感電・漏電火災の原因になります。	

据え付けるとき

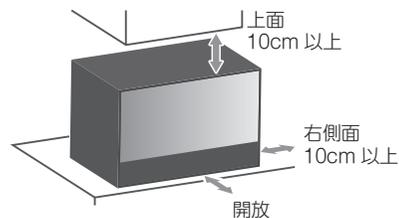
⚠ 警告

	<p>製品の梱包材や付属品はすべて取り除く 梱包材が発火し、火災・やけどの原因になります。</p>
	<p>包装用ポリ袋は、幼児の手の届かないところに保管、または廃棄する 頭からかぶるなどすると、口や鼻をふさぎ窒息する原因になります。</p>
	<p>アースを確実に取り付ける 故障や漏電のときに感電する恐れがあります。</p> <ul style="list-style-type: none"> アース端子付きコンセントを使用するとき アース線がレンジ本体後面のアース端子（ネジ）に確実に取り付けられていることを確認してから、アース線先端部分の被覆を取りはずし、芯線をアース端子に固定する。アース線の先端がコンセントに触れないように注意する。 <p>※アース線を接続できないもの ガス管、水道管、電話線のアース、避雷針 アース線が外れたり、ゆるんだりしていないか、定期的に点検してください。</p> <ul style="list-style-type: none"> アース端子付きコンセントがないとき 販売店または電気工事店にご相談ください。（本体価格に工事費は含まれていません） <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> 「電気工事士」の有資格者による D 種接地工事が必要な据え付け場所 <p><湿気の多い場所> 土間、コンクリート床、酒やしょうゆなどの醸造・貯蓄場所など</p> <p><水気のある場所> 洗い場などの水気のある場所、水を使用する土間、結露がおきやすいところ (漏電遮断器の取り付けも法律で義務付けられています)</p> </div>
	<p>燃えやすいものや熱に弱いものを近づけない レンジ本体を、たたみ・じゅうたん・テーブルクロス・プラスチックなどの上には置かないでください。また、カーテンやスプレー缶などを近づけないでください。 高温で引火や破裂する原因になります。</p>
	<p>水のかかるところや蒸気の出る機器、火気の近くでは使用しない 感電・漏電・故障・火災の原因になります。（機器例：加湿器、炊飯器、ポットなど）</p>



⚠ 注意

	<p>本体上面、壁との間は、右図の離隔距離以上の空間を設ける 吸気口・排気口など周りを密閉した状態で使用すると過加熱して発火する恐れがあります。放熱や排気による壁の汚れ・変色・結露・故障の原因になります。 ※後方がガラスの場合、温度差で割れる恐れがあるので、20cm 以上離してください。 (それでも温度差により割れる場合があります)</p>
	<p>十分な強度を持った平らな場所に置く 強度が不十分なテーブルや傾いた場所に置くと、落ちたり倒れたりして、けがの原因になります。 ※もし地震などで転倒・落下した場合は、そのまま使用せずお買い上げの販売店または小泉成器株式会社「修理センター」にご相談ください。</p>



安全上のご注意 (つづき)

使用するとき

警告

	<p>異常・故障時には、ただちに使用を中止する</p> <p>発火・発煙・感電の恐れがあります。すぐに電源プラグをコンセントから抜いて、お買い上げの販売店または小泉成器株式会社「修理センター」にご相談ください。</p> <ul style="list-style-type: none"> 電源コードや電源プラグが異常に熱くなる。 本体にさわると電気を感じる。 異常なおいがしたり煙が出る。 自動的に切れないときがある。 ドアや庫内に著しい変形がある。 その他の異常・故障がある。
	<p>子供だけで使わせない</p> <p>幼児の手の届くところでは使用しない</p> <p>やけど・感電・けがの原因になります。</p>
	<p>調理以外の目的で使用しない</p> <p>過加熱・異常動作による発火・やけど・けが・破損・火災の原因になります。衣類・ふきん類・市販のレンジ加熱用湯たんぽ・哺乳瓶（消毒バッグ）・カイロ・風呂湯保温器などは加熱しないでください。</p>
	<p>加熱中に電源プラグを抜き差ししない</p> <p>感電・火災の原因になります。</p>
	<p>製品のまわりを密閉した状態にしたり、吸気口・排気口をふさいだりしない</p> <p>加熱して発火する恐れがあります。</p>
	<p>レンジ本体の上にものを置いたり、布などをかぶせたりしない</p> <p>置いたものが加熱し、変形・変色する恐れがあります。</p>
	<p>ドアに乗ったり、ぶら下がったり、無理な力を加えたりしない</p> <p>レンジ本体が倒れたり落下したり電波漏れによる傷害・やけどの原因になります。</p>

注意

	<p>ドアを開けるときは、のぞき込まない</p> <p>熱気や水蒸気などで、やけどの原因になります。</p>
	<p>ドアにものをはさんだまま加熱しない</p> <p>電波漏れによる傷害の恐れがあります。</p>
	<p>テーブルプレートやドアガラスに、ものをぶつけたり衝撃を加えない</p> <p>けが・破損の原因になります。</p>
	<p>庫内の食品が燃え出したときはドアを開けない</p> <p>ドアを開けると空気が入り、勢いよく燃え出し、火災の原因になります。</p> <p>食品が燃えたときは次の手順で処置してください。</p> <ol style="list-style-type: none"> ① ドアを閉めたまま「一時停止 / とりけし」キーを押し、運転を止めてから電源プラグを抜きます。 ② レンジ本体から燃えやすいものを遠ざけ、火が消えるのを待ってください。 ③ 火が消えないときは、水か消火器で消してください。 <p>※そのまま使用せず、お買い上げの販売店または小泉成器株式会社「修理センター」にご相談ください。</p>
	<p>家庭用以外（店舗などでの長時間使用や不特定多数の人の使用など）では使用しない</p> <p>故障や発煙・発火などの不具合の原因になります。</p>
	<p>食品容器、付属品（土鍋、蒸し器）の出し入れは引きずらない</p> <p>テーブルプレートに傷が付くと、破損・火花・故障の原因になります。</p>
	<p>食品カスや油などが付いたまま加熱しない</p> <p>バターやチーズなど、油脂分の多い食品が庫内に付着したまま使用すると、発煙・発火の原因になります。</p>
	<p>加熱中や加熱後は、高温部（庫内、ドア、本体、排気口）には触れない</p> <p>高温のため、やけど・けがの原因になります。</p> <p>※食品の出し入れは、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。</p>



⚠ 注意



ドアを開閉するときは、指のはさみ込みに注意する
やけど・けがの原因になります。

調理するとき

⚠ 警告



缶詰、ビン詰、袋詰、アルミニウムのレトルト食品、真空パック入り食品は移し替える
鮮度保持剤（脱酸素剤）は取り除く
発火・破裂・製品の破損・やけど・けがの原因になります。



殻や膜のある食品は殻を取るか切れ目を入れる
イカ・栗・ぎんなん・ソーセージなどは破裂し、やけど・けがををする恐れがあります。



ビンやタッパーなど、密閉性の高い容器のフタや栓ははずす
容器が破裂し、やけど・けがの恐れがあります。



ベビーフードや介護食をあたためるときは、加熱後にかき混ぜてから温度を確認する
やけどの恐れがあります。



食品や飲み物などを加熱しすぎない

発煙・発火の原因になります。また、液体にインスタントコーヒーなどの粉末状のものを入れたときに、突然沸とうする場合があります。

- 食品：油脂分の多い食品（生クリーム、バター、天ぷらなどの揚げもの）など
- とうみのあるもの：カレー・シチューなど
- 飲み物：牛乳・コーヒー・お酒・汁物など

加熱中や、加熱後食品を取り出すときにテーブルに置いたり異物が入る
などの衝撃を受けると突然飛び散ることがあり、やけどの恐れがあります。



※加熱しすぎたときは、少し時間をおいて、庫内から取り出してください。

※少量の食品、または再加熱するときは自動メニューで加熱せず、手動で様子を見ながら加熱してください。

※低めで広口の容器を使用してください。

※飲みものはあたためスタートキーで加熱せず、牛乳、コーヒーは P.13、酒かんは P.16 をご参照ください。

※土鍋・蒸し調理のときは、P.25～59 料理レシピ集に記載の分量を守り、各自動メニューで加熱してください。



付属の蒸し器以外で、生卵やゆで卵（殻付き、殻なし）、目玉焼きの加熱はしない

レンジで卵を加熱すると破裂し、製品の破損・やけど・けがの原因になります。取り出した後に、突然破裂することもあります。付属の蒸し器で加熱する際も、作り方をよく読み正しくお使いください。

※卵はよく割りほぐしてから加熱してください。

※ゆで卵（おでん、八宝菜などの卵）のあたため直しもしないでください。



100g 未満の食品は自動加熱しない

過加熱となり食品が発火する恐れがあります。手動で様子を見ながら加熱してください。P.23～24

⚠ 注意



付属の蒸し器以外の金属製の容器、金串はレンジ加熱で使用しない

火花が出て、テーブルプレートやドアガラス割れによるけがの恐れがあります。アルミで加工した紙箱やパック、アルミテープ、金串、金銀模様のある容器、コップなども使用しないでください。

※解凍などでは一部限定してアルミホイルを使用することがあります。記載通りにお使いください。



自動メニューに使用するとき、付属の土鍋、蒸し器以外は使用しない

故障、破損の原因になります。



付属の土鍋、蒸し器を他のレンジやコンロなどの調理機器、直火では使用しない

故障、破損の原因になります。



付属の土鍋を使用した直後は、水などで急激に冷却しない

割れる原因になります。

安全上のご注意 (つづき)

調理するとき (つづき)

⚠ 注意

	庫内がカラのまま加熱しない 故障・発火の原因になります。 ● 本体や庫内が異常に加熱され、高温になり、やけどの原因になります。また、時間加熱や、少量の食品加熱後も庫内が熱くなり、やけどの原因になりますので、終了直後は庫内に触れないでください。
	食品容器、付属品 (土鍋、蒸し器) は空だきしない 故障・発火の原因になります。 ● 庫内が異常に加熱されて高温になり、やけどの原因になります。 ● 火花が出て、食品容器や付属品 (土鍋、蒸し器)、テーブルプレートの破損の原因になります。 ● 蒸し器を使用する際は、レシピにしたがい必ず水を入れてご使用ください。
	使用するキーを間違えない 仕上りが悪くなる原因になります。 加熱しすぎて焦げ・発火・火災の原因になります。飲み物を「あたためスタート」キーで加熱すると、庫内から取り出した後に突然沸とうし、やけどの恐れがあります。(突沸現象)
	ラップをはずすときは、蒸気の熱に注意する 蒸気が一気に出て、やけどの恐れがあります。

お手入れのとき

⚠ 警告

	お手入れの際は、電源プラグをコンセントから抜く 感電・けがの恐れがあります。
	お手入れはレンジ本体が冷めてから行う やけどの恐れがあります。
	ぬれた手で電源プラグを抜き差ししない 感電する恐れがあります。

使用上のお願い

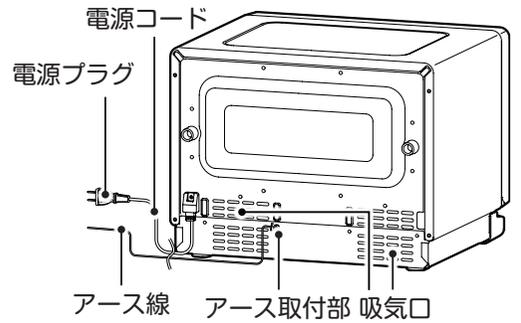
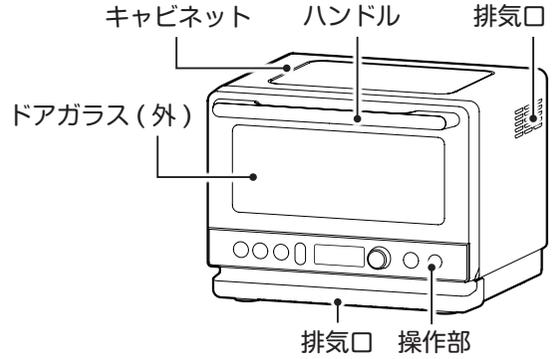
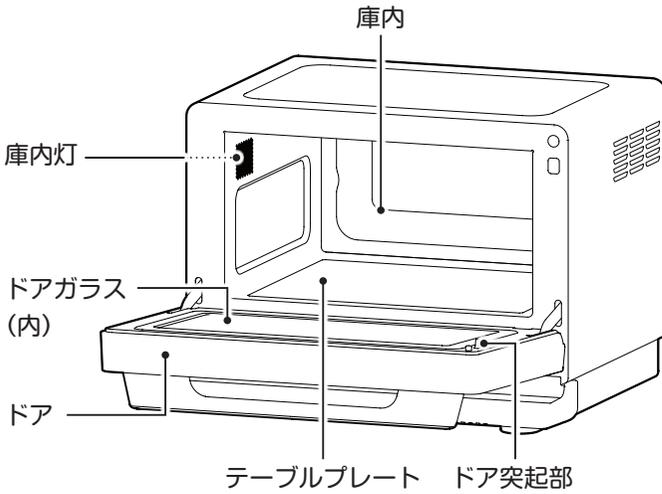
自動加熱および調理加熱全般について

- 本書に記載している材料・分量・調理方法で加熱する
記載している内容と違うと、仕上りが悪くなる原因になります。指定分量以外の場合や市販の料理本などの調理は、手動調理「レンジ」で様子を見ながら加熱してください。→ P.23 ~ 24
- 食品を入れ、ドアを閉めて5分以内にキーを押す
表示部が【0】のまま、および選択の途中で放置すると、約5分後に自動的に電源が切れます。
- 食品や調味料などを庫内に入れたままにしたり、庫内を収納庫として使用しない
間違えて運転した場合、発火・火災の原因になります。
- ミックスベジタブルや小さく切った根菜類(さつまいも、にんじんなど)は、少量でのあたためはしない
火花が出て焦げたり、発煙・発火の原因になります。
- 加熱直後は庫内が高温のため、ドアを開けて十分に冷ましてから使用する
庫内の余熱で加熱しすぎたり、ラップをかけて食品を庫内に入れたときにとける恐れがあります。

レンジ本体の設置場所は、テレビ・ラジオ・無線機器(無線LANなど)やアンテナ線などからは4m以上離す
雑音や映像の乱れ、通信エラーの原因になります。

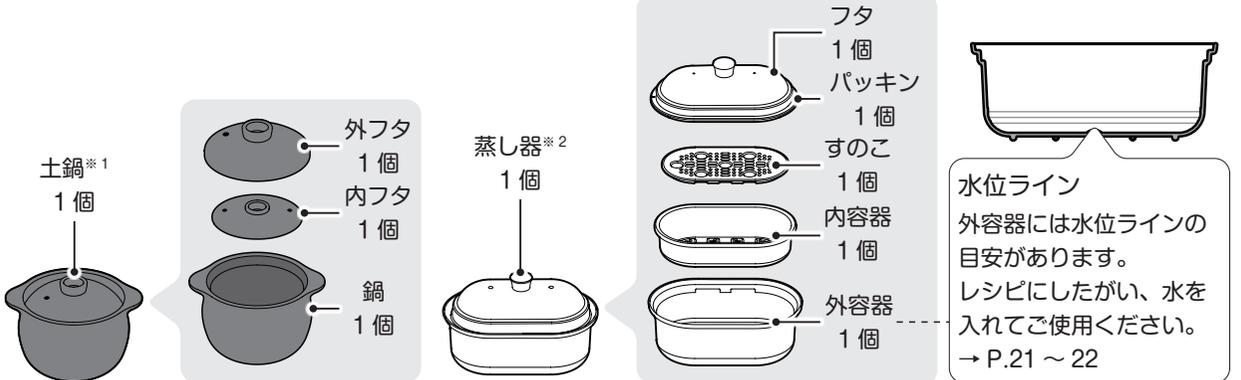
各部のなまえ

本体



付属品

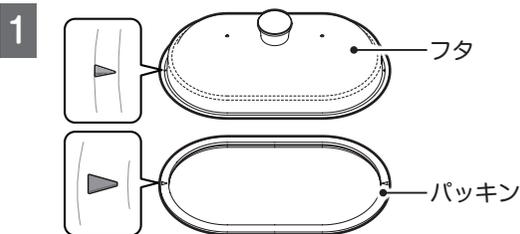
他のレンジやコンロなどの調理機器、直火では使用しないでください。



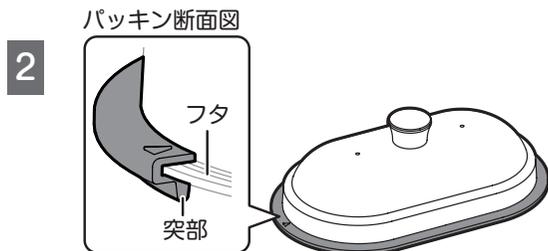
※1 詳しくは P.19 「土鍋について」
をご覧ください。

※2 詳しくは P.21 「蒸し器について」
をご覧ください。

蒸し器のフタとパッキンの取り付け方



フタとパッキンの印を、同じ位置に
合わせてください。



パッキンは上図のように、突部が下側になるように
フタの周囲に取り付けてください。

各部のなまえ (つづき)

テーブルプレート

毎日あたため	お手軽メニュー	ごはん	煮物	汁物	麺類
1 牛乳	8 1分メニュー	12-1 白ごはん 1合	30 肉じゃが	47 ポトフ	52 かきたまそば
2 コーヒー	9 3分メニュー	12-2 白ごはん 2合	31 筑前煮	48 豚汁	53 インスタントラーメン
3 冷凍ごはん	10 5分メニュー	13 白がゆ	32 かぼちゃの煮物	49 ミネストローネ	54 肉うどん
4 コンビニ弁当	11 7分メニュー	14 玄米がゆ	42 麻婆豆腐	50 グラムチャウダー	55 ペペロンチーノ
5 酒かん		15 玄米	45 ローストビーフ	51 海鮮サンドアップチゲ	56 ナポリタン
6/7 ゆで野菜(根菜 / 葉菜)		16 赤飯	46 カレー		57 カルボナーラ

操作部

キーは中央を押してください。キーの端を押すと、動作しないことがあります。

レンジ出力切替キー

• レンジ出力を設定するとき 사용합니다。

→ P.23

◎レンジ出力の切替

600W → 500W → 200W → 100W → 1000W※1



と変わります。

※1 高周波出力 1000W について

• 高周波出力 1000W は短時間高出力機能 (最大 3分) です。



解凍キー

• 解凍 / 半解凍を設定するとき 사용합니다。

土鍋 / 蒸しキー

• 自動メニュー「土鍋」「蒸し器」を設定するとき 사용합니다。

必ず付属の土鍋・蒸し器を使用してください。
土鍋 → P.19、蒸し器 → P.21

仕上り調節キー

• 仕上りを調節するとき 사용합니다。

→ P.11、12、15、17、22

表示部 (説明のためすべてを表示した状態です)

• 調理時間や運転状況などを表示します。
ドアを開けると電源が入り、表示部に「0」が点灯します。→ P.10

お菓子

- 63 おはぎ
- 64 プリン
- 65 カスタードクリーム
- 66 いちごジャム
- 67 大学いも

蒸し器

- 68-1 肉まん
- 68-2 しゅうまい・ぎょうざ (冷蔵)
- 68-3 しゅうまい (冷蔵)
- 69/70 ゆで卵 / 温泉卵
- 71 蒸し野菜
- 72 蒸し鶏



料理レシピ集

料理レシピ集

- 料理レシピ集をご覧くださいませ。
→ P.25 ~ 59
- ※アドレスは予告なく変更もしくは削除されることがあります。

自動メニュー

- 自動メニューには、「1 ~ 74」があります。
(テーブルプレートに記載している自動メニューは、一部抜粋した内容です)
表示部にメニュー番号が表示されますので、使用するメニュー番号に合わせて使用してください。

あたためスタートキー

- 表示部に「0」が点灯した状態で押すと、「自動あたため」を開始します→ P.11
- 自動メニューや、手動調理「レンジ」の加熱をはじめるときに押します。
調理の途中で一時停止し、再び加熱をはじめるときは、ドアを閉めてもう1度押します。

メニュー / 時間 / g



KRD-183D

一時停止 / とりけしキー

- 設定の途中でキーを押すと、すべての設定はとりけしされます。
- 加熱の途中でキーを1度押すと、加熱が一時停止します。*2
2度押すと、加熱が終了します。→ P.10

ダイヤル

- 自動メニューの設定、時間、重量の設定に使用します。
→ P.12 ~ 18、20、22、23

※ 2 「自動あたため」、自動メニュー「1 ~ 74」、手動調理「レンジ」の一時停止について

- 「自動あたため」、自動メニュー「1 ~ 74」、手動調理「レンジ」については、一時停止後1分ごとにブザー音が鳴り、約5分間放置すると自動的に電源が切れます。
(解凍 / 半解凍については、一時停止後に放置しても、電源は切れません)

取り出し忘れ防止音について

- 加熱終了後、ドアが閉じられたままだと、1分ごとにブザー音が鳴ってお知らせします。(5分間)

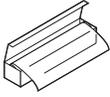
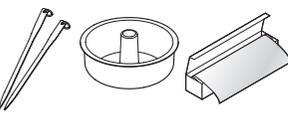
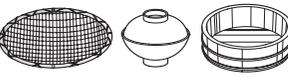
調理後の冷却について

- 加熱後に庫内を冷却するため、表示部に「冷却中」と表示し、約1分30秒ファンが回ることがあります。(ドアを開けても回ります)
冷却終了後、表示部の「冷却中」の表示が消え、ファンが止まります。

使える容器・使えない容器

使えない容器にご注意ください。

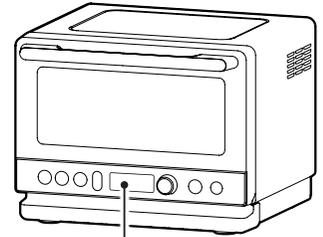
- プラスチック類は家庭用品品質表示法に基づく耐熱温度表示をご覧ください。
- 材質や耐熱温度がわからない容器は使わないでください。

○: 使える容器	注意
<p>耐熱性ガラス容器</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ●ただし、急に冷やすと割れることがあります。
<p>陶器・磁器</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ●ただし、色絵付け・ひび模様・金銀模様のあるものは器を傷めたり、火花が飛ぶことがあるので使用できません。 ●素焼きの陶器などの吸水性の高いものは、熱くなることがあるので注意してください。 ●付属の土鍋は自動メニュー「土鍋」専用容器です。自動メニュー「土鍋」以外で使用するとひび割れ・破損の原因になります。
<p>耐熱性プラスチック容器 シリコン容器</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ●耐熱温度が 140℃以上のもので「電子レンジ使用可」の表示のあるものは使えます。 ●熱に弱いフタや、密閉性の高いフタは、はずしてください。 ●時間をかけすぎると、変形したり、燃えたりすることがあります。 ●砂糖やバター、油を使った料理など高温になる食品には使用できません。
<p>ラップ類</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ●耐熱温度が 140℃以上のものは使えます。 ●砂糖・バター・油を使った料理など高温になる食品には使用できません。 ●ただし、ポリエチレン製のラップは使用できません。
✕: 使えない容器	注意
<p>金属容器・金串 アルミホイル</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ●火花が出て、テーブルプレートやドアガラス割れによるけがの恐れがあるので使用できません。 ●ただし、アルミホイルは加熱しすぎる部分を覆うなど部分的に使用できます。 ●詳しくは P.12 をご参照ください。
<p>耐熱性のないガラス容器</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ●カットガラスや強化ガラスも使用できません。
<p>熱に弱いプラスチック容器</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ●耐熱温度が 140℃未満のものや電波で変質するもの（ポリエチレン、スチロール、メラミン、フェノール、ユリア樹脂など）は、変形したり、燃えたりすることがあるので使用できません。
<p>木・竹・紙製品、漆器など</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ●焦げたり、燃えたり、火花が飛ぶことがあります。 ●塗りがはげたり、ひび割れ、変色の恐れがあります。 ●特に針金やホッチキスを使っているものは、そこに電波が集中して燃えやすくなります。

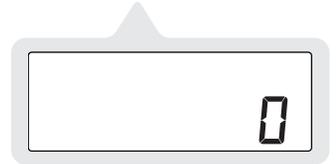
使いかたの基本

電源を入れるには

- 電源プラグをコンセントに差し込みます。
 - ドアを開けると電源が入り、表示部に「0」が点灯します。
- ※電源プラグをコンセントに差し込んだだけでは、電源は入りません。



表示部



待機電力オフ機能

ドアを開けると電源が入り、表示部に「0」が点灯します。
下記のときに約 5 分間放置すると、自動的に電源が切れます。

- ① 表示部が【0】
- ② 加熱設定の途中
- ③ 「自動あたため」、自動メニュー「1～74」、手動調理「レンジ」の一時停止中
(一時停止後、1分ごとにブザー音が鳴ります)

電源を入れるには、ドアを開けてください。

一時停止 / とりけしキーの操作方法

加熱開始前の操作のやり直し

- **一時停止 / とりけし** を 1 度押すと、操作がとりけしされます。

加熱を一時停止する

- 加熱の途中で **一時停止 / とりけし** を 1 度押すと、動作が一時停止します。
- **スタート** を押すと、加熱が再開します。

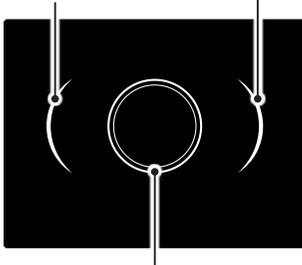
加熱をとりけす

- 加熱中に **一時停止 / とりけし** を 2 度押すと、加熱がとりけしされます。

食品を置く位置

テーブルプレートのラインは、食品を置く位置のガイドラインです。

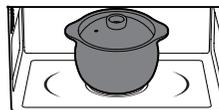
蒸し器、コンビニ弁当など



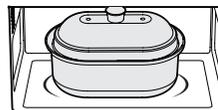
土鍋、丼もの、
茶碗、マグカップなど

単品の場合

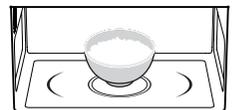
例：土鍋



例：蒸し器

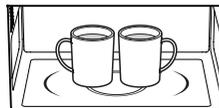


例：茶碗

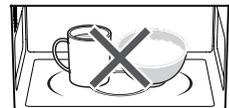


- 中央に置きます。

複数の場合



- 分量を同じくらいにして
中央に寄せて置きます。



- 異なる容器や食材は
うまくあたたまらない
ことがあります。

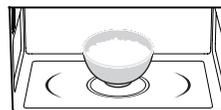
調理中、調理後に出る庫内の水滴について

- メニューによって食品から出た水蒸気が水滴として付着します。
かたく絞った布で拭き取ってください。

自動あたため

1 食品を庫内に入れる

- 食品はテーブルプレート中央に置いてください。
※自動あたためでは、付属の土鍋、蒸し器は使用できません。
→ P.19 ~ 22



土鍋、蒸し器は
使いません

2 スタートを押す

- レンジ加熱を開始します。

好みの仕上りを選ぶには

- スタート後 10 秒以内に を押して仕上りを調節してください。
- 何もしなければ、 に自動設定されます。

自動あたため
仕上げ



仕上り調節

… 仕上りを強くするときや量が多いとき

… 標準設定

… 仕上りを弱くするときや量が少ないとき

3 終了音が鳴ったら、食品を取り出す

- 終了後、ドアが閉じられたままだと、1 分ごとにブザー音が鳴ってお知らせします。(5 分間)
- 加熱後に庫内を冷却するため、表示部に「冷却中」と表示し、約 1 分 30 秒ファンが回ることがあります。(ドアを開けても回ります)

冷却終了後、表示部の「冷却中」の表示が消え、ファンが止まります。

あたためるときのポイント

- ごはん類 (常温・冷蔵)
かたまりはほぐし、固めのものは水を振りかけて加熱してください。
- カレー・シチューなど
飛び散る恐れがありますので、ふんわりとラップをしてください。
- めん類
加熱後によくかき混ぜてください。
- おかず
加熱後によくかき混ぜてください。
また、生卵やゆで卵 (殻つき、殻なしとも)、目玉焼きは、破裂する恐れがあるので、加熱しないでください。

※冷凍ものは、手動調理「レンジ」で様子を見ながら加熱してください。→ P.23 ~ 24

お願い

- 庫内が冷めた状態で加熱してください。
庫内が熱いと上手にあたためできません。表示部に「高温注意」[E03]が表示されたときは、庫内温度が高くなっています。ドアを開けてしばらく庫内を冷ましてください。→ P.63

上手にあたためるために

- 食品の分量に合う大きさの容器を使用してください。
(食品を入れたときに 7 ~ 8 分目)

さらに加熱するには

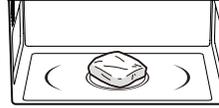
- 手動調理「レンジ」で時間を合わせて様子を見ながら加熱してください。→ P.23~24

<p>警告</p>		<p>生卵やゆで卵 (殻付き、殻なし)、目玉焼きは加熱しない レンジで卵を加熱すると破裂し、製品の破損・やけど・けがの原因になります。 取り出したあとに、突然破裂することもあります。 ※卵はよく割りほぐしてから加熱してください。 ※ゆで卵 (おでん、八宝菜などの卵) のあたため直しもしないでください。</p>
		<p>100g 未満の食品は自動加熱しない 過加熱となり食品が発火する恐れがあります。</p>
		<p>冷凍ものと飲み物は自動あたためで加熱しない 過加熱となり、加熱中や取り出すときに突然沸とうし、やけどの原因になります。 ※牛乳、コーヒーは P.13、酒かんは P.16 をご参照ください。</p>

解凍 / 半解凍

1 食品を庫内に入れる

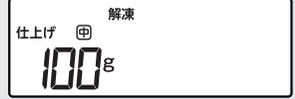
- 食品はテーブルプレート中央に置いてください。



土鍋、蒸し器は
使いません

2 を押す

-  を押すごとに、解凍→半解凍と変わります。



例：解凍のとき

3 重量を設定する

- ダイヤルを回して重量を設定します。
解凍：100～500g / 半解凍：100～500g
(100g 単位で設定できます)



4 を押す

- しばらくすると加熱の残り時間を表示します。

好みの仕上りを選ぶには

- スタート後 10 秒以内に   を押して仕上りを調節してください。
- 何もしなければ、 に自動設定されます。



仕上り調節

-  … 仕上りを強くするときや量が多いとき
-  … 標準設定
-  … 仕上りを弱くするときや量が少ないとき

5 終了音が鳴ったら、食品を取り出す

- 終了後、ドアが閉じられたままだと、1 分ごとにブザー音が鳴ってお知らせします。(5 分間)
- 加熱後に庫内を冷却するため、表示部に「冷却中」と表示し、約 1 分 30 秒ファンが回ることがあります。(ドアを開けても回ります)
冷却終了後、表示部の「冷却中」の表示が消え、ファンが止まります。

お願い

- 冷凍庫から出したらすぐに解凍 / 半解凍してください。
とけかけている場合は、重量設定を少なめに合わせて、様子を見ながら解凍 / 半解凍してください。

上手に解凍するために

- 解凍：包丁が軽く入る状態。
すぐに調理するときなどに使用してください。
- 半解凍：中心が軽く凍った状態。
材料の切り分けやさしみなどのときに使用してください。
- 食品の大きさをそろえます。
極端に薄い部分がないよう形をそろえて冷凍保存してください。

身の細い部分など早く

解凍 / 半解凍されてしまう部分にはアルミホイルを巻いて解凍 / 半解凍します。
※アルミホイルが庫内壁面やドアガラスに触れないようにしてください。

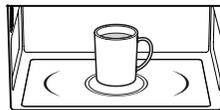


- 食品の種類や保存状態によって仕上りの状態は変わります。
お好みで調節してください。

自動メニュー「1牛乳/2コーヒー」

1 食品を庫内に入れる

- 飲み物を入れたマグカップはテーブルプレート中央に置いてください。



土鍋、蒸し器は
使いません

2 自動メニュー 1 または 2 を設定する

- ダイヤルを回してメニュー番号と分量を設定します。
一度にあたためられる分量は 1～2 杯です。

メニュー番号 分量

自動あたため

1 杯

メニュー番号	メニュー名	1 杯の容量
1	牛乳 (冷蔵)	200ml
2	コーヒー (常温)	

3 を押す

- 加熱の残り時間を表示します。

自動あたため

23 秒

4 終了音が鳴ったら、食品を取り出す

- 終了後、ドアが閉じられたままだと、1 分ごとにブザー音が鳴ってお知らせします。(5 分間)
- 加熱後に庫内を冷却するため、表示部に「冷却中」と表示し、約 1 分 30 秒ファンが回ることがあります。(ドアを開けても回ります)
冷却終了後、表示部の「冷却中」の表示が消え、ファンが止まります。

あたためるときのポイント

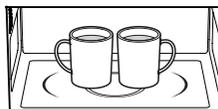
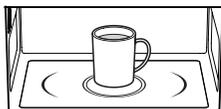
- 容器は広口のマグカップで、200ml の分量が 8 分目に入る大きさのものを使用してください。
- 加熱前と加熱後にかき混ぜてください。
- 牛乳は、冷蔵庫から出してすぐのものをあたためてください。
- コーヒーは常温のものをあたためてください。

お願い

- 指定分量を守ってください。
分量が多いと上手にあたためられません。分量が少ないとあたためすぎて、突沸の原因になります。
- 加熱したあと、少し時間をおいて取り出してください。
- 牛乳ビンや牛乳パックのまま加熱しないでください。

上手にあたためるために

- 複数を加熱するときは、中央によせて置きます。
2 杯目以上は分量をそろえてください。



さらに加熱するには

- 手動調理「レンジ」で時間を合わせて様子を見ながら加熱してください。→ P.23～24



飲み物は加熱しすぎない
過加熱となり、加熱中や取り出すときに突然沸とうし、やけどの原因になります。

自動メニュー「3 冷凍ごはん」

1 食品を庫内に入れる

- 食品はテーブルプレート中央に置いてください。
- ラップの重なっている面を下にしてください。

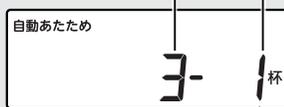


土鍋、蒸し器は
使いません

2 自動メニュー 3 を設定する

- ダイヤルを回してメニュー番号と分量を設定します。
一度にあたためられる分量は 1～2 杯です。

メニュー番号 分量

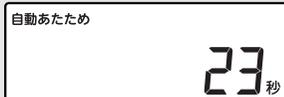


例：1 杯のとき

分量	重量
1 杯	150g
2 杯	300g

3 を押す

- 加熱の残り時間を表示します。



4 終了音が鳴ったら、食品を取り出す

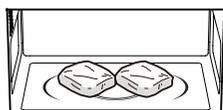
- 終了後、ドアが閉じられたままだと、1 分ごとにブザー音が鳴ってお知らせします。(5 分間)
- 加熱後に庫内を冷却するため、表示部に「冷却中」と表示し、約 1 分 30 秒ファンが回ることがあります。
(ドアを開けても回ります)
冷却終了後、表示部の「冷却中」の表示が消え、ファンが止まります。

あたためるときのポイント

- 一度にあたためられる分量は、1～2 杯です。
(1 杯 約 150g、2 杯 約 300g)
- 冷凍保存するときに、1 回分ずつに分けて 3cm 以下の厚みになるよう平たく整えラップします。
- テーブルプレートの上に直接のせます。
- ラップが重なり合う部分を下にして加熱します。
- 冷凍庫から出してすぐにあたためてください。
とけかけている場合、手動調理「レンジ」で時間を合わせて様子を見ながら加熱してください。→ P.23～24
- 耐熱性プラスチックの冷凍保存容器に入った冷凍ごはんは、保存容器のメーカーの指示通りに準備してからテーブルプレート中央に直接置いてください。

上手にあたためるために

- 複数を加熱するときは、大きさそろえて中央によせて置きます。



さらに加熱するには

- 手動調理「レンジ」で時間を合わせて様子を見ながら加熱してください。→ P.23～24



食品は加熱しすぎない
発煙・発火の原因になります。

自動メニュー「4コンビ二弁当」

1 食品を庫内に入れる

- 食品はテーブルプレート中央に置いてください。



土鍋、蒸し器は
使いません

2 メニュー 4 を設定する

- ダイヤルを回してメニュー番号を設定します。
一度にあたためられる分量は、お弁当や丼もの1人分です。

メニュー番号

自動あたため
仕上げ ④

4

3 仕上り調節キーで重量を設定する

- を押して重量を設定してください。

仕上げ	重量
強	500g
中	400g
弱	300g

自動あたため
仕上げ ④

4

例：仕上げ中 のとき

4 を押す

- 加熱の残り時間を表示します。

自動あたため
仕上げ ④

23 秒

5 終了音が鳴ったら、食品を取り出す

- 終了後、ドアが閉じられたままだと、1分ごとにブザー音が鳴ってお知らせします。(5分間)
- 加熱後に庫内を冷却するため、表示部に「冷却中」と表示し、約1分30秒ファンが回ることがあります。
(ドアを開けても回ります)
冷却終了後、表示部の「冷却中」の表示が消え、ファンが止まります。

あたためるときのポイント

- レンジ加熱対応容器に入ったお弁当をあたためてください。
お弁当屋さんの持ち帰り弁当など電子レンジ加熱に向かない容器(発泡スチロールなど)に入ったお弁当は、耐熱容器に移しかえてからあたためるようにしてください。

お願い

- 指定分量を守ってください。
分量が多いと上手にあたまりません。分量が少ないとあたまりすぎて焦げたり、発煙・発火の原因になります。

- タレなどが入った袋や容器・アルミケース・ゆで卵(殻つき、殻なしとも)、目玉焼きは取り出してください。

破裂・発火の恐れがあります。

- お弁当の種類によって仕上り調節の設定は違います。

上記のリストを参考に、仕上り調節で重量を設定してください。

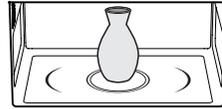
さらに加熱するには

- 手動調理「レンジ」で時間を合わせて様子を見ながら加熱してください。→ P.23~24

自動メニュー「5 酒かん」

1 食品を庫内に入れる

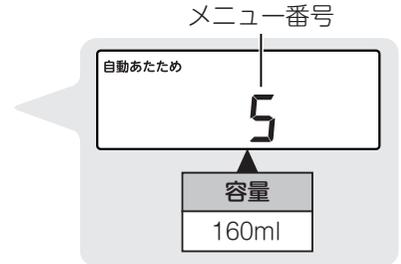
- とっくりまたは広口のコップは、テーブルプレート中央に置いてください。



土鍋、蒸し器は
使いません

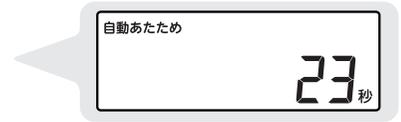
2 自動メニュー 5 を設定する

- ダイヤルを回してメニュー番号を設定します。
一度にあたためられる分量は 160ml です。



3 **スタート** を押す

- 加熱の残り時間を表示します。



4 終了音が鳴ったら、食品を取り出す

- 終了後、ドアが閉じられたままだと、1 分ごとにブザー音が鳴ってお知らせします。(5 分間)
- 加熱後に庫内を冷却するため、表示部に「冷却中」と表示し、約 1 分 30 秒ファンが回ることがあります。
(ドアを開けても回ります)
- 冷却終了後、表示部の「冷却中」の表示が消え、ファンが止まります。

あたためるときのポイント

- 容器は広口のコップで、160ml の分量が 8 分目に入る大きさのものを使用してください。
- 加熱前と加熱後にかき混ぜてください。
- 酒かんは常温のものをあたためてください。

お願い

- 指定分量を守ってください。
分量が多いと上手にあたためられません。分量が少ないとあたためすぎて突沸の原因になります。
- 加熱したあと、少し時間をおいて取り出してください。
- 容器の大きさ・形状・材質で仕上げ温度は違います。

上手にあたためるために

- とっくりのくびれた部分より 1cm 下くらいまで入れてください。

さらに加熱するには

- 手動調理「レンジ」で時間を合わせて様子を見ながら加熱してください。→ P.23~24

自動メニュー「6 / 7 ゆで野菜（根菜 / 葉菜）」

1 食品を庫内に入れる

- 食品はテーブルプレート中央に置いてください。
- ラップの重なっている面を下にしてください。



土鍋、蒸し器は
使いません

2 自動メニュー 6 または 7 を設定する

- ダイヤルを回してメニュー番号を設定します。
ゆで野菜（根菜）：メニュー 6
ゆで野菜（葉菜）：メニュー 7

メニュー番号

自動あたため
仕上げ ④

6

例：6 ゆで野菜（根菜）のとき

3 仕上り調節キーで重量を設定する

- を押して重量を設定してください。

仕上げ	重量
強	300g
中	200g
弱	100g

自動あたため
仕上げ ④

6

例：仕上げ中 のとき

4 を押す

- 残りの加熱時間を表示します。

自動あたため
仕上げ ④

23 秒

5 終了音が鳴ったら、食品を取り出す

- 終了後、ドアが閉じられたままだと、1 分ごとにブザー音が鳴ってお知らせします。（5 分間）
- 加熱後に庫内を冷却するため、表示部に「冷却中」と表示し、約 1 分 30 秒ファンが回ることがあります。（ドアを開けても回ります）

冷却終了後、表示部の「冷却中」の表示が消え、ファンが止まります。

※ ブロッコリーやグリーンアスパラガスなどの葉果菜類は、自動メニューでは上手に加熱できません。P.24「手動調理の加熱時間の目安」を参考に、加熱時間を設定してください。

根 菜	葉 菜
じゃがいも	ほうれん草
さつまいも	菊 菜
にんじん	キャベツ
だいこんなど	白 菜など

お願い

- ミックスベジタブルや小さく切った根菜類（さつまいも・にんじんなど）を少量で加熱しないでください。焦げたり、発煙・発火の原因になります。

上手にあたためるために

- 複数を加熱するときは、大きさをそろえてください。
- P.24「野菜をゆでる」を参考に、ラップに包んでください。

さらに加熱するには

- 手動調理「レンジ」で時間を合わせて様子を見ながら加熱してください。→ P.23～24

- 指定分量外は手動調理「レンジ」で時間を合わせて様子を見ながら加熱してください。→ P.23～24

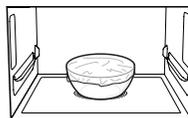


100g 未満の食品は自動加熱しない
過加熱となり食品が発火する恐れがあります。

自動メニュー「8～11 お手軽メニュー」

1 食品を庫内に入れる

- 食品はテーブルプレート中央に置いてください。

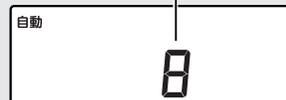


土鍋、蒸し器は
使いません

2 自動メニュー番号を設定する

- ダイヤルを回してメニュー番号を設定します。
- ※メニュー番号に該当するメニュー名、
レシピの記載ページは、P.25 をご参照ください。

メニュー番号



例：8 1分メニューのとき

メニュー番号		お手軽メニュー
8	1分メニュー	ブロッコリーのハニーマスタード チーズ豆腐 もやしのおかか和え
9	3分メニュー	親子丼 ささみのサラダチキン フレンチトースト
10	5分メニュー	丸ごと玉ねぎ あさりの酒蒸し チンジャオロース
11	7分メニュー	キーマカレー ガーリックじゃがバター ピーマンの肉詰め

3 を押す

- 加熱の残り時間を表示します。



4 終了音が鳴ったら、食品を取り出す

- 終了後、ドアが閉じられたままだと、1分ごとにブザー音が鳴ってお知らせします。(5分間)
- 加熱後に庫内を冷却するため、表示部に「冷却中」と表示し、約1分30秒ファンが回ることがあります。
(ドアを開けても回ります)
冷却終了後、表示部の「冷却中」の表示が消え、ファンが止まります。

お願い

■指定分量を守ってください。

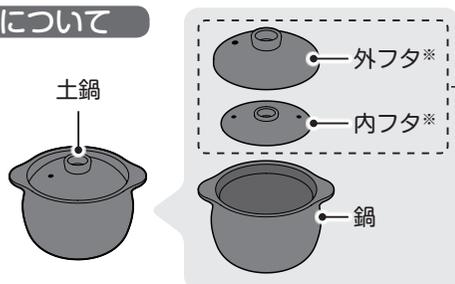
- 庫内が冷めた状態で加熱してください。
庫内が熱いと上手ににあたためできません。
表示部に「高温注意」「E03」が表示されたときは、庫内温度が高くなっています。
ドアを開けてしばらく庫内を冷ましてください。→ P.63

- 分量が多いと上手にあたためません。
分量が少ないとあたためすぎて突沸の原因になります。

土鍋について

- 炊き込みごはん、雑炊、鍋物、煮込み料理などにもご利用頂けます。→ P.30 ~ 57
- 本体は耐熱性のため、冷蔵庫から出してすぐに温めることができます。

土鍋について



※レシピによっては、外フタ、内フタを使用しない場合があります。

目止めについて

- ご使用前に目止めをすることで、シミやひび割れの予防になります。
注：外フタ、内フタは使用しません。

目止めのやりかた

- 1 600mlのお米の研ぎ汁や、無洗米によりお米の研ぎ汁がない場合は水 600ml に片栗粉 120g を土鍋に入れてください。
- 2 手動調理「レンジ」600W で約 10 分加熱してください。
- 3 加熱終了後、土鍋を取り出したあと約 20 ~ 30 分以上放置し、粗熱を取り除いてください。
- 4 土鍋をよく洗ってからご使用ください。

使用上の注意

ご使用の際

- はじめてご使用の際は、水でよく洗ってください。
- 自動メニュー「土鍋」で調理するときは、付属の土鍋以外は使用しないでください。
- 土鍋を他の自動メニューで使用しないでください。
- 水加減、量によって吹きこぼれる場合があります。
- 調理後に土鍋を移動する場合は、ミトンやふきん、鍋敷きを使用してください。
- ひび、欠け、割れなどがみられる場合、土鍋を使用しないでください。
- フタの蒸気穴が詰まったまま使用しないでください。
- 土鍋を他のレンジやコンロなどの調理機器、直火では使用しないでください。

ご使用後

- 使用直後は、しばらく常温で冷やしてください。
熱いまま水などで急激に冷やすと、割れる原因になります。
- 使用後は、水でよく洗ってしっかり乾燥して収納してください。

破損、もしくは紛失した際

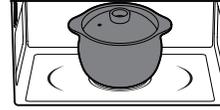
- 破損、もしくは紛失した場合、お買い上げの販売店か、小泉成器株式会社「部品センター」にお問い合わせください。→ P.67

		天ぷら、フライ料理など、油料理には使用しない 発煙・発火の原因になります。
		再加熱するときは、自動あたためで加熱しない 過加熱により沸とうの原因になります。 再加熱するときは、手動で様子を見ながら加熱してください。→ P.23 ~ 24

自動メニュー「12～67 土鍋」

1 食品を庫内に入れる

- 土鍋はテーブルプレートの中央に置いてください。



使用する付属品



2 ^{土鍋/蒸し} を押す

- ^{土鍋/蒸し} を押すごとに、 と変わります。



3 自動メニュー番号を設定する

- ダイヤルを回してメニュー番号を設定します。
- ※メニュー番号に該当するメニュー名、レシピの記載ページは、P.25 をご参照ください。

調理内容の例

- 飯** … 白ごはん、チャーハン、トマトリゾットなど
- 煮** … 肉じゃが、豚の角煮、カレー など
- 土鍋 汁** … ポトフ、豚汁、ミネストローネ など
- 麺** … 肉うどん、ナポリタン、カルボナーラ など
- 菓** … おはぎ、プリン、いちごジャム など

土鍋	メニュー番号
飯	12-1 ~ 29
煮	30 ~ 46
汁	47 ~ 51
麺	52 ~ 62
菓	63 ~ 67

4 ^{スタート} を押す

- 加熱の残り時間を表示します。



5 終了音が鳴ったら、食品を取り出す

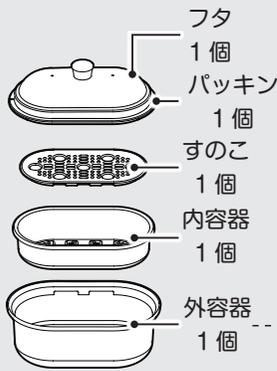
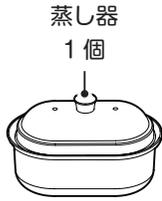
- 終了後、ドアが閉じられたままだと、1分ごとにブザー音が鳴ってお知らせします。(5分間)
- 加熱後に庫内を冷却するため、表示部に「冷却中」と表示し、約1分30秒ファンが回ることがあります。(ドアを開けても回ります)
- 冷却終了後、表示部の「冷却中」の表示が消え、ファンが止まります。

 注意		食品容器、土鍋、蒸し器の出し入れは引きずらない テーブルプレートに傷が付くと、破損・火花・故障の原因になります。
		土鍋は空だきしない 故障・発火の原因になります。 <ul style="list-style-type: none"> 土鍋や庫内が異常に加熱されて高温になり、やけどの原因になります。 火花が出て、テーブルプレートや土鍋の破損の原因になります。
		ミトンやふきんなどを使用して取り出す 加熱後は容器が熱くなるので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。使用しないと、やけどの恐れがあります。

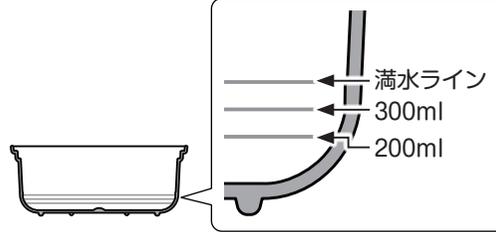
蒸し器について

• 蒸し器と自動メニュー「蒸し器」を使用し、蒸し調理をします。

蒸し器について



水位ラインについて



水位ライン(点線)は上から順に、満水ライン、水 300ml、200ml が入る目安のラインです。レシピにしたがい水をいれてください。

使用上の注意

下記の使い方を誤りますと、食品(ゆで卵など)の破裂、外容器等の変形、やけどなどの恐れがあります。変形や破損が生じた場合は使用をやめてください。

ご使用の際

- 必ずレシピにしたがい、水位ライン(200ml、300ml)まで水を入れて使用してください。
- フタのパッキンの取り付け方は、P.6 をご参照ください。
- 内容器の外容器への装着、フタの装着、およびパッキンの取り付けを確実に行って使用してください。
- 連続使用は避けて、レンジ庫内が熱いときは冷ましてから使用してください。
- 自動あたためでは使用できません。必ず自動メニュー「蒸し器」または手動調理「レンジ」でお使いください。
- 使用直後は、容器およびフタが熱くなっているため、やけどにご注意ください。
- 市販の厚手のミトンなどを使用し、両手で出し入れしてください。(素手で直接蒸し器に触れないでください)
- 破れていたり、水や油でぬれたミトンやふきんは使用しないでください。
- 加熱した際、内容器に白い汚れが付着する場合があります。これは水や卵の殻から溶けだしたカルシウム成分であり、異常ではありません。お手入れのしかたは P.60 をご参照ください。

取り扱いの際

- 高温の場所や、火器の近くに置かないでください。
- アルミニウム製の内容器およびフタの縁部で手を切らないようにご注意ください。
- 食器洗い乾燥機や食器乾燥機などは使えません。

破損、もしくは紛失した際

- 変形や破損、もしくは紛失した場合、お買い上げの販売店か、小泉成器株式会社「部品センター」にお問い合わせください。→ P.67

上手にあたためるために

- 食品は重ならないように並べてあたためてください。重なっていると上手く仕上がらない場合があります。

さらに加熱するには

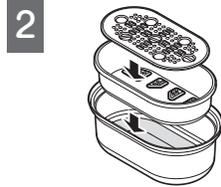
- 手動調理「レンジ」で時間を合わせて様子を見ながら加熱してください。→ P.23~24

注意	⊘	食品容器、蒸し器、土鍋の出し入れは引きずらない テーブルプレートに傷が付くと、破損・火花・故障の原因になります。
	!	ミトンやふきんなどを使用して取り出す 加熱後は容器が熱くなるので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。 使用しないと、やけどの恐れがあります。
	⊘	蒸し器は、自動メニュー「蒸し器」と手動調理「レンジ 600W/500W」以外では使用しない 変色・変形・破損の恐れがあります。

自動メニュー「68～74 蒸し器」



1 レシピにしたがい、外容器のラインを目安にして水200mlまたは300mlを入れます。

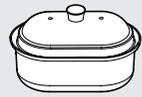


2 外容器の上に内容器、すのこの順にかぶせます。



3 すのこの上に食品をおき、フタをします。

使用する付属品

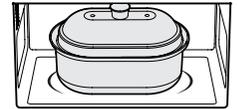


蒸し器

※内容器、フタの装着、およびパッキンの取り付けは確実に行ってください。

4 食品を庫内に入れる

- 蒸し器はテーブルプレート中央に置いてください。
- ※庫内に入れるときはフタがずれないように注意してください。



5 を押す

-  を押し、自動メニュー「蒸し器」を設定します。

6 自動メニュー番号を設定する

- ダイヤルを回してメニュー番号を設定します。
- ※メニュー番号に該当するメニュー名、レシピの記載ページは、P.25をご参照ください。

7 を押す

- 加熱の残り時間を表示します。
- お好みの仕上りを選ぶには
- スタート前に   を押して仕上りを調節してください。
- 何もしなければ、 に自動設定されます。

手動調理「レンジ」で調理される場合は、レンジ600W、または500Wで、下記の調理時間を参考に加熱してください。

メニュー番号	蒸し器レシピ	水量	重量 / 仕上り / 食品			調理時間		
			弱	中	強	弱	中	強
68-1	肉まん(冷蔵/2個)	200ml	小(50g以下)	中(約60～125g)	大(130g以上)	約8分	約10分	約13分
68-2	しゅうまい(冷凍/8個) ぎょうざ(冷凍/6個)	200ml	皮が薄いもの 小ぶりなもの	標準サイズ	皮が厚いもの 大きいもの	約9分	約10分	約15分
68-3	しゅうまい(冷蔵/6～8個)	200ml				約6分	約7分	約10分
68-4	ぎょうざ(冷蔵/6個)	200ml				約6分	約7分	約8分
68-5	おまんじゅう(常温/1～4個)	200ml	1個	2個	4個	約5分	約5分半	約6分
69	ゆで卵(冷蔵/4個)※	300ml	柔らかめ	普通	固め	手動調理できません		
70	温泉卵(冷蔵/4個)※							
71	蒸し野菜(冷蔵/常温) (一口大1cm幅)	200ml	ブロッコリー、 パプリカなど	じゃがいも、 だいこん、 れんこんなど	かぼちゃ さつまいも にんじんなど	約8分	約12分	約14分

※メニュー番号69、70、72～74のレシピは、P.58～59をご参照ください。

8 終了音が鳴ったら、食品を取り出す

- 終了後、ドアが閉じられたままだと、1分ごとにブザー音が鳴ってお知らせします。(5分間)
- ※調理後、外容器に入っている水は熱くなっていますので注意してください。
- 加熱後に庫内を冷却するため、表示部に「冷却中」と表示し、約1分30秒ファンが回ることがあります。(ドアを開けても回ります)
- 冷却終了後、表示部の「冷却中」の表示が消え、ファンが止まります。


注意



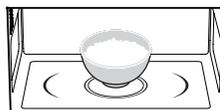
加熱終了後は、蒸し器が熱くなっています。

使用直後は、容器およびフタが熱くなっているため、やけどにご注意ください。市販の厚手のミトンなどを使用し、両手で出し入れしてください。(素手で直接蒸し器に触れないでください)

手動調理「レンジ」

1 食品を庫内に入れる

- 食品はテーブルプレート中央に置いてください。



土鍋、蒸し器は
使いません

2 レンジ出力を設定する

- レンジ出力を設定します。
押しごとに 600W → 500W → 200W → 100W → 1000W と変わります。



出力の使い分け目安

100W/200W	500W	600W	1000W
弱火		中火	強火
<ul style="list-style-type: none"> 解凍する 煮込み 	<ul style="list-style-type: none"> 調理全般 冷凍食品をあたためる はじけやすい食品をあたためる 	<ul style="list-style-type: none"> 野菜をゆでる（下ごしらえ） 食品をあたためる 	<ul style="list-style-type: none"> 食品をすばやくあたためる

3 時間を設定する

- ダイヤルを回して時間を設定します。



4 スタートを押す

- 残りの加熱時間を表示します。



出力	最大設定時間
600W/500W	15分
200W/100W	60分
1000W	3分

5 終了音が鳴ったら、食品を取り出す

- 終了後、ドアが閉じられたままだと、1分ごとにブザー音が鳴ってお知らせします。（5分間）
- 加熱後に庫内を冷却するため、表示部に「冷却中」と表示し、約1分30秒ファンが回ることがあります。（ドアを開けても回ります）
- 冷却終了後、表示部の「冷却中」の表示が消え、ファンが止まります。

お願い

- 少量の食品を加熱するときは時間設定を短めにしてください。発煙・発火の恐れがあります。加熱時間を20～30秒に設定し、様子を見ながら加熱してください。

- ミックスベジタブルや小さく切った根菜類（さつまいも、にんじんなど）は、皿に広げ浸るくらいの水を入れ、ふんわりとラップをかけ、加熱時間を20～50秒に設定し、手動調理「レンジ」で様子を見ながら加熱してください。

上手にあたためるために

- 食品の分量に合う大きさの容器を使用してください。（食品を入れたときに7～8分目）



- あんまん・まんじゅうは、「あん」が高温になると発煙します。
- 根菜類（ごぼう・れんこんなど）は、水分が少なくなり発煙・発火することがあります。
- 飲み物は、取り出すときに突然沸とう（突沸）してやけどをする恐れがあります。
- いかなどははじけやすいものは、はじけてやけどをすることがあります。
- 乾燥したものや水分の少ないものは、発煙・発火することがあります。

●手動調理するときの加熱時間の目安

●調理時間は、食品の素材・量・大きさ・調理前の温度などにより異なります。

レンジ 600W ～あたたため～

	メニュー	分量	加熱時間	ラップ
冷蔵	ごはん	1杯(約150g)	約1分40秒	-
	チャーハン・ピラフ	1人分(約250g)	約2分	-
	みそ汁	1人分(約150ml)	約2分	-
	カレー	1人分(約300g)	約4分10秒	○
	シチュー	1人分(約300g)	約3分40秒	○
	ポタージュスープ	1人分(約150ml)	約2分	-
	焼き魚	1切(約80g)	約1分10秒	○
	ハンバーグ	1個(約100g)	約1分30秒	-
	コロッケ	1個(約100g)	約40秒	-
	トンカツ	1枚(約100g)	約1分40秒	-
	肉まん	1個(約120g)	約1分10秒	○
	しゅうまい	12個(約160g)	約1分30秒	○
	焼きそば	1人分(約180g)	約2分20秒	-
	野菜の煮物	1人分(約150g)	約2分	-
冷凍	煮魚	1切(約100g)	約2分	○
	ごはん	1杯(約150g)	約2分30秒	○
	チャーハン・ピラフ	1人分(約250g)	約4分30秒	○
	カレー	1人分(約300g)	約7分	○
	シチュー	1人分(約300g)	約10分	○
	ハンバーグ	1個(約100g)	約2分40秒	○
	肉まん	1個(約120g)	約1分50秒	○
	しゅうまい	12個(約160g)	約2分50秒	○

レンジ 600W ～温野菜～

メニュー	分量	加熱時間	ラップ
じゃがいも	1個(約110g)	約2分20秒	○
さつまいも	1本(約200g)	約4分	○
里いも	約100g	約2分	○
にんじん	約100g	約2分30秒	○
だいこん	約200g	約4分20秒	○
ほうれん草・菊菜	約100g	約1分20秒	○
キャベツ・白菜	約100g	約1分30秒	○
かぼちゃ	約100g	約2分10秒	○
ブロッコリー	約100g	約2分	○
カリフラワー	約100g	約2分	○
グリーンアスパラガス	4本(約100g)	約1分20秒	○

レンジ 200W ～冷凍の肉、さしみ～

メニュー	分量	加熱時間	ラップ
ひき肉	約300g	約5分～6分	○
薄切り肉	約300g	約1分50秒～2分10秒	○
鶏もも肉(骨なし)	約250g	約2分10秒～2分30秒	○
えび	10尾(約130g)	約2分～2分20秒	○
いか(ロール)	約130g	約2分10秒～2分30秒	○
まぐろ(ブロック)	約200g	約2分～2分20秒	○
切り身魚	1切れ(約60g)	約1分20秒～1分30秒	○

※煮込みに使用するときには、様子を見ながら加熱してください。

●ラップをする

●しっかりとさせたい食品や、はじけやすい食品にはふんわりとラップをかけてください。(炒め物、蒸し物、煮物、冷凍した食品など)

●冷凍食品やポップコーンについて

- 市販の冷凍食品をあたためるときは、パッケージ記載内容を参考にし、様子を見ながら加熱してください。
- ポップコーンはパッケージの加熱方法に従って、必ず近くで様子を見ながら加熱してください。
- カレー・シチューのあたためは、こびり付きを防ぐため、途中で混ぜてください。

●蒸し器を使用する蒸し調理について

●使い方、調理時間については、P.21～22をご参照ください。

●野菜をゆでる

- 洗った後の水気はそのままラップをしてください。
- ラップが重なり合う部分を下にしてテーブルプレート中央に置き、加熱します。

根菜

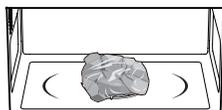
※加熱後、庫内から取り出し、ラップしたまま約5分蒸らしてください。

じゃがいも(まるごと加熱)



- 洗って、皮つきのままラップに包んでください。
- 2個以上を一緒に加熱するときは、なるべく同じ大きさのものを選んでください。

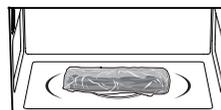
じゃがいも(切って加熱)



- 皮をむき大きさをそろえて切ってラップに包んでください。

葉菜

ほうれん草



- 葉と茎を交互に重ねてラップに包んでください。
- 太い茎には十文字に包丁を入れてください。
- アクのある野菜は、加熱後すぐに流水にさらしてアク抜きをし、冷水に取って色止めをします。



生卵やゆで卵(殻付き、殻なしとも)、目玉焼きは加熱しない

レンジで卵を加熱すると破裂し、製品の破損・やけど・けがの原因になります。

取り出したあとに、突然破裂することもあります。

※卵はよく割りほぐしてから加熱してください。

※ゆで卵(おでん、八宝菜などの卵)のあたため直しもしないでください。

料理レシピ集

電子レンジ KRD-183D

お手軽メニュー

- 1分メニュー
ブロッコリーのハニーマスタード… 26
チーズ豆腐… 26
もやしのおかか和え… 26
- 3分メニュー
親子丼… 27
ささみのサラダチキン… 27
フレンチトースト… 27
- 5分メニュー
丸ごと玉ねぎ… 28
あさりの酒蒸し… 28
チンジャオロース… 28
- 7分メニュー
キーマカレー… 29
ガーリックじゃがバター… 29
ピーマンの肉詰め… 29

飯 ごはん

- 白ごはん… 30
白がゆ… 30
玄米がゆ… 31
玄米… 31
赤飯… 32
もち米… 32
チキンライス… 33
ガーリックライス… 33
チャーハン… 34
エビピラフ… 34
豚キムチ炊き込みご飯… 35
すき焼き風炊き込みご飯… 35
豆ごはん… 36

飯 ごはん

- 鶏釜めし… 36
梅とわかめの炊き込みご飯… 37
パエリア… 37
鶏ときのこのクリームリゾット… 38
トマトリゾット… 38

煮 煮物

- 肉じゃが… 39
筑前煮… 39
かぼちゃの煮物… 40
ひじきの煮物… 40
豚の角煮… 41
すき焼き… 41
きんぴらごぼう… 42
卵の花… 42
八宝菜… 43
ブリ大根… 43
カレイの煮つけ… 44
おでん… 44
麻婆豆腐… 45
ペーパーチキン… 45
煮込みハンバーグ… 46
ローストビーフ… 46
カレー… 47

汁 汁物

- ポトフ… 47
豚汁… 48
ミネストローネ… 48
クラムチャウダー… 49
海鮮スンドゥブチゲ… 49

麺 麺類

- かきたまそば… 50
インスタントラーメン… 50
肉うどん… 51
ペペロンチーノ… 51
ナポリタン… 52
カルボナーラ… 52
ベーコンとほうれん草の
クリームパスタ… 53
明太子クリームパスタ… 53
ベーコンときのこの
和風パスタ… 54
エビとアボカドの
ジェノベーゼペンネ… 54
ツナとトマトの
クリームペンネ… 55

菓 お菓子

- おはぎ… 55
プリン… 56
カスタードクリーム… 56
いちごジャム… 57
大学芋… 57

蒸し器

- ゆで卵 / 温泉卵… 58
蒸し鶏… 58
茶碗蒸し… 59
白身魚の生姜蒸し… 59

■他の蒸し器メニューについては、
自動メニュー「68～74 蒸し器」
のページを参照ください→ P.22

お料理を始める前に

- 掲載の写真は調理後の盛り付け例です。
写真と実物とは、形・量・大きさ・初期温度・室温・電源電圧などにより、仕上がりが異なる場合があります。
- 調理の時間・温度は、食品の種類・形・大きさ・初期温度・室温などで多少異なります。レシピ中に示されている時間・温度は目安です。
- 卵の大きさはMサイズを使用しています。
- 市販の料理本などのレシピは様子を見ながら調理してください。
- レシピで使用しているパスタの太さは、1.6mmを使用しています。
※他の太さのパスタを使用すると、仕上がりが変わります。



ブロッコリーのハニーマスタード

加熱モード	加熱時間	材料 / 1 人分	作り方
自動メニュー 8 1分メニュー <レンジ>	1分	ブロッコリー 60g 粒入りマスタード 小さじ 1 A マヨネーズ 小さじ 1.5 はちみつ 小さじ ½	1. ブロッコリーは洗って小房に分け、ラップに包む。 2. [自動メニュー 8 : 1分メニュー] で加熱する。 3. 加熱終了後、あら熱を取り、合わせたAを加えて混ぜる。
付属品			調理のポイント
使用しない			■ブロッコリーは、大きく分けると加熱が足りない場合があります。加熱が足りない場合は、手動「レンジ」の600Wで10～20秒様子を見ながら加熱してください。

チーズ豆腐

加熱モード	加熱時間	材料 / 1 人分	作り方
自動メニュー 8 1分メニュー <レンジ>	1分	絹ごし豆腐 150g プロセスチーズ(スライス)1枚 醤油 適量 ブラックペッパー お好み	1. キッチンペーパーで豆腐の水気を拭き、4等分に切る。 2. チーズを4等分に切り、1.の上のにせる。 3. [自動メニュー 8 : 1分メニュー] で加熱する。 4. 加熱終了後、醤油をたらし、お好みでブラックペッパーをふる。
付属品			調理のポイント
使用しない			■豆腐は水切りをすると、より美味しく仕上がります。

もやしのおかか和え

加熱モード	加熱時間	材料 / 1 ～ 2 人分	作り方
自動メニュー 8 1分メニュー <レンジ>	1分	もやし 80g 醤油 小さじ 2 酢 大さじ ½ A レモン汁 小さじ ½ 中華だし(顆粒) 小さじ ½ かつお節 2g	1. もやしは洗ってラップに包む。 2. [自動メニュー 8 : 1分メニュー] で加熱する。 3. 加熱終了後、合わせたAと混ぜ合わせる。
付属品			調理のポイント
使用しない			■かつお節は、細かくすると混ぜやすくなります。



親子丼

加熱モード	加熱時間	材料 / 1人分	作り方
自動メニュー9 3分メニュー <レンジ>	3分	鶏もも肉(そぎ切り) 40g 玉ねぎ(薄切り) 20g 片栗粉 小さじ½ 砂糖 小さじ½ 醤油 小さじ2 A みりん 大さじ1 和風だし(顆粒) 小さじ¼ 水 50ml 卵(溶きほぐす) 1個 ごはん 150g	1. 鶏もも肉に片栗粉をまぶす。 2. 耐熱容器に1.と玉ねぎ、混ぜ合わせたAを入れ、かき混ぜる。 3. 2.に卵をまわしかける。 4. ラップをかけずに【自動メニュー9:3分メニュー】で加熱する。 5. 加熱終了後、4.をご飯の上に乗せる。
付属品			
使用しない			

ささみのサラダチキン

加熱モード	加熱時間	材料 / 1~2人分	作り方
自動メニュー9 3分メニュー <レンジ>	3分	ささみ 3本 砂糖 小さじ½ 塩 ふたつまみ A 酒 小さじ2 片栗粉 小さじ½ バジル(乾燥) 適量 ブラックペッパー 少々	1. 耐熱容器にささみ、混ぜ合わせたAを入れ、ささみをひっくり返しながら馴染ませる。ささみの筋があれば取り除く。 2. ふんわりとラップをかけて【自動メニュー9:3分メニュー】で加熱する。 3. 加熱終了後、あら熱を取り、冷ます。
付属品			
使用しない			

フレンチトースト

加熱モード	加熱時間	材料 / 1人分	作り方
自動メニュー9 3分メニュー <レンジ>	3分	食パン(6枚切り) 1枚 卵 1個 A 牛乳 100ml 砂糖 大さじ1 B メープルシロップ お好み 粉砂糖 お好み	1. 食パンを9等分に切る。 2. 耐熱容器に1.と混ぜ合わせたAを入れ、食パンに十分に吸わせる。 3. ふんわりとラップをかけて【自動メニュー9:3分メニュー】で加熱する。 4. 加熱終了後、お好みでBをかける。
付属品			
使用しない			



丸ごと玉ねぎ

加熱モード	加熱時間	材料 / 1 ~ 2人分	作り方								
自動メニュー 10 5分メニュー <レンジ>	5分	<table border="1"> <tr> <td>玉ねぎ</td> <td>1個</td> </tr> <tr> <td>酒</td> <td>大さじ 2</td> </tr> <tr> <td>ごま油</td> <td>小さじ 1</td> </tr> <tr> <td>醤油</td> <td>小さじ 2</td> </tr> </table>	玉ねぎ	1個	酒	大さじ 2	ごま油	小さじ 1	醤油	小さじ 2	<ol style="list-style-type: none"> 1. 玉ねぎの皮をむき、上下を切り落とす。 2. 1.の上部に$\frac{1}{2}$ほど十字に切り込みを入れる。 3. 耐熱容器に2. 入れ、上からAをかける。 4. ふんわりとラップをかけて 【自動メニュー10:5分メニュー】で加熱する。 5. 加熱終了後、醤油をかける。
玉ねぎ	1個										
酒	大さじ 2										
ごま油	小さじ 1										
醤油	小さじ 2										
付属品 使用しない											

あさりの酒蒸し

加熱モード	加熱時間	材料 / 1 ~ 2人分	作り方										
自動メニュー 10 5分メニュー <レンジ>	5分	<table border="1"> <tr> <td>あさり(殻付き)</td> <td>250g</td> </tr> <tr> <td>酒</td> <td>大さじ 3</td> </tr> <tr> <td>醤油</td> <td>小さじ 1/2</td> </tr> <tr> <td>バター</td> <td>5g</td> </tr> <tr> <td>きざみねぎ</td> <td>お好み</td> </tr> </table>	あさり(殻付き)	250g	酒	大さじ 3	醤油	小さじ 1/2	バター	5g	きざみねぎ	お好み	<ol style="list-style-type: none"> 1. あさりは砂抜きをしたあと、殻と殻をこすり合わせてよく洗い、水気を切る。→ P.37 2. 耐熱容器に1. を入れて酒をふりかける。 3. ふんわりとラップをかけて【自動メニュー10:5分メニュー】で加熱する。 4. 加熱終了後、Aを加えて混ぜ、お好みできざみねぎをかける。
あさり(殻付き)	250g												
酒	大さじ 3												
醤油	小さじ 1/2												
バター	5g												
きざみねぎ	お好み												
付属品 使用しない													

チンジャオロース

加熱モード	加熱時間	材料 / 1 ~ 2人分	作り方																										
自動メニュー 10 5分メニュー <レンジ>	5分	<table border="1"> <tr> <td>牛肉(細切り)</td> <td>150g</td> </tr> <tr> <td>ピーマン</td> <td>120g</td> </tr> <tr> <td>たけのこ(水煮)</td> <td>70g</td> </tr> <tr> <td>砂糖</td> <td>小さじ 1</td> </tr> <tr> <td>醤油</td> <td>小さじ 1</td> </tr> <tr> <td>酒</td> <td>小さじ 1</td> </tr> <tr> <td>オイスターソース</td> <td>小さじ 2</td> </tr> <tr> <td>中華だし(顆粒)</td> <td>小さじ 1.5</td> </tr> <tr> <td>しょうが(すりおろす)</td> <td>小さじ 1/2</td> </tr> <tr> <td>にんにく(すりおろす)</td> <td>小さじ 1/2</td> </tr> <tr> <td>塩・こしょう</td> <td>少々</td> </tr> <tr> <td>片栗粉</td> <td>小さじ 1</td> </tr> <tr> <td>ごま油</td> <td>小さじ 1</td> </tr> </table>	牛肉(細切り)	150g	ピーマン	120g	たけのこ(水煮)	70g	砂糖	小さじ 1	醤油	小さじ 1	酒	小さじ 1	オイスターソース	小さじ 2	中華だし(顆粒)	小さじ 1.5	しょうが(すりおろす)	小さじ 1/2	にんにく(すりおろす)	小さじ 1/2	塩・こしょう	少々	片栗粉	小さじ 1	ごま油	小さじ 1	<ol style="list-style-type: none"> 1. ピーマンは細切りし、たけのこは水気を切り、細切りにする。 2. 混ぜ合わせたAに牛肉を入れ、揉み込み、5分おく。 3. 耐熱容器に、1.、2. の順で入れる。 4. ふんわりとラップをかけて 【自動メニュー10:5分メニュー】で加熱する。 5. 加熱終了後、B. を入れ、かき混ぜる。
牛肉(細切り)	150g																												
ピーマン	120g																												
たけのこ(水煮)	70g																												
砂糖	小さじ 1																												
醤油	小さじ 1																												
酒	小さじ 1																												
オイスターソース	小さじ 2																												
中華だし(顆粒)	小さじ 1.5																												
しょうが(すりおろす)	小さじ 1/2																												
にんにく(すりおろす)	小さじ 1/2																												
塩・こしょう	少々																												
片栗粉	小さじ 1																												
ごま油	小さじ 1																												
付属品 使用しない																													



キーマカレー

加熱モード	加熱時間	材料 / 1 ~ 2 人分	作り方
自動メニュー 11 7分メニュー <レンジ>	7分	合い挽きミンチ 180g 玉ねぎ(みじん切り) 60g にんじん(みじん切り) 30g カレールー(市販) 2片 ケチャップ 大さじ3 にんにく(すりおろす) 小さじ½ 塩・こしょう 少々	1. カレールーを刻む。 2. 耐熱容器にすべての材料を入れ、かき混ぜる。 3. ふんわりとラップをかけて【自動メニュー 11：7分メニュー】で加熱する。 4. 加熱終了後、かき混ぜる。
付属品 使用しない			

ガーリックじゃがバター

加熱モード	加熱時間	材料 / 1 ~ 2 人分	作り方
自動メニュー 11 7分メニュー <レンジ>	7分	ジャがいも 200g 玉ねぎ(くし切り) 60g A ブロック(1cm幅に切る) 50g にんにく(すりおろす) 小さじ1 水 大さじ2 塩 ひとつまみ B 醤油 小さじ1 バター 10g ブラックペッパー お好み	1. ジャがいもは皮をむき、2cm幅の半月切りにする。 2. 耐熱容器に1.とAを入れ、軽くかき混ぜる。 3. ふんわりとラップをかけて【自動メニュー 11：7分メニュー】で加熱する。 4. 加熱終了後、Bを加えてかき混ぜ、お好みでブラックペッパーをかける。
付属品 使用しない			

ピーマンの肉詰め

加熱モード	加熱時間	材料 / 1 ~ 2 人分	作り方
自動メニュー 11 7分メニュー <レンジ>	7分	ピーマン 3個 プロセスチーズ(スライス等分) 1枚 玉ねぎ(みじん切り) 50g 合い挽きミンチ 150g 卵(溶きほぐす) 1個 A パン粉 大さじ3 塩・こしょう 少々 ナツメグ 少々 薄力粉 適量	1. ピーマンは縦半分に切り、種を取る。 2. ボウルにAを入れて、粘りが出るまで混ぜ、6等分にする。 3. 1.に薄力粉を振り、2.を詰め、耐熱容器に並べる。 4. ふんわりとラップをかけて【自動メニュー 11：7分メニュー】で加熱する。 5. 加熱終了後、熱いうちにチーズをのせ、お好みでケチャップ(分量外)をかける。
付属品 使用しない			

白ごはん

自動メニュー

加熱時間

1合炊き **飯 12-1** 約 31分

2合炊き **飯 12-2** 約 36分

付属品



鍋



内フタ



外フタ

材料

1合炊き 米 150g 無洗米 150g
水 280ml 水 270ml

2合炊き 米 300g 無洗米 300g
水 440ml 水 440ml



作り方

1. 米はよく洗い、ざるにあげておく。
2. 鍋に1.と水を入れ、内フタと外フタでフタをする。
3. 1合炊きの場合は【自動メニュー 12-1：白ごはん(1合)】、2合炊きの場合は【自動メニュー 12-2：白ごはん(2合)】で加熱する。

白がゆ

自動メニュー

加熱時間

飯 13 約 35分

付属品



鍋



外フタ

材料 /2人分

米または無洗米 75g
水 350ml



作り方

1. 米はよく洗い、ざるにあげておく。
2. 鍋に1.と水を入れ、外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 13：白がゆ】で加熱する。

玄米がゆ

自動メニュー

加熱時間

飯 14

約 35 分

付属品



鍋



外フタ

材料 / 2 人分

玄米	75g
水	310ml



作り方

1. 玄米はよく洗い、約 3 時間浸水させ、ざるにあげておく。
2. 鍋に 1. と水を入れ、外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 14：玄米がゆ】で加熱する。

玄米

自動メニュー

加熱時間

飯 15

約 37 分

付属品



鍋



内フタ



外フタ

材料 / 2 人分

玄米	150g
水	320ml



作り方

1. 玄米はよく洗い、約 3 時間浸水させ、ざるにあげておく。
2. 鍋に 1. と水を入れ、内フタと外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 15：玄米】で加熱する。

赤飯

自動メニュー

加熱時間

飯 16

約 29分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2人分

もち米	150g
あずき(赤飯用あずき缶)	50g
煮汁(赤飯用あずき缶)	100ml
水	120ml
塩	少々
いりごま(黒)	お好み



作り方

1. あずきは煮汁と分けておく。
2. もち米はよく洗い、ざるにあげておく。
3. 鍋に2.と1.、Aを入れ、内フタと外フタでフタをする。
4. 【自動メニュー 16：赤飯】で加熱する。
5. お好みでごまをふりかける。

調理のポイント

- あずき缶の煮汁は必ずとっておいてください。煮汁を入れないと、赤色に仕上がりません。
- あずき缶の煮汁が100ml以下の場合、煮汁と水の合計が220mlになるように調整してください。その際、通常よりも薄い赤色に成る可能性があります。

もち米

自動メニュー

加熱時間

飯 17

約 29分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2人分

もち米	150g
水	220ml



作り方

1. もち米はよく洗い、ざるにあげておく。
2. 鍋に1.と水を入れ、内フタと外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 17：もち米】で加熱する。

チキンライス

自動メニュー

加熱時間

飯 18

約 42 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

	米	150g
A	玉ねぎ (みじん切り)	80g
	にんじん (みじん切り)	50g
	鶏もも肉 (2cm角切り)	100g
	水	190ml
B	塩・こしょう	少々
	コンソメ (顆粒)	小さじ 1
	ケチャップ	50g
	バター	5g



作り方

1. 米はよく洗い、ざるにあげておく。
2. 鍋に A を入れ、その上に 1. を入れる。
3. 2. に鶏もも肉と B を入れ、内フタと外フタでフタをする。
4. 【自動メニュー 18：チキンライス】で加熱する。
5. 一時停止音が鳴ったら、一度取り出しケチャップを加え混ぜる。再び内フタと外フタでフタをして、【あたためスタート】を押し、再び加熱する。
6. 加熱終了後、バターを加えかき混ぜる。

ガーリックライス

自動メニュー

加熱時間

飯 19

約 39 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

	米	150g
	玉ねぎ (みじん切り)	80g
	ベーコン (1cm幅に切る)	50g
	水	200ml
A	塩	小さじ ½
	醤油	小さじ 1
	にんにく (みじん切り)	½ 片
	バター	8g



作り方

1. 米はよく洗い、ざるにあげておく。
2. 鍋に玉ねぎ、ベーコンを入れ、その上に 1. を入れる。
3. 2. に A を入れ、内フタと外フタでフタをする。
4. 【自動メニュー 19：ガーリックライス】で加熱する。
5. 加熱終了後、バターを加えかき混ぜる。

チャーハン

自動メニュー

加熱時間

飯 20

約 36 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

	米	150g
A	玉ねぎ (みじん切り)	80g
	ハム (3cm幅の短冊切り)	50g
	水	210ml
	塩	少々
	醤油	小さじ 1
B	酒	小さじ ½
	中華だし (顆粒)	小さじ 1
	ごま油	大さじ 1
	オイスターソース	小さじ 1
	卵 (溶きほぐす)	1 個



作り方

1. 米はよく洗い、ざるにあげておく。
2. 鍋に A を入れ、その上に 1. を入れる。
3. 2. に B を入れ、内フタと外フタでフタをする。
4. 【自動メニュー 20：チャーハン】で加熱する。
5. 一時停止音が鳴ったら、一度取り出し卵を加え、内フタと外フタでフタをして、【あたためスタート】を押し、再び加熱する。

エビピラフ

自動メニュー

加熱時間

飯 21

約 29 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

	米	150g
A	玉ねぎ (みじん切り)	50g
	にんじん (みじん切り)	50g
B	エビ	50g
	コーン (冷凍)	50g
	水	160ml
C	コンソメ	小さじ 2
	塩・こしょう	少々
	ローリエ	1 枚
	グリーンピース (冷凍)	50g
	バター	5g



作り方

1. コーンとグリーンピースは解凍し、エビは殻と背ワタをとる。
2. 米はよく洗い、ざるにあげておく。
3. 鍋に A を入れ、その上に 2. を入れる。
4. 3. に B と C を入れ、内フタと外フタでフタをする。
5. 【自動メニュー 21：エビピラフ】で加熱する。
6. 加熱終了後グリーンピース、バターを加え、かき混ぜる。

豚キムチ炊き込みご飯

自動メニュー

加熱時間

飯 22

約 31 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

	米	150g
	豚バラ肉 (薄切り)	100g
	玉ねぎ (みじん切り)	50g
	水	150ml
	白菜キムチ (汁気を切る)	80g
A	コチュジャン	小さじ 2
	豆板醤	小さじ ½
	砂糖	小さじ 1
	醤油	小さじ ½
B	酒	小さじ 1
	みりん	大さじ 1
	中華だし (顆粒)	小さじ 1
	ごま油	小さじ ½
	いりごま (白)	お好み



作り方

1. 米はよく洗い、ざるにあげておく。
2. 豚バラ肉は一口大に切り、A に約 10 分浸けておく。
3. 鍋に玉ねぎ、1.、2. の順で入れ、B を上からかけ、内フタと外フタでフタをする。
4. 【自動メニュー 22：豚キムチ炊き込みご飯】で加熱する。
5. 加熱終了後、ごま油をまわしかけ混ぜ、お好みでいりごまをまぶす。

すき焼き風炊き込みご飯

自動メニュー

加熱時間

飯 23

約 36 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

	米	150g
	牛肉 (こま切れ)	100g
	長ネギ (斜め薄切り)	30g
	ごぼう (さがき)	30g
	しめじ (小房に分ける)	40g
	水	130ml
	砂糖	大さじ 1
	醤油	大さじ 1.5
A	酒	大さじ 1
	みりん	大さじ 1
	しょうが (すりおろす)	小さじ ½
	和風だし (顆粒)	小さじ 1



作り方

1. 米はよく洗い、ざるにあげておく。
2. 牛肉は一口大に切り、A に約 10 分浸けておく。
3. 鍋に長ネギ、1.、ごぼう、しめじ、2. の順で入れ、水入れ、内フタと外フタでフタをする。
4. 【自動メニュー 23：すき焼き風炊き込みご飯】で加熱する。
5. 加熱終了後、混ぜる。

豆ごはん

自動メニュー

加熱時間

飯 24

約 29 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

米	150g
さやえんどう(中身を出す)	50g
A 水	250ml
酒	小さじ 1
塩	小さじ ½



作り方

1. 米はよく洗い、ざるにあげておく。
2. 鍋に 1. と A を入れ、内フタと外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 24：豆ごはん】で加熱する。

鶏釜めし

自動メニュー

加熱時間

飯 25

約 29 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

米	150g
油揚げ	20g
A にんじん(短冊切り)	30g
しめじ(子房に分ける)	40g
ごぼう(笹がき)	30g
鶏もも肉(一口大に切る)	50g
水	210ml
B 醤油	大さじ 1
昆布だし(顆粒)	小さじ ½
ごま油	小さじ 1



作り方

1. 米はよく洗い、ざるにあげておく。
2. 油揚げは、縦半分にして細切りにする。
3. 鍋に A を入れ、その上に 1. を入れる。
4. 3. にごぼう、鶏もも肉、油揚げ、合わせた B を入れ、内フタと外フタでフタをする。
5. 【自動メニュー 25：鶏釜めし】で加熱する。

梅とわかめの炊き込みご飯

自動メニュー

加熱時間

飯 26

約 34 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

米	150g
梅干し (種を取る)	30g
水	200ml
塩	ふたつまみ
A 酒	大さじ ½
みりん	大さじ ½
和風だし (顆粒)	小さじ ½
乾燥わかめ (水で戻す)	4g



作り方

1. 米はよく洗い、ざるにあげておく。
2. わかめは水で戻し、軽く刻んでおく。
3. 鍋に 1. と、種を取った梅干し、合わせた A を入れ、内フタと外フタでフタをする。
4. 【自動メニュー 26：梅とわかめの炊き込みご飯】で加熱する。
5. 加熱終了後、わかめを入れ混ぜる。

パエリア

自動メニュー

加熱時間

飯 27

約 31 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

サフラン	ひとつまみ
水	160ml
あさり (殻付き)	100g
エビ (殻付き)	5 尾
米	150g
玉ねぎ (みじん切り)	50g
赤パプリカ (細切り)	30g
ピーマン (細切り)	30g
コンソメ (顆粒)	小さじ 2
A 酒	大さじ 2
おろしにんにく	小さじ ½
塩・こしょう	少々



作り方

1. サフランは 160ml の水に浸して色を出す。
2. あさは砂抜きをしたあと、殻と殻をこすり合わせてよく洗う。
3. 米はよく洗い、ざるにあげておく。
4. 鍋に玉ねぎ、3.、2.、エビの順で入れる。
5. 1.、A を合わせて 4. に入れ、内フタと外フタでフタをする。
6. 【自動メニュー 27：パエリア】で加熱する。
7. 一時停止音になったら一度取り出し、赤パプリカとピーマンを入れ、再び内フタと外フタでフタをし、【あたためスタート】を押して加熱する。

砂抜きの仕方

- 1) ボウルとざるを重ねたところにあさりを入れ、ひたひたになるように水を注ぎ、塩を入れて薄めの塩水 (約 3%) にする。
- 2) 紙などをかぶせて、涼しくて暗い場所に 3~4 時間置き、砂をはかせる。
- 3) ざるをボウルからあげ、流水の下であさりの殻をこすり合わせて洗い、水気をきる。

鶏ときのこのクリームリゾット

自動メニュー

加熱時間

飯 28

約 29 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

米	150g
玉ねぎ (みじん切り)	50g
鶏もも肉 (2cm角切り)	100g
しめじ (子房に分ける)	50g
エリンギ (短冊切り)	50g
水	200ml
生クリーム	70ml
A コンソメ (顆粒)	小さじ 2
塩・こしょう	少々
バター	5g
B モッツアレラチーズ (1cm角に切る)	50g
ナチュラルチーズ (短冊切り)	50g



作り方

1. 米はよく洗い、ざるにあげ水気をきる。
2. 鍋に玉ねぎ、1.、鶏もも肉、しめじ、エリンギの順で入れる。
3. 2. に合わせた A を入れ、内フタと外フタでフタをする。
4. 【自動メニュー 28：鶏ときのこのクリームリゾット】で加熱する。
5. 加熱終了後、B を加え、混ぜ合わせる。

トマトリゾット

自動メニュー

加熱時間

飯 29

約 39 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

米	150g
玉ねぎ (みじん切り)	50g
ベーコン (1cm幅に切る)	50g
しめじ (子房に分ける)	50g
水	260ml
トマト缶 (1cm角に切る)	120g
A コンソメ (顆粒)	小さじ 1
オリーブオイル	大さじ ½
ケチャップ	60g
塩・こしょう	少々
ナチュラルチーズ (短冊切り)	80g



作り方

1. 米はよく洗い、ざるにあげておく。
2. 鍋に玉ねぎ、1.、ベーコン、しめじの順で入れる。
3. 2. に合わせた A を入れ、内フタと外フタでフタをする。
4. 【自動メニュー 29：トマトリゾット】で加熱する。
5. 加熱後、ナチュラルチーズを加え、混ぜ合わせる。

肉じゃが

自動メニュー

加熱時間

煮 30

約 25 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

じゃがいも（一口大に切る） 150g

にんじん（乱切り） 50g

玉ねぎ（くし形切り） 80g

牛肉（こま切れ） 50g

水 80ml

酒 大さじ 2

砂糖 大さじ 1

醤油 大さじ 2

みりん 大さじ 2

和風だし（顆粒） 小さじ 1



作り方

1. 鍋に、玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、牛肉の順で入れる。
2. 1. に合わせた A をまわしかけ、内フタと外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 30：肉じゃが】で加熱する。
4. 加熱終了後、混ぜ合わせる。

筑前煮

自動メニュー

加熱時間

煮 31

約 27 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

小芋 100g

れんこん（乱切り） 80g

にんじん（乱切り） 80g

こんにゃく（一口大にちぎる） 80g

鶏もも肉（一口大に切る） 100g

塩 少々

醤油 大さじ 1

酒 大さじ 2

みりん 大さじ 1

和風だし（顆粒） 小さじ ½



作り方

1. 鍋に、小芋、れんこん、にんじん、こんにゃく、鶏もも肉を入れる。
2. 1. に合わせた A を入れ、かき混ぜ、内フタと外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 31：筑前煮】で加熱する。
4. 加熱終了後、混ぜ合わせる。

かぼちゃの煮物

自動メニュー

加熱時間

煮 32

約 20 分

付属品



鍋

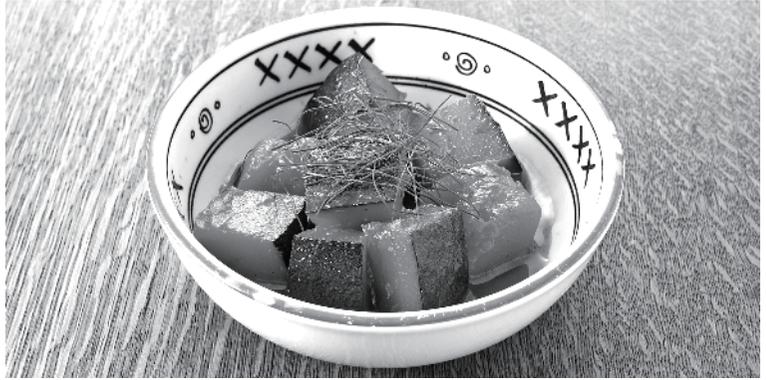
内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

かぼちゃ (一口大に切る)	200g
水	150ml
砂糖	大さじ 2
醤油	大さじ 1
みりん	大さじ 1

A



作り方

1. 鍋にかぼちゃを入れる。
2. 1. に合わせた A を入れ、かき混ぜ、内フタと外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 32：かぼちゃの煮物】で加熱する。
4. 加熱終了後、混ぜ合わせる。

煮物

ひじきの煮物

自動メニュー

加熱時間

煮 33

約 18 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

芽ひじき (乾燥)	10g
干しシイタケ (細切り)	1 個
油あげ (細切り)	10g
大豆 (水煮)	20g
にんじん (3cmの細切り)	30g
水	小さじ 2
砂糖	小さじ 1
醤油	大さじ ½
酒	大さじ ½
みりん	大さじ ½

A



作り方

1. 芽ひじきは水でもどし、水気を切る。
2. 干しシイタケは水で戻し、水気を切る。
3. 油あげは熱湯をかけて油抜きをし、縦半分にとって細切りにする。
4. 鍋に 1. と 2. と 3.、大豆、にんじんを入れる。
5. 4. に合わせた A を入れ、かき混ぜ、内フタと外フタでフタをする。
6. 【自動メニュー 33：ひじきの煮物】で加熱する。
7. 加熱終了後、混ぜ合わせる。

豚の角煮

自動メニュー

加熱時間

煮 34

約 8 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

	豚ばら肉 (3cm幅に切る)	200g
A	砂糖	大さじ 1
	酒	大さじ 1
	水	50ml
B	醤油	大さじ 1
	はちみつ	大さじ 1
C	水	大さじ 1
	片栗粉	小さじ 1



作り方

1. 豚ばら肉にフォークで穴をあけ、熱湯にくぐらせ、余分な脂を落とす。
2. 合わせた A に 1. を浸け、揉み込み、約 10 分置く。
3. 鍋に 2. と B を入れてからかき混ぜ、内フタと外フタでフタをする。
4. 【自動メニュー 34：豚の角煮】で加熱する。
5. 加熱終了後、C を加え、混ぜ合わせる。

すき焼き

自動メニュー

加熱時間

煮 35

約 8 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

	牛肉 (こま切れ)	100g
	長ネギ (斜め切り)	30g
	白菜 (一口大に切る)	80g
	結びしらたき	4 個
	木綿豆腐 (一口大に切る)	100g
A	砂糖	大さじ 1
	醤油	大さじ 2
A	酒	大さじ 2
	みりん	大さじ 2
	和風だし (顆粒)	小さじ 1



作り方

1. 鍋に、牛肉、長ネギ、白菜、しらたき、豆腐を入れ、合わせた A. を上からかけ、内フタと外フタでフタをする。
2. 【自動メニュー 35：すき焼き】で加熱する。
3. 加熱終了後、混ぜる。

きんぴらごぼう

自動メニュー

加熱時間

煮 36

約 21 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

ごぼう (細切り) 100g

にんじん (細切り) 50g

砂糖 大さじ 1

醤油 大さじ ½

A みりん 大さじ 1

ごま油 小さじ 2

和風だし 小さじ 1

白ごま お好み



作り方

1. ごぼうは細切りにし、水につけ、アクを抜く。
2. 鍋に、1.、にんじん、合わせた A を入れ、かき混ぜ内フタと外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 36：きんぴらごぼう】で加熱する。
4. 加熱終了後、混ぜ合わせる。
5. お好みで白ごまをかける。

煮物

卵の花

自動メニュー

加熱時間

煮 37

約 6 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

干しシイタケ 1 個

えだまめ (中身を出す) 20g

おから 50g

にんじん (千切り) 30g

油揚げ (細切り) 10g

こんにゃく (細切り) 30g

干しシイタケの戻し汁 50ml

砂糖 大さじ ½

うすくちしょうゆ 大さじ ½

みりん 小さじ 1

和風だし (顆粒) 小さじ ½

ごま油 小さじ ½



作り方

1. 干しシイタケは、水で戻し、細切りにしておく。
2. 鍋に全ての材料を入れ、かき混ぜ、内フタと外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 37：卵の花】で加熱する。
4. 加熱終了後、混ぜ合わせる。

八宝菜

自動メニュー

加熱時間

煮 38

約 17 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

豚肉 (こま切れ)	120g
塩・こしょう	少々
むきえび	50g
白菜 (2cm幅切り)	120g
にんじん (短冊切り)	30g
しいたけ (薄切り)	2 個
水	100ml
砂糖	小さじ 1
酒	大さじ 1
A オイスターソース	大さじ 1
中華だし (顆粒)	小さじ ½
塩・こしょう	少々
B 水	大さじ 1
片栗粉	小さじ 2
ごま油	小さじ ½



作り方

1. 豚肉に塩・こしょうをふる。
2. むきえびは、背ワタを取っておく。
3. 鍋に 1. と、A. を入れ、かき混ぜる。
4. 3. に 2. と白菜、にんじん、しいたけを入れ、軽くかき混ぜ、内フタと外フタでフタをする。
5. 【自動メニュー 38：八宝菜】で加熱する。
6. 加熱終了後、アクをとり、混ぜ合わせた B. を入れ、かき混ぜ、ごま油をまわしかける。

煮物

ブリ大根

自動メニュー

加熱時間

煮 39

約 28 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

大根 (1.5cm幅のイチョウ切り)	200g
ブリ	2 切れ
しょうが (薄切り)	1 片
砂糖	大さじ 2
醤油	大さじ 3
A 酒	大さじ 4
みりん	大さじ 2
和風だし (顆粒)	小さじ ½



作り方

1. ブリに、塩 (分量外) をふり、約 10 分おく。
2. 1. を一口大に切り、熱湯にくぐらせ臭みを取る。
3. 鍋に 2. と大根を入れる。
4. 3. に混ぜ合わせた A を入れ、かき混ぜ内フタと外フタでフタをする。
【自動メニュー 39：ブリ大根】で加熱する。

カレイの煮つけ

自動メニュー

加熱時間

煮 40

約 13 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

カレイ	2 切れ
砂糖	大さじ 2
醤油	大さじ 2
酒	大さじ 2
A みりん	大さじ 2
しょうが (薄切り)	1 片
ごま油	小さじ ½



作り方

1. カレイは皮に切れ目を入れる。
2. 合わせた A に 1. を 30 分間浸け込む。
3. 鍋に 2. を重ねないように並べて、2. のタレをまわしかけ、内フタと外フタでフタをする。
4. 【自動メニュー 40：カレイの煮つけ】で加熱する。

煮物

おでん

自動メニュー

加熱時間

煮 41

約 47 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

大根 (輪切り 2 個)	100g
じゃがいも (半分に切る)	100g
こんにゃく (三角形に切る)	100g
ちくわ (斜め半分に切る)	2 本
さつまあげ	2 個
水	300ml
砂糖	小さじ 1
塩	少々
A 醤油	大さじ 1.5
酒	大さじ 1.5
みりん	大さじ 1.5
和風だし (顆粒)	小さじ 1



作り方

1. 鍋にちくわ、さつまあげ、大根、じゃがいも、こんにゃくの順で入れる。
2. 1. に合わせた A をまわしかけ、内フタと外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 41：おでん】で加熱する。

ご注意ください

- ねりもののような調理中にふくらむ食材は、ふきこぼれなどの原因となるため、加熱しないでください。材料表に記載のねりもの (ちくわ、さつまあげ) は、土鍋の底に入れ、記載の分量以上は加熱しないでください。
- 卵は破裂する恐れがあるので、入れないでください。

麻婆豆腐

自動メニュー

加熱時間

煮 42

約 7 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

絹ごし豆腐 (1.5cm角に切る)	300g
豚ひき肉	50g
白ねぎ (刻む)	50g
水	50ml
砂糖	小さじ ½
醤油	小さじ 1
酒	小さじ 1
豆板醤	小さじ 2
A 甜麵醬	小さじ 2
オイスターソース	小さじ 1
中華だし (顆粒)	小さじ ½
塩・こしょう	少々
しょうが (すりおろす)	小さじ ½
にんにく (すりおろす)	小さじ ½
ごま油	小さじ 1
片栗粉	大さじ ½



作り方

1. 鍋に絹ごし豆腐を入れ、その上に合わせた A をかけ、内フタと外フタでフタをする。
2. 【自動メニュー 42：麻婆豆腐】で加熱する。
3. 加熱終了後、混ぜ合わせる。

煮物

ペーパーチキン

自動メニュー

加熱時間

煮 43

約 13 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

鶏もも肉 (12 等分に切る)	200g
白ねぎ (斜め切り)	50g
砂糖	大さじ 1
塩	少々
酒	大さじ 1
A オイスターソース	大さじ 1
醤油	大さじ 1
しょうが (すりおろす)	小さじ 1
ごま油	大さじ 1
片栗粉	小さじ 1



作り方

1. 鶏もも肉と白ねぎ、A を混ぜ合わせ、冷蔵庫で 30 分漬けておく。
2. クッキングシートを 15cm × 20cm のものを 6 枚準備します。
3. 2. を横長になるように置き、1. を 2 つずつクッキングシートの中央に置き、シートで巻きながら包み、両端をキャンディのようにねじる。
4. 鍋に 3. を入れ、内フタと外フタでフタをする。
5. 【自動メニュー 43：ペーパーチキン】で加熱する。

煮込みハンバーグ

自動メニュー

加熱時間

煮 44

約 14 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

	合挽きミンチ	150g
	玉ねぎ(みじん切り)	50g
	牛乳	大さじ 1
A	パン粉	10g
	卵(溶きほぐす)	½ 個
	塩・こしょう	少々
	ナツメグ	適量
B	ブロッコリー(子房に分ける)	50g
	マッシュルーム(薄切り)	2 個
	水	100ml
C	デミグラスソース(市販)	150g
	ケチャップ	大さじ 1
	ウスターソース	大さじ 1



作り方

1. A を粘りが出るまでよくこねる。
2. 1. を 4 等分にし、小判形にする。
3. 鍋に 2. と B、合わせた C を入れ、内フタと外フタでフタをする。
4. 【自動メニュー 44：煮込みハンバーグ】で加熱する。

煮物

ローストビーフ

自動メニュー

加熱時間

煮 45

約 8 分

付属品



鍋

外フタ

材料 / 2 ~ 3 人分

	牛肉ブロック	200g
	にんにく(すりおろす)	小さじ ½
A	塩	少々
	ブラックペッパー	お好み
	醤油	大さじ 3
B	酒	100ml
	みりん	小さじ 4
	ローリエ	1 枚

調理のポイント

- 牛肉ブロックは、厚さ 4cm 程のものを使用してください。
4cm 以下や 4cm 以上の牛肉ブロックで調理すると、上手に仕上がらない可能性があります。



作り方

1. 牛肉ブロックは、フォークで穴を開け、A を擦り込む。
2. 1. を B に入れ、冷蔵庫で一晩浸け込む。
3. 2. を 2 ~ 3 時間室温に戻す。
4. 鍋に 3. を浸け込んだタレごと全部入れ、牛肉の表面を覆うようにクッキングシートをかぶせ、内フタはせず、外フタのみでフタをする。
5. 【自動メニュー 45：ローストビーフ】で加熱する。
6. 一時停止音が鳴ったら、一度取り出し表裏をひっくり返し、再びクッキングシートをかぶせ、内フタはせず、外フタのみでフタをし、【あたためスタート】を押し、再び加熱する。
7. 加熱終了後、6. をアルミホイルで包み、約 3 時間冷蔵庫で冷やす。

カレー

自動メニュー

加熱時間

煮 46

約 26 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

じゃがいも (乱切り) 80g

にんじん (乱切り) 50g

玉ねぎ (くし切り) 80g

牛肉 (こま切れ) 50g

水 250ml

A カレールー (市販) 2 片

ローリエ 1 枚



作り方

1. 鍋に玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、牛肉の順で入れる。
2. 1. に A を入れ、内フタと外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 46：カレー】で加熱する。
4. 加熱終了後、混ぜ合わせる。

煮物

ポトフ

自動メニュー

加熱時間

汁 47

約 28 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

じゃがいも (乱切り) 80g

にんじん (乱切り) 50g

玉ねぎ (くし切り) 100g

キャベツ (くし切り) 30g

ウインナー (斜め半分に切る) 4 本

水 350ml

A コンソメ (顆粒) 大さじ 1

塩・こしょう 少々



作り方

1. 鍋に玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、キャベツ、ウインナーの順で入れる。
2. 1. に A を入れ、内フタと外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 47：ポトフ】で加熱する。
4. 加熱終了後、混ぜ合わせる。

汁物

豚汁

自動メニュー

加熱時間

汁 48

約 27 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 人分

水	350ml
豚バラ肉 (一口大に切る)	80g
大根 (5mm幅のイチョウ切り)	40g
A にんじん (5mm幅のイチョウ切り)	30g
ごぼう (ささがき)	30g
長ネギ (斜め薄切り)	30g
和風だし (顆粒)	小さじ ½
味噌	大さじ 1.5



作り方

1. 鍋に A を入れ、かき混ぜ、内フタと外フタでフタをする。
2. 【自動メニュー 48：豚汁】で加熱する。
3. 加熱終了後、味噌を溶きながら入れ、混ぜる。

ミネストローネ

自動メニュー

加熱時間

汁 49

約 28 分

付属品



鍋

材料 / 2 人分

ブロックベーコン (1cm角切り)	50g
トマト (1cm角切り)	100g
A 玉ねぎ (1cm角切り)	20g
にんじん (1cm角切り)	20g
じゃがいも (1cm角切り)	30g
ケチャップ	大さじ 1.5
コンソメ (顆粒)	小さじ 1
水	300ml
B オリーブオイル	小さじ 1
ウスターソース	小さじ ½
白ワイン	小さじ 1
ローリエ	1 枚



作り方

1. 鍋に A と混ぜ合わせた B を入れ、かき混ぜる。
2. フタはせず、【自動メニュー 49：ミネストローネ】で加熱する。
3. 加熱終了後、混ぜ合わせる。

クラムチャウダー

自動メニュー

加熱時間

汁 50

約 27分

付属品



鍋



外フタ

材料 / 2人分

あさり(水煮)	50g
ベーコン(1cm幅切り)	30g
A ジャガイモ(1cm角切り)	50g
キャベツ(1cm角切り)	20g
玉ねぎ(1cm角切り)	20g
にんじん(1cm角切り)	20g
牛乳	200ml
水	100ml
あさりのゆで汁(水煮)	大さじ 1
B 小麦粉	大さじ 1
コンソメ	小さじ ½
白ワイン	小さじ 1
塩・こしょう	少々
バター	5g



作り方

1. 鍋にAと混ぜ合わせたBを入れ、外フタのみでフタをする。
2. 【自動メニュー 50：クラムチャウダー】で加熱する。
3. 加熱終了後、バターを加え、かき混ぜる。

汁物

海鮮スンドゥブチゲ

自動メニュー

加熱時間

汁 51

約 17分

付属品



鍋



内フタ



外フタ

材料 / 2人分

あさり(殻付き)	6個
エビ(殻付き)	4尾
豚ばら肉(5cm幅に切る)	50g
ニラ(5cm幅に切る)	30g
しめじ(子房に分ける)	50g
絹ごし豆腐(4cm角切り)	100g
白菜キムチ	50g
水	250ml
醤油	大さじ ½
みりん	大さじ ½
酒	大さじ 1
A 中華だし(顆粒)	小さじ ½
コチュジャン	小さじ 1
豆板醤	小さじ ½
オイスターソース	大さじ ½
ラー油	お好み



作り方

1. あさはら砂抜きをしたあと、殻と殻をこすり合わせてよく洗う。
2. 鍋に1.とエビ、豚ばら肉、ニラ、しめじ、絹ごし豆腐、キムチ、混ぜ合わせたAを入れ、内フタと外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 51：海鮮スンドゥブチゲ】で加熱する。

砂抜きの仕方

- 1) ボウルとざるを重ねたところにあさりを入れ、ひたひたになるように水を注ぎ、塩を入れて薄めの塩水(約3%)にする。
- 2) 紙などをかぶせて、涼しくて暗い場所に3~4時間置き、砂をはかせる。
- 3) ざるをボウルからあげ、流水の下であさりの殻をこすり合わせて洗い、水気をきる。

かきたまそば

自動メニュー

加熱時間

麺 52

約7分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料/1人分

	そば(市販/ゆで)	1玉(170g)
	水	280ml
	砂糖	小さじ1
A	醤油	大さじ1.5
	酒	大さじ1.5
	しょうが(すりおろす)	小さじ½
	和風だし(顆粒)	小さじ1
B	水	大さじ1
	片栗粉	小さじ1
	卵(溶きほぐす)	1個



作り方

1. 鍋にそば、Aを入れ、内フタと外フタでフタをする。
2. 【自動メニュー 52：かきたまそば】で加熱する。
3. 加熱終了後、そばを器に移し、残った出汁に混ぜ合わせたBを入れ、かき混ぜる。
4. 3. に卵をまわし入れ、卵が固まるまで少しおく。
5. 分けておいたそばの上に4. をかける。

インスタントラーメン

自動メニュー

加熱時間

麺 53

約6分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料/1人分

	インスタントラーメン(丸型)	1個
	水	包装に記載されている水の量



作り方

1. 鍋に水、インスタントラーメンを入れ、内フタと外フタでフタをする。
2. 【自動メニュー 53：インスタントラーメン】で加熱する。
3. インスタントラーメン付属の粉や液体を入れる。

調理のポイント

- 本メニューに使用する麺は、ゆで時間が3分のものを使用してください。ゆで時間が3分以上の麺を使用すると、麺の仕上がりが固くなる場合があります。
- 四角タイプを入れる場合、土鍋に入らない場合がありますので、そのときは2つに割って入れてください。

肉うどん

自動メニュー

加熱時間

麺 54

約 6 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 1 人分

うどん (市販 / ゆで) 1 玉 (200g)

牛肉 (一口大に切る) 50g

しょうが (すりおろす) 1g

水 小さじ 1

A 砂糖 小さじ 1

醤油 小さじ 1

みりん 小さじ 1

酒 小さじ ½

水 300ml

砂糖 小さじ ½

B 塩 ひとつまみ

醤油 大さじ 1

みりん 大さじ ½

和風だし (顆粒) 小さじ 1



作り方

1. 混ぜ合わせた A に牛肉を約 10 分間浸け込む。
2. 鍋にうどん、1.、混ぜ合わせた B を入れ、内フタと外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 54：肉うどん】で加熱する。

ペペロンチーノ

自動メニュー

加熱時間

麺 55

約 24 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 1 ~ 2 人分

パスタ (乾燥) 100g

玉ねぎ (薄切り) 50g

にんにく (薄切り) 1 片

バター 5g

A 水 250ml

オリーブオイル 大さじ 1

塩 小さじ ½

輪切り唐辛子 お好み



作り方

1. 鍋に玉ねぎを入れ、その上にパスタを 2 つに折って入れる。
2. 1. に混ぜ合わせた A を入れ、内フタと外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 55：ペペロンチーノ】で加熱する。

ナポリタン

自動メニュー

加熱時間

麺 56

約 39 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 1 ~ 2 人分

	パスタ (乾燥)	100g
	にんじん (3cm幅の短冊切り)	25g
A	ピーマン (細切り)	30g
	玉ねぎ (薄切り)	30g
B	ウインナー (斜め切り)	2本
	マッシュルーム (薄切り)	1個
	コンソメ (顆粒)	小さじ 2
	ケチャップ	大さじ 3
C	砂糖	小さじ 1
	ウスターソース	小さじ ½
	水	280ml
	オリーブオイル	大さじ 1



作り方

1. 鍋に A を入れ、その上にパスタを 2 つに折って入れる。
2. 1. に B、混ぜ合わせた C を入れ、内フタと外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 56：ナポリタン】で加熱する。
4. 一時停止音が鳴ったら、一度取り出し、麺をほぐすようにかき混ぜ、内フタと外フタでフタをして、【あたためスタート】を押し、再び加熱する。

カルボナーラ

自動メニュー

加熱時間

麺 57

約 41 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 1 ~ 2 人分

	パスタ (乾燥)	100g
	ベーコン (1cm幅に切る)	40g
	玉ねぎ (薄切り)	80g
	牛乳	120ml
	生クリーム	60ml
	水	150ml
A	コンソメ (顆粒)	小さじ 1
	オリーブオイル	大さじ 1
	塩	ひとつまみ
	こしょう	少々
	卵黄	1個



作り方

1. 鍋に玉ねぎを入れ、その上にパスタを 2 つに折って入れる。
2. 1. にベーコン、混ぜ合わせた A を入れ、内フタと外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 57：カルボナーラ】で加熱する。
4. 一時停止音が鳴ったら、一度取り出し、麺をほぐすようにかき混ぜ、内フタと外フタでフタをして、【あたためスタート】を押し、再び加熱する。
5. 加熱終了後、軽く混ぜ 4. に卵黄を加える。

麺類

ベーコンとほうれん草のクリームパスタ

自動メニュー

加熱時間

麺 58

約 47 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 1 ~ 2 人分

パスタ (乾燥) 100g

玉ねぎ (薄切り) 50g

ベーコン (1 cm幅に切る) 50g

ほうれん草 (3cm幅に切る) 40g

牛乳 120ml

生クリーム 60ml

水 150ml

A コンソメ (顆粒) 小さじ 1

オリーブオイル 大さじ 1

塩 ひとつまみ

こしょう 少々



作り方

1. 鍋に玉ねぎを入れ、その上にパスタを2つに折って入れる。
2. 1. にベーコン、ほうれん草、混ぜ合わせたAを入れ、内フタと外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 58：ベーコンとほうれん草のクリームパスタ】で加熱する。
4. 一時停止音が鳴ったら、一度取り出し、麺をほぐすようにかき混ぜ、内フタと外フタでフタをして、【あたためスタート】を押し、再び加熱する。

明太子クリームパスタ

自動メニュー

加熱時間

麺 59

約 41 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 1 ~ 2 人分

パスタ (乾燥) 100g

玉ねぎ (薄切り) 50g

しめじ (子房に分ける) 50g

牛乳 120ml

生クリーム 60ml

水 150ml

A コンソメ (顆粒) 小さじ 1

オリーブオイル 大さじ 1

塩 ひとつまみ

こしょう 少々

明太子 1 腹



作り方

1. 鍋に玉ねぎを入れ、その上にパスタを2つに折って入れる。
2. 1. にしめじ、混ぜ合わせたAを入れ、内フタと外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 59：明太子クリームパスタ】で加熱する。
4. 一時停止音が鳴ったら、一度取り出し、麺をほぐすようにかき混ぜ、ほぐした明太子を入れ、全体になじませるように混ぜ、内フタと外フタでフタをして、【あたためスタート】を押し、再び加熱する。

ベーコンときのこの和風パスタ

自動メニュー

加熱時間

麺 60

約 27 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 1 ~ 2 人分

パスタ (乾燥)	100g
玉ねぎ (薄切り)	50g
ベーコン (1 cm幅に切る)	50g
しめじ (子房に分ける)	50g
水	300ml
にんにく (みじん切り)	1 片
塩	小さじ ½
A 醤油	小さじ ½
酒	大さじ 1
和風だし (顆粒)	小さじ 1
こしょう	少々
輪切り唐辛子	お好み



作り方

1. 鍋に玉ねぎを入れ、その上にパスタを2つに折って入れる。
2. 1. にベーコン、しめじ、混ぜ合わせた A を入れ、内フタと外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 60：ベーコンときのこの和風パスタ】で加熱する。

エビとアボカドのジェノベーゼペンネ

自動メニュー

加熱時間

麺 61

約 28 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 1 ~ 2 人分

ペンネ (乾燥)	60g
エビ (剥きエビ)	50g
水	150ml
A 塩・こしょう	少々
オリーブオイル	大さじ ½
ジェノベーゼペースト (市販)	40g
アボカド (1 cm角切り)	50g



作り方

1. 鍋にペンネ、エビを入れる。
2. 2. に混ぜ合わせた A を入れ、内フタと外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 61：エビとアボカドのジェノベーゼペンネ】で加熱する。
4. 一時停止音が鳴ったら、一度取り出し、ジェノベーゼペーストを加え、かき混ぜ、内フタと外フタでフタをして、【あたためスタート】を押し、再び加熱する。
5. 4. にアボカドを加えて軽く混ぜる。

ツナとトマトのクリームペンネ

自動メニュー

加熱時間

麺 62

約 30 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 1 ~ 2 人分

ペンネ (乾燥)	60g
玉ねぎ (薄切り)	30g
ツナ (缶づめ)	30g
トマト缶 (1cm角に切る)	40g
水	120ml
A 牛乳	50ml
生クリーム	30ml
塩	ひとつまみ
コンソメ (顆粒)	小さじ 1
オリーブオイル	大さじ ½



作り方

1. 鍋に玉ねぎ、ペンネの順で入れる。
2. 1. に混ぜ合わせた A を入れ、内フタと外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 62：ツナとトマトのクリームペンネ】で加熱する。

おはぎ

自動メニュー

加熱時間

菓 63

約 29 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 ~ 3 人分

もち米	150g
水	220ml
つぶあん	300g



作り方

1. もち米はよく洗い、ざるにあげておく。
2. 鍋に 1. と水を入れ、内フタと外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 63：おはぎ】で加熱する。
4. 加熱終了後、3. をボウルに移し、熱いうちに麺棒で粒が少し残るくらいまでつぶす。
5. 4. を 6 等分し、俵型に形を整える。
6. 6 等分したつぶあんを、5. を包み込むように丸める。

プリン

自動メニュー

加熱時間

菓 64

約 19 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 2 ~ 3 人分

牛乳	250ml
卵 (溶きほぐす)	3 個
三温糖	60g
バニラエッセンス	適量



作り方

1. 材料を全てよく混ぜ合わせてから裏ごし、鍋に入れ、内フタと外フタでフタをする。
2. 【自動メニュー 64：プリン】で加熱する。
3. 加熱終了後、粗熱が取れたら、冷蔵庫で冷やす。

カスタードクリーム

自動メニュー

加熱時間

菓 65

約 7 分

付属品



鍋

内フタ

外フタ

材料 / 1 ~ 2 人分

牛乳	400ml
A 上白糖	80g
コーンスターチ	大さじ 4
卵黄 (溶きほぐす)	3 個
無塩バター	30g
B ブランデー	小さじ 2
バニラエッセンス	少々



作り方

1. A をよく混ぜ合わせて裏ごし、鍋に流し入れ、内フタと外フタでフタをする。
2. 【自動メニュー 65：カスタードクリーム】で加熱する。
3. 加熱終了後、熱いうちに無塩バターを加え全体をなじませるように混ぜ、裏ごしする。
4. 粗熱をとり、バットに移し表面にぴったりとラップをかけて氷水で冷やす。
5. 4. が冷えたら B を加えて混ぜ合わせる。

いちごジャム

自動メニュー

加熱時間

菓 66

約 33 分

付属品



鍋

材料 / 1 ~ 2 人分

	いちご	200g
A	上白糖	65g
	レモン汁	大さじ ½



作り方

1. いちごは軽く洗いヘタをとり、少し形が残るくらいまで潰す。
2. 鍋に 1. と A を入れ、かき混ぜる。
3. 内フタと外フタはせずに、【自動メニュー 66：いちごジャム】で加熱する。
4. 加熱後かき混ぜ、粗熱をとり、小皿に移し冷蔵庫に入れて冷やす。

大学芋

自動メニュー

加熱時間

菓 67

約 6 分

付属品



鍋



内フタ



外フタ

材料 / 1 ~ 2 人分

	さつまいも	200g
A	サラダ油	小さじ 1
	ザラメ	大さじ 3
	醤油	小さじ ½
	はちみつ	大さじ 1
	いりごま(黒)	適量



作り方

1. さつまいもは、1cm幅の短冊切りにし、水にさらす。
2. 鍋に水気を切った 1. を入れ、上から A をかけ、軽にかき混ぜ、内フタと外フタでフタをする。
3. 【自動メニュー 67：大学芋】で加熱する。
4. 加熱終了後、ごまをまぶす。

ゆで卵 / 温泉卵

自動メニュー

加熱時間

ゆで卵 蒸し器 69 約 10分～12分

温泉卵 蒸し器 70 約 36分～38分

付属品



水 300ml

蒸し器

材料 / 4 個分

卵 (M サイズ) 4 個

調理のポイント

- 卵は、3 個以上で加熱してください。
※ レシピ推奨は 4 個です。卵の数によっては、固さが変わる場合があります。
- 加熱終了後、すぐに取り出してください。
余熱で卵に火が通りすぎてしまいます。
- 卵は、冷蔵庫から出してすぐのものを使用してください。冷えていない卵を使用すると上手く仕上がらない場合があります。
- 卵がよく冷えている場合は、仕上がりを強にしてください。



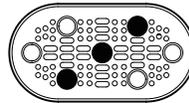
作り方

1. 蒸し器の外容器に、水 300ml を入れる。
2. 1. に内容器、すのこをセットし、卵をのせ、フタをする。
3. ゆで卵は、【自動メニュー 69：ゆで卵】、温泉卵は、【自動メニュー 70：温泉卵】で加熱する。
4. 加熱終了後、すぐに取り出し、流水で冷やす。

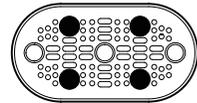
メニュー番号	蒸し器メニュー	重量 / 仕上り / 食品			水量
		弱	中	強	
69	ゆで卵 (冷蔵 / 4 個)	半熟	ふつう	固め	300ml
70	温泉卵 (冷蔵 / 4 個)	柔らかめ	ふつう	固め	300ml

- スタート前に を押して仕上りを調節してください。
- 何もしなければ、 に自動設定されます。

卵置き位置



3 個置き



4 個置き



蒸し器のフタは、しっかりと閉めてから加熱してください。
フタがしっかりと閉まっていないと、卵が破裂する恐れがあります。

蒸し鶏

自動メニュー

加熱時間

蒸し器 72 約 28分

付属品

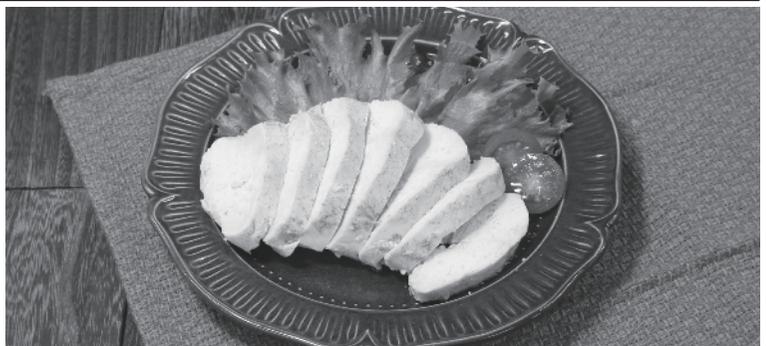


水 300ml

蒸し器

材料 / 1 ～ 2 人分

鶏むね肉	1 枚 (250g)
砂糖	小さじ 1
塩	ふたつまみ
A 酒	大さじ 1
中華だし (顆粒)	小さじ 1
こしょう	少々



作り方

1. 鶏肉は、皮を取り、フォークで穴を開ける。
2. 混ぜ合わせた A に 1. を浸け込み、冷蔵庫で一晩置く。
3. クッキングシート (30cm × 30cm) に 2. をのせ、包む。
4. 蒸し器の外容器に、水 300ml を入れる。
5. 4. に内容器、すのこをセットし、3. をのせ、フタをする。
6. 【自動メニュー 72：蒸し鶏】で加熱する。

茶碗蒸し

自動メニュー

加熱時間

蒸し器 73

約 34 分

付属品



水 200ml

蒸し器

材料 / 2 個分

卵 (溶きほぐす)	1 個
水	180ml
塩	ひとつまみ
A 薄口醤油	小さじ ½
みりん	小さじ 1
和風だし (顆粒)	小さじ ½
鶏ささみ (そぎ切り)	20g
B むきえび (背ワタを取る)	2 尾
しいたけ (薄切り)	½ 個
銀杏 (水煮)	2 個

調理のポイント

■卵液の初期温度は 25℃前後 (20℃～30℃) が適当です。高すぎたり、低すぎたりした場合、加熱時間を加減してください。

■必ず、ふたをして加熱してください。
■固まり具合が緩めのときは、ふたをしたまましばらく放置してください。余熱で固まってきます。



作り方

1. ボウルに卵と A を加えて混ぜ、裏ごしする。
2. 茶碗蒸し容器に B と 1. を 2 等分に入れてさっとかき混ぜ、アルミホイルでフタをする。
3. 蒸し器の外容器に、水 200ml を入れる。
4. 3. に内容器、すのこをセットし、2. を並べ、フタをする。
5. 【自動メニュー 73：茶碗蒸し】で加熱する。

白身魚の生姜蒸し

自動メニュー

加熱時間

蒸し器 74

約 12 分

付属品



水 300ml

蒸し器

材料 / 1 ～ 2 人分

タラ	2 切れ
酒	小さじ 4
しょうが (千切り)	10g
長ネギ (みじん切り)	½ 本
砂糖	小さじ 2
醤油	大さじ 1
酢	小さじ 2
A オイスターソース	小さじ 1
にんにく (すりおろす)	小さじ ½
しょうが (すりおろす)	小さじ 1
ごま油	大さじ 1
ラー油	お好み
かいわれ大根	10g
B 水	小さじ 4
片栗粉	小さじ ½



作り方

1. タラに、塩 (分量外) をふり、約 10 分置き、余分な水分をキッチンペーパーなどで拭き取る。
2. クッキングシート (30cm × 30cm) に 1. を並べ、しょうがをのせ、上から酒をかけ、包む。
3. 蒸し器の外容器に、水 300ml を入れる。
4. 3. に内容器、すのこをセットし、2. をのせフタをする。
5. 【自動メニュー 74：白身魚の生姜蒸し】で加熱する。
6. 加熱終了後、蒸し器を取り出す。
7. 耐熱容器に A を入れかき混ぜ、手動「レンジ」の 600W で 50 秒～1 分様子を見ながら加熱し、加熱終了後、かき混ぜる。
8. 6. の上に 7. をかけ、かいわれ大根をのせる。

お手入れのしかた

- ご使用後はお早めにお手入れしてください。ただし、本体が冷めてから行ってください。
- 汚れはこまめに拭き取り、いつも清潔にしてお使いください。
庫内や付属品が汚れたまま使用すると、汚れがこびりついたりさびや腐食・悪臭のもとになります。
- 長時間ご使用にならないときは、各部のお手入れをし、湿気やほこりがかからない状態にしてください。

 警告	 お手入れは、電源プラグをコンセントから抜き、レンジ本体や付属品が冷めてから行うやけど・感電・けがの恐れがあります。
	 ぬれた手で電源プラグを抜き差ししない感電する恐れがあります。

キャビネット・庫内・ドア

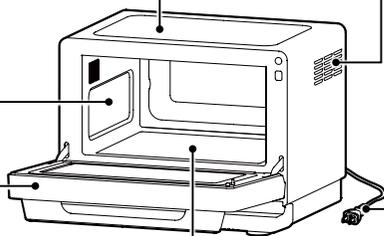
●かたく絞った布で水拭きする

汚れがひどいときは、うすめた台所用中性洗剤をしみ込ませた布で拭きます。その後、乾いた布できれいに拭き取ってください。

排気口・吸気口・アース端子・電源プラグ

●やわらかい布でから拭きする

乾いた布で定期的にはこりを取り除いてください。

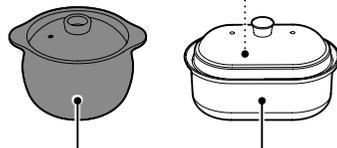


付属品（蒸し器）のお手入れ

●内容器に白い汚れが付着した場合

市販のクエン酸（成分100%）を溶かしたお湯に、5分程度浸けてください。その後、通常どおりにお手入れしてください。

※蒸し器は、食器洗い乾燥機や食器乾燥機などは使えません。



テーブルプレート

●テーブルプレートの汚れはぬれふきんですぐに拭き取る

汚れがついたまま調理すると、焦げて焼きつき、落ちにくくなります。

●汚れが落ちにくいときは、汚れた部分に液体クレンザー（クリームクレンザー）を付け、2分程度おいて、丸めたラップでこすり落とします。その後、固くしぼった布で水拭きしてください。

※液体クレンザー（クリームクレンザー）が使えるのは、テーブルプレートのみです。

●テーブルプレートの黒色のゴムは強くこすらない

●衝撃を与えない

傷がついたり、割れることがあります。

付属品（土鍋、蒸し器）

●やわらかいスポンジたわしで洗い、十分に水気を拭き取る

やわらかいスポンジたわしを使用して台所用中性洗剤で洗います。

※金属たわしや鋭利なものでこすらないでください。

※土鍋は、使用後急冷しないでください。破損することがあります。

 注意	 お手入れに、金属たわし・金属ブラシは使用しない 傷や割れなど、破損の原因になります。
	 食品カスや水・洗剤などを、レンジ本体のすき間に入れない 故障の原因になります。
	 お手入れのときは台所用中性洗剤を使い、次のものは使用しない 住宅家具用洗剤（弱アルカリ、アルカリ、弱酸性、酸性など）・オープンクリーナー・ガラスクリーナー・クレンザー・漂白剤・アルコール・ベンジン・シンナーなど。 変形・変色・故障などの恐れがあります。

うまく仕上がらないときは

	症状	原因・対応
ごはんやおかずなど	「自動あたため」であたためると熱くなりすぎる	<ul style="list-style-type: none"> • あたためる分量が少なすぎませんか。一度にあためられる分量は約 100g 以上です。少量の食品 (100g 未満) を加熱するときは、様子を見ながら加熱してください。
	食品があたたまらない	<ul style="list-style-type: none"> • アルミホイルで覆われていると加熱されません。
	ごはんがパサつく	<ul style="list-style-type: none"> • 加熱前に霧を吹いたり、水を少量かけるとしっとりと仕上がります。
	汁ものをあたためると熱い部分とぬるい部分がある	<ul style="list-style-type: none"> • 加熱後にかき混ぜてください。
	タレが飛び散る	<ul style="list-style-type: none"> • タレは加熱後にかけてください。
	煮汁が飛び散る	<ul style="list-style-type: none"> • 汁気を切り、深めの耐熱容器に入れて加熱してください。
	焼き魚やフライが上手にあたたまらない	<ul style="list-style-type: none"> • 重ならないように平らに並べてください。
	フライや天ぷらがべとつく	<ul style="list-style-type: none"> • キッチンペーパーを敷いた耐熱容器の上に並べ、手動で様子を見ながら加熱してください。→ P.23 ~ 24
	加熱ムラがある	<ul style="list-style-type: none"> • 食品の厚みが不均一だと、加熱ムラになります。
野菜	加熱ムラがある	<ul style="list-style-type: none"> • かぼちゃ・じゃがいもなどは大きさをそろえてください。 • ほうれん草などは茎と葉を交互に重ねてください。
	野菜が乾燥気味になる	<ul style="list-style-type: none"> • 野菜を洗い、水気を切らずにラップに包んでください。
飲み物	熱くなりすぎる	<ul style="list-style-type: none"> • 容器に少ししか入れないと沸とうする場合があります。容器の 7 ~ 8 分目まで入れてください。 • 上手にあたたまらない場合は、手動調理「レンジ」で様子を見ながら加熱してください。
	容器の上の方と下の方で、温度が異なる	<ul style="list-style-type: none"> • 加熱前と加熱後によくかき混ぜてください。
	牛乳、コーヒーが熱くなりすぎる	<ul style="list-style-type: none"> • 「自動あたため」で加熱すると熱くなりすぎることがあります。牛乳は自動メニュー「1 牛乳」であたためてください。コーヒーは自動メニュー「2 コーヒー」であたためてください。
解凍	上手に解凍できない	<ul style="list-style-type: none"> • 食品の厚みや形が不均一だと、部分的に加熱されやすくなります。解凍するときは、種類、大きさをそろえてください。

故障かな？と思ったら

症状	原因・対応
電源プラグをコンセントに差し込んで、何も表示しない	待機中の消費電力を節約するため、電源プラグをコンセントに差し込んだだけでは電源は入らないようになっています。 ⇒ドアを開けると電源が入り、表示部に「0」が点灯します。 表示部が「0」のまま、および設定の途中で放置すると、約5分後に自動的に電源が切れます。
調理後、ファンが回る	故障ではありません。 ⇒加熱後に庫内を冷却するため、表示部に「冷却中」と表示し、約1分30秒ファンが回ることがあります。(ドアを開けても回ります) 冷却終了後、表示部の「冷却中」の表示が消え、ファンが止まります。
まったく動かない	ご家庭のヒューズやブレーカーが切れていませんか。 電源プラグが抜けていませんか。 ドアを開けたとき、表示部に「0」が表示されますか。 ⇒ドアを開けてください。(待機電力オフ機能 → P.10) それでも動かないときは、お買い上げの販売店または小泉成器株式会社「修理センター」にご相談ください。
表示部の文字が薄い	異常ではありません。 ⇒ディスプレイの特性上、斜め上、または斜め下から見た場合、文字が薄く見える場合があります。
運転中、「カチカチ」や「ポコン」という音がする	異常ではありません。 ⇒出力を切り換えるスイッチの作動音です。 ⇒熱により庫内壁面が膨張し、音が鳴ることがあります。
加熱後、何度もブザー音が鳴る	異常ではありません。 ⇒食品の取り忘れをお知らせするブザー音です。 終了後、ドアが閉じられたままだと、1分ごとにブザー音が鳴ってお知らせします。(5分間)
加熱中「ジージー」と音がする	異常ではありません。 ⇒インバーターの作動音です。
火花・異常音が出る	加熱のとき、金属製の容器や金銀模様のある容器、金串などを使用していませんか。 ミックスベジタブルや小さく切った根菜類(さつまいも、にんじんなど)を少量で加熱していませんか。 庫内壁面やドアガラスにアルミホイルが触れていませんか。 庫内が汚れていませんか。→ P.60
何もしていないのにカチッと音がする	異常ではありません。 ⇒電源が切れる音です。
煙やいやなにおいがする	庫内が汚れていませんか。→ P.60
庫内に水滴が付着する	メニューによって食品から出た水蒸気が水滴として付着します。 ⇒かたく絞った布で拭き取ります。
加熱ムラが大きい	食品を庫内中央に置いていますか。 ⇒食品は庫内中央に置いてください。また、食品が複数の場合は、庫内中央に寄せて加熱してください。→ P.10 適切な容量で加熱していますか。 ⇒設定した内容と食品の容量が合っていないと、うまく加熱することができません。
途中で表示が消える	故障ではありません。 ⇒下記のときに約5分間放置すると、自動的に電源が切れます。 ①表示部が【0】 ②加熱設定の途中 ③「自動あたため」、自動メニュー「1～74」、手動調理「レンジ」 (一時停止後、1分ごとにブザー音が鳴ります) 電源を入れるには、ドアを開けてください。

こんな表示が出たときは

表示	症状	原因・対応
ブザー音が鳴り 「E03」を表示 E 03	<ul style="list-style-type: none"> ●庫内温度が高いために「自動あたため」「解凍 / 半解凍」「自動メニュー」が行えず、キーの操作が無効になっている。 	<ul style="list-style-type: none"> ●食品を取り出し、ドアを開けてしばらく庫内を冷ましてください。庫内の冷却が終わるとブザー音が鳴り、表示部に「0」を表示します。とりけしキーを押して解除した場合は、ブザー音は鳴りません。
ブザー音が鳴り 「E02」を表示 E 02	<ul style="list-style-type: none"> ●庫内温度が異常に高いために「自動あたため」「解凍 / 半解凍」「自動メニュー」「手動調理」が行えず、キーの操作が無効になっている。 	<ul style="list-style-type: none"> ●「一時停止 / とりけし」キーを押して解除してください。それでもくり返し表示される場合は、電源プラグをコンセントから抜き、表示部の記号をお買い上げの販売店または小泉成器株式会社「修理センター」にご相談ください。 ●庫内が燃え出したときは、次の手順で処置したあと、お買い上げの販売店または小泉成器株式会社「修理センター」にご相談ください。 <ol style="list-style-type: none"> ①ドアを閉めたまま「一時停止 / とりけし」キーを押し、運転を止めてから電源プラグを抜きます。 ②レンジ本体から燃えやすいものを遠ざけ、火が消えるのを待ってください。 ③火が消えないときは、水か消火器で消してください。
高温注意	<ul style="list-style-type: none"> ●庫内が高温になっている。 	<ul style="list-style-type: none"> ●表示中でも自動加熱や手動調理は設定可能です。 ●庫内が高温で操作が無効になる場合があります。（上記「E03」「E02」）その場合はドアを開けて、しばらく庫内を冷ましてください。
ブザー音が鳴り 「E06」を表示 E 06	<ul style="list-style-type: none"> ●庫内に食品を入れたあと、ドアを閉めて1分以上経過してから「あたためスタート」「解凍」キー、もしくはダイヤルを回した。 ●調理終了後、そのままの状態ですら「あたためスタート」「解凍」キー、もしくはダイヤルを回した。 	<ul style="list-style-type: none"> ●「一時停止 / とりけし」キーを押して解除してください。
<ul style="list-style-type: none"> ●外来ノイズなどの影響による一時的な誤動作や、電子部品の異常を検出した。 ブザー音が鳴り、「E03」「E02」「E06」以外の「E ※※」を表示 「※※」は2けたの数字やアルファベットを表示します。 E ※※ 「E ※※」の表示例 E 01 E 07 E 08		<ul style="list-style-type: none"> ●「一時停止 / とりけし」キーを押したあと、電源プラグをコンセントから抜いてください。もう一度、電源プラグをコンセントに差し込み、ドアを開けてください。 ●正常にならない場合や同じ表示が出る場合は、電源プラグをコンセントから抜き、お買い上げの販売店または小泉成器株式会社「修理センター」にご相談ください。 ●製品が故障している場合があります。電源プラグをコンセントから抜いて、差し込み直してください。それでも直らない場合は、電源プラグをコンセントから抜き、表示部の記号をお買い上げの販売店または小泉成器株式会社「修理センター」にご相談ください。

デモモード解除のしかた

- 自動的に表示部が点灯しているときは「店頭用デモモード」です。この場合、調理することができません。

解除のしかた

-  を押しながらか  を3回押すと解除されます。

※電源プラグを抜いても解除することはできません。

仕様

電源	AC100V、50/60Hz 共用
外形寸法	約 幅 415 × 奥行 350 × 高さ 320 mm
庫内有効寸法	約 幅 330 × 奥行 300 × 高さ 170 mm
コードの長さ	約 1.4 m
質量	約 9.5kg
消費電力	1400W
高周波出力	1000W *1、600W、500W、200W 相当、100W 相当
発振周波数	2450 MHz
区分名	A
電子レンジ機能の年間消費電力量	60.1 kWh/年
年間待機時消費電力量	0.0 kWh/年
年間消費電力量	60.1 kWh/年
付属品	土鍋（内フタ、外フタ、鍋） 蒸し器（フタ、パッキン、すのこ、内容器、外容器）

土鍋

外形寸法	約 幅 193 × 奥行 168 × 高さ 156 mm (フタセット時)
質量	約 1.5kg

蒸し器

外形寸法	約 幅 245 × 奥行 150 × 高さ 163 mm (フタセット時)
耐熱温度	140℃
質量	約 0.4kg

※1 高周波出力 1000W は短時間高出力機能 (約 3 分間) です。

- 年間消費電力量 (kWh/年) は省エネ法・特定機器「電子レンジ」測定法による数値です。「区分名」も同法に基づいています。
- 実際にお使いになるときの年間消費電力量は周囲環境、使用回数、使用時間、食品の量によって変化します。
- この製品は日本国内用に設計されているため、外国では使用できません。また、アフターサービスもできません。

This product is designed for use only in Japan and cannot be used in any other country.

No product service is available outside of Japan.

- 本機の仕様および外観については、改良のため予告なく変更することがあります。

愛情点検

★長年ご使用の電子レンジの点検を！

	ご使用の際このようなことはありませんか？	<ul style="list-style-type: none"> ●電源コードや電源プラグが異常に熱くなる。 ●スタートしても食品が加熱されない。 ●異常なおいがしたり煙が出る。 ●電子レンジにさわると電気を感ずる。 ●ドアや庫内に著しい変形がある。 ●自動的に切れないときがある。 ●その他の異常・故障がある。 	ご使用中止	このような症状のときは、故障や事故防止のため、コンセントから電源プラグを抜いて必ず販売店にご相談ください。

アフターサービスについて

1. 保証書

- この取扱説明書には保証書が付いています。
保証書はお買い上げの販売店で「販売店名・お買い上げ日」などの記入をご確認のうえ、内容をよくお読みの後、大切に保管してください。
- 保証期間はお買い上げ日より1年間です。
ただし、マグネトロンのみ2年間です。
- 一般家庭用以外に使用される場合は除きます。
- 付属の蒸し器、土鍋は対象外です。

2. 修理を依頼されるときは

- 保証期間中は
商品に保証書を添えてお買い上げの販売店にご持参ください。保証書の記載内容により無料修理いたします。
- 保証期間が過ぎているときは
お買い上げの販売店にご相談ください。修理により使用できる場合は、お客様のご要望により有料修理いたします。

3. 補修用性能部品の保有期間

- 補修用性能部品は製造打ち切り後8年保有しています。
補修用性能部品とはその製品の機能を維持するために必要な部品です。

4. ご転居のときは

- この製品は50Hz/60Hz共用ですので、電源周波数の異なる地域へお引越されても、そのままお使いいただけます。
- ご使用の際には、必ずアース線を取り付けてください。

5. アフターサービスについてご不明の場合

- アフターサービスについてご不明の場合には、お買い上げの販売店か、小泉成器株式会社「修理センター」にお問い合わせください。

お客様の個人情報のお取り扱いについて

お受けしましたお客様の個人情報は当社個人情報保護方針に基づき適切に管理いたします。また、お客様の同意がない限り、業務委託をする場合および法令に基づき必要と判断される場合を除き、第三者への開示は行いません。

< 利用目的 >

お受けしました個人情報は、商品・サービスに関わるご相談・お問い合わせおよび修理対応のみを目的として使用させていただきます。なお、この目的のために小泉成器株式会社および関係会社で上記個人情報を利用することがあります。

< 業務委託の場合 >

上記目的の範囲内で対応業務を委託する場合、委託先に対しては当社と同等の個人情報保護を実施させるとともに適切な管理・監督をいたします。

保証・無料修理規定

1. 取扱説明書、本体貼付ラベル等の注意書に従った**正常な使用状態で保証期間内に故障した場合、「無料修理」**致します。
2. 保証期間内に故障して無料修理をお受けになる場合には、**商品と本書をご持参ご提示の上、お買い上げの販売店にご依頼ください。**
3. **ご転居、ご贈答品等**で本保証書に記入してあるお買い上げの販売店に修理をご依頼できない場合には、取扱説明書の小泉成器株式会社「修理センター」へご相談ください。
4. 保証期間内でも次の場合には**有料修理**になります。
 - (イ) 使用上の誤りおよび不当な修理や改造による故障および損傷。
 - (ロ) お買い上げ後の落下等による故障および損傷。
 - (ハ) 火災、地震、落雷、水害、その他の天災地変、異常電圧による故障および損傷。
 - (ニ) 一般家庭用以外（例えば業務用の長時間使用、車輛、船舶への搭載）に使用された場合の故障および損傷。
 - (ホ) 本書のご提示がない場合。
 - (ヘ) 本書にお買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き換えた場合。
 - (ト) 譲渡、転売、リサイクル店（中古品）、中古販売店、オークション等により入手された場合。
5. 保証期間内でも商品を修理窓口へ送付された場合の送料はお客様の負担となります。
6. 本書は日本国内においてのみ有効です。日本国外からの修理依頼や補修用部品・消耗部品の発送依頼には対応しておりません。
Effective only in Japan. We do not offer repair service or dispatch maintenance parts or consumables internationally.
7. 本書は再発行致しませんので、紛失しないよう大切に保管してください。

修理メモ

- ※この保証書は、本書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。従ってこの保証書によって保証書を発行している者（保証責任者）、およびそれ以外の事業者に対するお客様の法律上の権利を制限するものではありません。保証期間経過後の修理等についてご不明の場合は、お買い上げの販売店、または取扱説明書の小泉成器株式会社「修理センター」にお問い合わせください。
- ※保証期間経過後の修理について詳しくは取扱説明書の「アフターサービスについて」をご覧ください。

電子レンジ

保証書 持込修理

本書は、本書記載内容（裏面記載）で無料修理を行うことをお約束するものです。
お買い上げの日から下記期間中故障が発生した場合は、本書をご提示の上、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。

型番	KRD-183D		
お買い上げ年月日	年	月	日
無料修理保証期間	対象部分	期間（お買い上げ日より）	
	本体	1年	
お客様	お名前	様	
	ご住所		
販売店	店名・住所・電話		

見本

★販売店の皆様へのお願い 必ず全項目をご記入、ご捺印の上、お客様にお渡しください。
小泉成器株式会社 本社 〒541-0051 大阪市中央区備後町3丁目3番7号 TEL.06(6262)3561

お客様相談窓口

この商品に関するご意見・ご質問については下記へお寄せください。

ご意見・ご質問について

お客様相談窓口



ナビダイヤル
(全国共通番号)

0570 (07) 5555

■IP電話などからご利用いただけない場合

〒541-0051 大阪市中央区備後町3丁目3番7号 TEL. 06 (6262) 3561 FAX. 06 (6268) 1432

修理に関するお問い合わせ

東日本修理センター



ナビダイヤル
(全国共通番号)

0570 (05) 8888

■IP電話などからご利用いただけない場合

〒344-0127 埼玉県春日部市水角1190 TEL. 048 (718) 3340 FAX. 048 (718) 3350

西日本修理センター



ナビダイヤル
(全国共通番号)

0570 (05) 8888

■IP電話などからご利用いただけない場合

〒559-0033 大阪市住之江区南港中1丁目3番98号 TEL. 06 (6613) 3145 FAX. 06 (6613) 3196

部品に関するお問い合わせ

部品センター



ナビダイヤル
(全国共通番号)

0570 (00) 3211

■IP電話などからご利用いただけない場合

〒559-0033 大阪市住之江区南港中1丁目3番98号 TEL. 06 (6613) 3211 FAX. 06 (6613) 3299

小泉成器株式会社

〒541-0051 大阪市中央区備後町3丁目3番7号
TEL. 06 (6262) 3561 FAX. 06 (6268) 1432

受付時間：平日9：00～17：00
(土・日・祝日・夏期休暇・年末年始を除く)

2023年10月現在(所在地、電話番号などについては変更がある場合がありますので、その節はご容赦願います)