

HITACHI
Inspire the Next

取扱説明書

保証書付(保証書は裏表紙についています)
設置説明書別添付

日立 **IH** クッキングヒーター
家庭用

据置タイプ 2口 **IH** 鉄・ステンレス対応

型式 ^{イ ー ティー}**HT-33AG** **30A仕様**

型式 ^{イ ー ティー}**HT-32AG** **20A仕様**



ハンバーグ

このたびは日立 **IH** クッキングヒーター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。

この取扱説明書をお読みになり、正しくお使いください。

お読みになったあとは、設置説明書、カンタンご使用ガイドと
ともに大切に保管してください。

「安全上のご注意」→(P.6~9)をお読みいただき、
正しくお使いください。

設置説明書を受け取り、ご使用前に設置完了後の確認項目を
ご確認ください。

日立家電メンバーズクラブの My家電への製品登録をおすすめします。

※マイページ(日立の家電品お客様サポート)は
日立家電メンバーズクラブに名称を変更しました。

さまざまなサービスをご利用いただけます。

- 家電品の登録・管理
- お役立ち情報
- 安全点検サービス割引
- パーツショップ送料特典
- お知らせ



ご登録は
こちら

詳しくは→(P.55)をご覧ください。



HT-33AG
天面ブラック/前面シルバー(K)

はじめにお読みください ●→(P.00)は主な説明のあるページです。

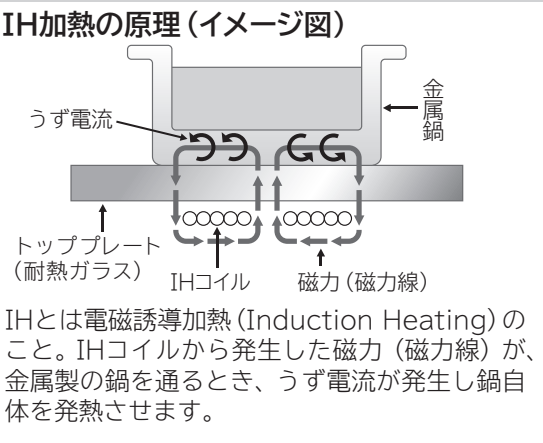
「安全上のご注意」→(P.6～9)をお読みいただき、正しくお使いください。

大火力 左・右IHヒーター

- 鉄やステンレス鍋、3.0kW大火力のIH加熱で、おいしく調理できます。

鍋の形状や材質によって火力が弱くなることがあります。
→(P.10)

鍋の加熱が早いので、料理の仕上がり具合を見ながら火力・時間を調節してください。
→(P.15)



適温調理

- 光センサーと温度センサーで予熱も加熱も鍋底の温度変化に合わせて火力を制御。設定した目安温度をキープして調理する「揚げ物」メニュー (左右IH) →(P.16、17)



便利メニュー

- 火加減を調節しながら麺をゆでる「麺ゆで」メニュー (右IH) →(P.18、19)
- レシピに合わせて煮込み加減が選べる「煮込み」メニュー (左IH) →(P.20)

「ラク旨^{うま}グリル」 (取扱説明書に掲載している35種類 (料理集:30種類、「手動」:5種類) のレシピがご覧になれます)

- ハンバーグや魚なども水なしで両面を自動で焼き上げるグリルメニュー →(P.24、25)
- 揚げ物をサクッと温め直し →(P.24、25)
- ラク旨グリルで庫内が汚れにくい



光センサー

- 高感度サーモパイル式光センサーが、鍋底の温度をダイレクトに検知。光センサーや鍋底が汚れていると、鍋の温度が正しく検知できない場合があります。汚れや異物を取り除いてからご使用ください。→(P.31)

もくじ

ご使用の前に

各部のなまえ・付属品・上面操作パネル・別売品	4
安全上のご注意	6
使える鍋の種類・材質・形状	10
消費電力と安全機能について	12

使いかた

IHヒーターで調理する

IHヒーターの使いかたのポイント	13
お好みの火力で調理する	14
ゆでる、煮る、蒸す、焼く、炒める、温める	14
メニューを選んで調理する	16～20
適温調理 揚げる	16
便利メニュー 麺ゆで	18
便利メニュー 煮込み	20
タイマーを使う	21

グリルで調理する

グリルの使いかたのポイント	22
メニューを選んで調理する	24～27
丸焼き、切身・干物、つけ焼き、肉・野菜、揚げ物温め	24
手動	26
追加焼きをする	28

いろいろな機能を使う

いろいろな機能を使う	29
チャイルドロックの設定・解除	29
メロディーとブザーの切り替え	29

お手入れ

お手入れをする	30～33
排気カバー・排気口・吸気口	30
上面操作パネル	30
トッププレート・プレートワーク・光センサー	31
グリルドア・ラク旨グリル・グリル受けの取り外し／取り付け	32
グリルドア・ラク旨グリル・グリル受け	33
グリル庫内 (においを軽減するには)	33

お困りのときは

お困りのときは	34～36
電源・動作	34
火力	35
グリル	35
適温調理「揚げ物」	35
その他	35
音が気になる	36
お知らせ表示が出たとき	37

料理集

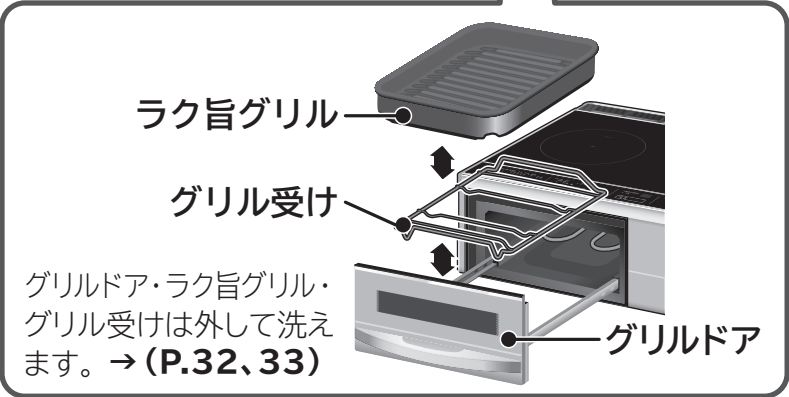
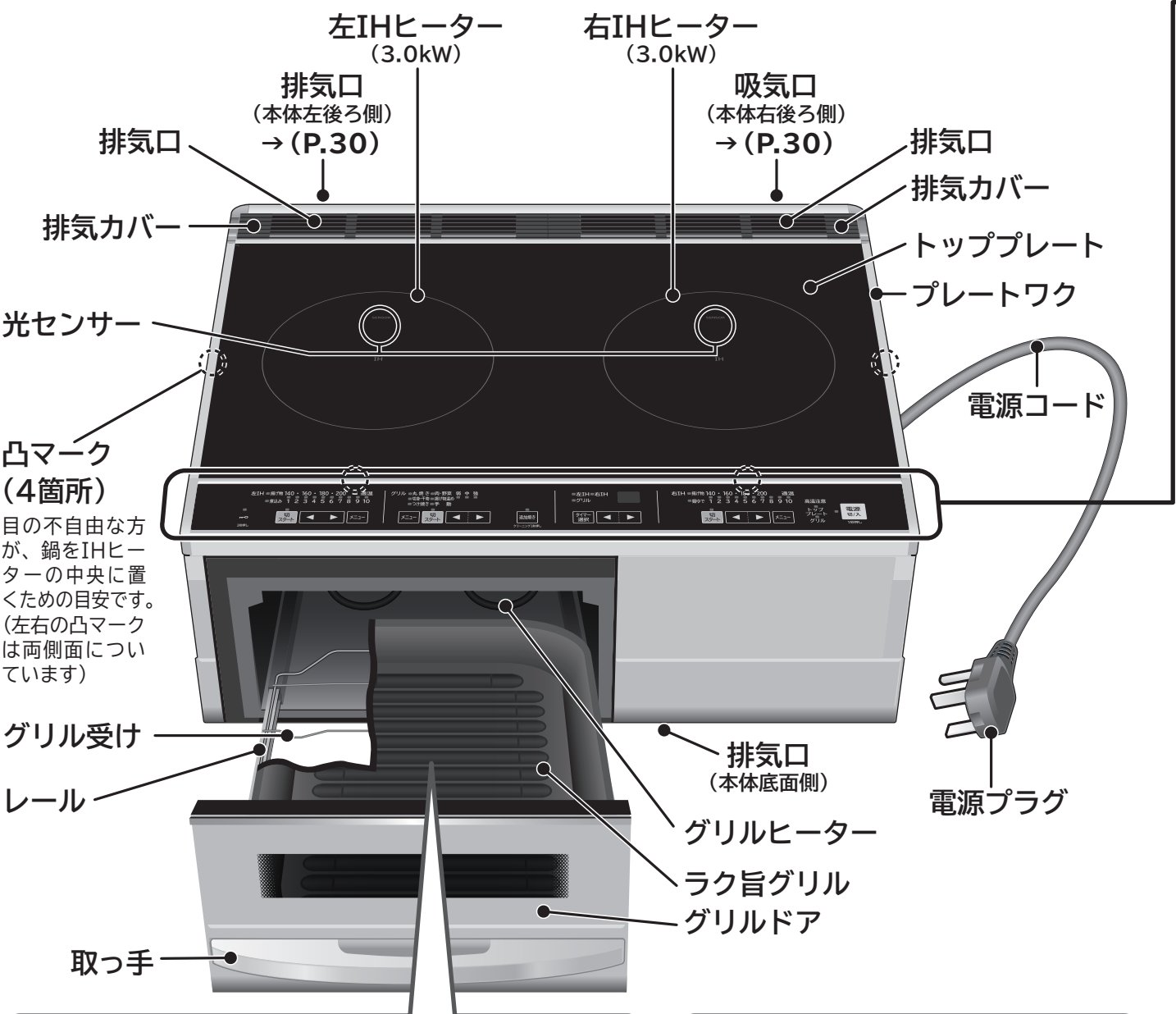
38～52

仕様・その他

仕様	53
保証とアフターサービス	54
「ご相談窓口」	55
保証書	裏表紙

各部のなまえ・付属品・上面操作パネル・別売品

→ (P.00) は主な説明のあるページです。



型式・製造番号の確認

製造番号は、排気カバーを外し排気口の中を確認してください。

型式	製造番号
上面操作パネル	排気口

付属品	
ラク旨グリル(消耗部品) 1個	グリル受け(消耗部品) 1個

上面操作パネル

IHヒーター表示部	グリル表示部	時間表示部	高温注意表示	電源スイッチ
選択した調理メニュー、火力や温度のランプが点灯し表示されます。	選択した調理メニューや火力のランプが点灯し表示されます。	タイマーやグリル調理(手動以外)の時間が表示されます。	トッププレートやグリル庫内の温度が高温のときランプが点灯します。 → (P.12)	電源の入/切を行います。 ・電源を入れるとランプが光ってお知らせします。 ・電源を入れたままスタートされずに約10分間放置すると、自動的に電源が切れます。

切/スタートボタン	設定ボタン	メニューボタン	追加焼きボタン	タイマー選択ボタン	タイマー設定ボタン
調理のスタートや終了したときに使います。	火力や温度の設定や調節をするときに使います。 → (P.14~20)	調理メニューを選択するときに使います。 → (P.16~20)	お好みで追加焼きをしたいときに使います。 → (P.28)	タイマーを使用したい箇所のランプを点灯させ、設定をするときに使います。 → (P.21)	タイマーの時間を設定するときに使います。 → (P.21)

チャイルドロックボタン/表示

ボタンを3秒間押すと、操作のロックと解除ができます。操作がロックされているときは、ランプが点灯し、表示されます。
→ (P.29)

別売品	
推奨天ぷら鍋 品名：天ぷら鍋 型式：HT-N50 希望小売価格：2,860円(税込) (部品番号：HT-C20TWS 010)	推奨天ぷら鍋 品名：天ぷら鍋 型式：FJ-21T 希望小売価格：10,120円(税込)

部品の交換・追加購入		
部 品 名	部 品 番 号	希望小売価格
グリルドア	HT-33AG 017	7,920円(税込)
グリル受け(消耗部品)	HT-J7STF 015	2,112円(税込)
グリルパン(ラク旨グリル)(消耗部品)	HT-J300XTF 019	5,720円(税込)

※日立家電品取扱店にご相談ください。希望小売価格は価格改定に伴い変更する場合があります。

「」使用の前に

各部のなまえ・付属品・上面操作パネル・別売品

安全上のご注意

この機器は一般家庭用です。業務用にはお使いにならないでください。

お使いになる人や、ほかの人への危害、財産への損害を未然に防止するため、お守りいただくことを、次のように説明しています。また、本文中の注意事項についてもよくお読みのうえ、正しくお使いください。

■ここに示した注意事項は

表示内容を無視して誤った使いかたをしたときに生じる危害や損害の程度を、次の表示で区分し、説明しています。

 危険 この表示の欄は、「死亡または重傷を負う危険が差し迫る」内容です。	 警告 この表示の欄は、「死亡または重傷を負うことが想定される」内容です。	 注意 この表示の欄は、「傷害を負うことが想定されるか、または物的損害の発生が想定される」内容です。
表示の例  「警告や注意を促す」内容です。	 してはいけない「禁止」内容です。	 実行しなければならない「指示」内容です。

警告

●火災・感電・けが・やけどの原因になります。

揚げ物を調理するときは

●揚げ物調理の際、油は炎がなくても発火のおそれがあります

- 揚げ物調理中はそばを離れない
 - 指定の鍋以外は絶対に使わない → (P.10)
 - フライパンは使わない
 - 油は200g (220mL) 未満、深さ1cm未満では調理しない
- 油は200g (220mL) ~ 800g (880mL) の範囲で、鍋の深さや調理物に応じて調理してください。油が少ないと、油が過熱され発火するおそれがあります。また、油量が多過ぎると、あふれてやけどや火災の原因になります。
- 油量200g~800g
深さ1cm以上
- 鍋底が変形したものは使わない
 - 鍋底やトッププレートに汚れがこびりついたまま使わない

- 鍋はIHヒーターの中央に置く
 - 必ずメニューの「揚げ物」を使用する → (P.16、17)
- 手動によるお好みの火力では揚げ物調理をしないでください。油の温度を適正にコントロールできないため、油が過熱され発火するおそれがあり、火災の原因になります。
- 油煙が多く出たら電源を切る

液体の調理をするときは

- 加熱中や加熱後および再加熱の際は、鍋に顔を近づけたり、のぞき込まない
 - 調理するときは食材の加熱状態を均一にするため火力を弱めにし、よくかき混ぜる
- 水などの液体やカレー・みそ汁・吸い物・牛乳などの煮物・汁物が突然沸とう（突沸）して飛び散ったり、鍋が跳び上がることがあり、やけどやトッププレートが割れるおそれがあります。加熱した水などの液体にインスタントコーヒーなどの粉末や牛乳などの液体を入れる場合も火力を弱めにし、よくかき混ぜてください。

使用中（調理中）・使用後は

- 市販の汚れ防止シート（電磁調理器カバー）※を使わない
 - 使用中や使用後しばらくはトッププレートやグリルドアおよびグリル庫内などの高温部に触れない
 - 使用中や使用直後は機器を持ち運ばない
- 調理物などがこぼれてやけどをするおそれがあります。

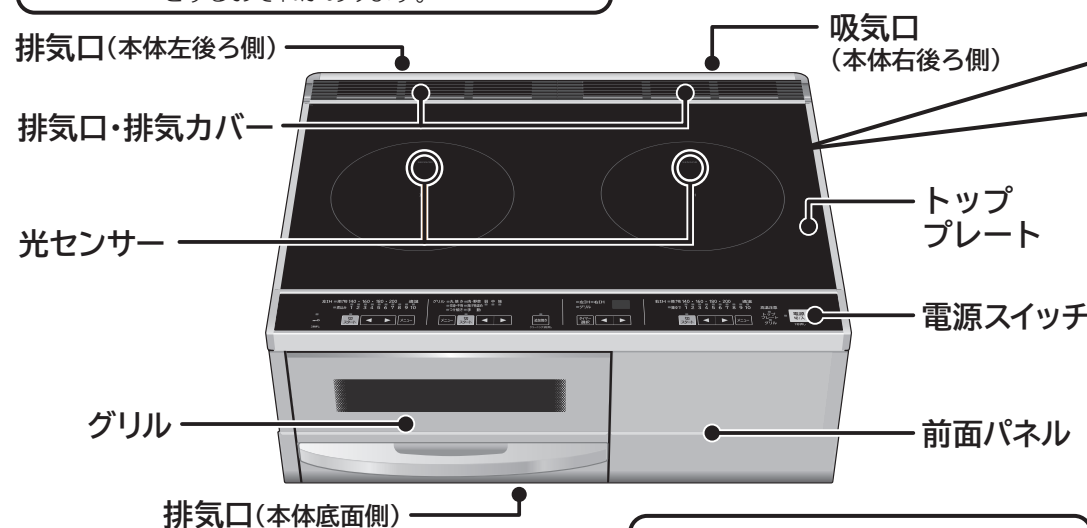
危険

●火災・感電・けがの原因になります。

本体は

- 改造はしない
 - 修理技術者以外の人は分解したり、修理を行わない
- 修理はお買い上げの販売店または「ご相談窓口」→ (P.55) にご相談ください。

- 鍋底がはがれかけた鍋は使用しない
 - 炒め物・焼き物など、少量の油を入れて予熱するときや、予熱の後に油を入れて調理するときは、そばを離れたり、加熱し過ぎない
- 鍋底が、はがれかけた状態で加熱するとはがれた部分が異常過熱し、赤熱するおそれがあります。トッププレートが局所過熱し、破損（ひび割れ）・変色する原因となります。
- ※トッププレートの上に敷いて、その上で調理をすることでトッププレートの汚れを防ぐものです。



使用後は

- 使用後は電源を切る
- 長期不在のときは専用ブレーカーを切る

異常・故障時は

- 異常・故障時には、直ちに使用を中止し、すぐに専用ブレーカーを切り、電源プラグを抜いて、お買い上げの販売店または「ご相談窓口」→ (P.55) へ点検・修理を依頼する
- 電源スイッチを入れてもヒーターが作動しないときがある。
- 焦げ臭いにおいがしたり、運転中に異常な音がある。
- トッププレートにひび割れがある。
- 電源コードに傷がついたり、動かすと通電したりしなかったりする。
- ビリビリと電気をを感じる。
- その他の異常や故障がある。
- 電源プラグや電源コードが異常に熱くなる。

警告

●火災・感電・けがの原因になります。

据付のときは

- 電源プラグはコンセントの奥までしっかり差し込む
- 電源プラグの刃や刃の取付部分にほこりが付着している場合はよくふく
- アースを確実に取り付ける
- 電源コードを傷つけたり、加工したり、無理に曲げたり、引っ張ったり、ねじったり、たばねたり、高温部に近づけたり、重いものをのせたり、はさみ込んだりしない
- 電源コードや電源プラグが傷んでいたり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しない
- ぬれた手で電源プラグの抜き差しをしない

トッププレートは

- 上に乗ったり、物を落としたり、衝撃を加えない
 - 鍋やフライパンなどの調理器具以外のものは置かない
 - 蒸気口のないフタは、トッププレートの上に置かない
- 万が一ひびが入ったり割れたなど、トッププレートに異常がある場合は、電源と専用ブレーカーを切って使用を中止し、すぐに修理を依頼してください。煮汁などが入り火災・感電、けがの原因になります。
- 下記のものには特に注意してください。誤って加熱した場合、火災や破裂、赤熱してやけど・けがの原因になります。
- カセットコンロ、ボンベ、缶詰など
 - アルミ製容器やパック（うどん等が入った簡易容器）、レトルトパック（アルミ箔を使用しているパック）、紙パックやプラスチック製調理器（容器の内側にアルミ箔を貼ったもの）、アルミ箔など
 - スプーンなどの金属製小物
 - 金属のフタやバーベキュー用の鉄板など
 - ラク旨グリル
 - スマートフォンなどの機器
 - その他可燃物や引火物（まな板、ふきん、紙、油など）
- フタが密着して取れなくなったり、トッププレートが割れるおそれがあります。

- トッププレートの光センサーの汚れや水などは、きれいにふき取る
- 光センサーが汚れていたり、ぬれていると、鍋の温度が正しく検知できない場合があり、発火のおそれがあります。

本体は

- 吸・排気口やすき間などに、異物（ピンや針金など）や指を入れない
- 本体や吸・排気口、電源プラグに水などをかけない
- 子どもなど取り扱いに慣れない方だけで使用させたり、幼いお子様を近づけさせない、触れさせない
- カーテンなどの可燃物の近くで使用しない

安全上のご注意 (つづき)



注意

●火災・感電・けが・やけどの原因になります。

使用中(調理中)・使用後は



禁止

- 鍋は不安定な状態で使用しない
- 鍋の下に紙やシートを敷かない
- あらかじめ加熱した油で「揚げ物」を使わない
油の温度を適正にコントロールできないため、発火するおそれがあります。
- 本体前方に物を置かない
- 空だきや必要以上に加熱をしない
 - 鍋底の薄いもの、反っているフライパンや鍋は「中火」以上で予熱すると赤熱したり変形するおそれがあります。空だきなど異常に高温になった場合、トッププレートが割れることがあります。
 - ホーロー鍋は、空だきしたり、焦げつかせたりすると鍋底が過熱され、底面のホーローが溶けて焼きつき、鍋やトッププレートが破損、損傷の原因になります。
- 火気を近づけない
- 排気カバーをふさいだり、排気カバー付近に手、顔、鍋の取っ手などを近づけない
- トッププレートの上面操作パネルの上に、熱い鍋などを置かない
- トッププレートの上に直接食材を置いて調理しない
- 使用中は本体から離れない



指示

- 片手鍋を使用する場合は、取っ手の位置に十分注意する
取っ手が手や体に不用意に当たった場合、鍋がひっくり返ってやけどや火災の原因になります。
- 揚げ物調理中は、飛び散る油に注意する
油の飛び散りを少なくするためには →(P.44)
- 油煙が多く出たら電源を切る

使用する方は



指示

医療用ペースメーカーをお使いの方は、本製品のご使用にあたって医師とよく相談する
本製品の動作がペースメーカーに影響を与えることがあります。



禁止

調理以外の用途に使用しない
湯たんぽなどを加熱しないでください。

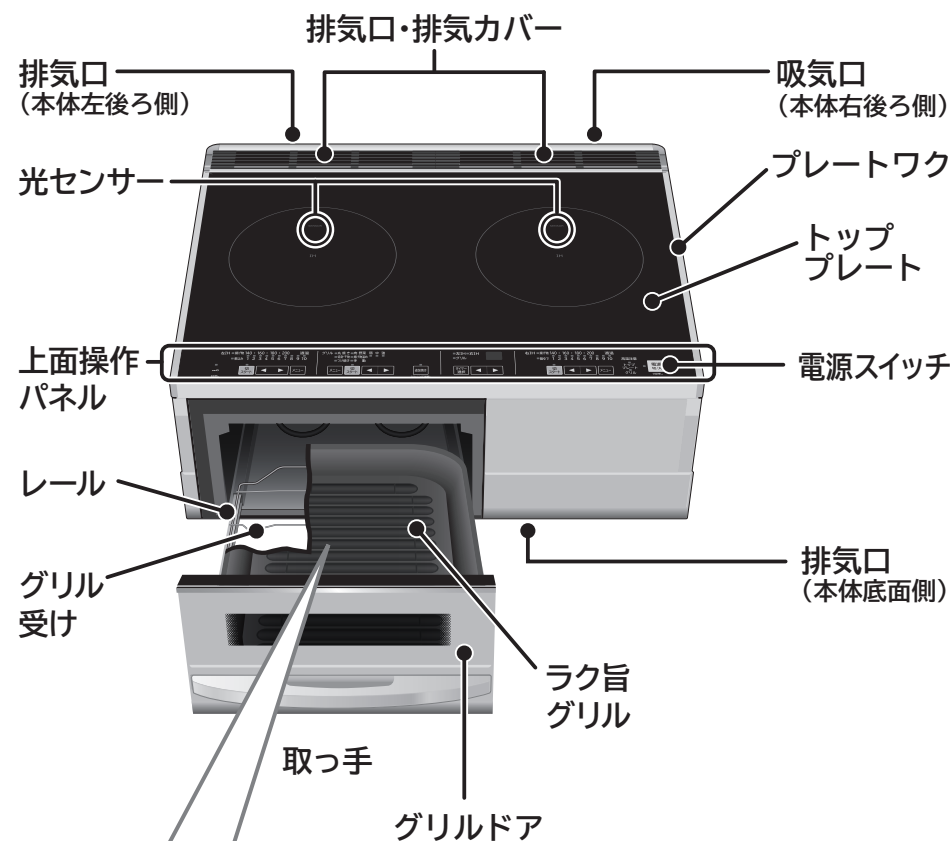


お手入れは



指示

お手入れは、電源を切り、本体が冷えてから行う



グリルを使用中に

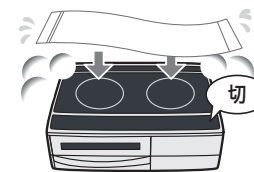


指示

- グリル使用中に調理物が発煙・発火した場合は、次の手順で消火する
- 消火するまでグリルドアを開けない
(空気が入り、炎が大きくなります)

消火手順

- ①電源を切る
- ②排気カバー全体をぬれたタオルでふさぐ
※このときグリルドアの周囲から煙が出ます。
- ③専用ブレーカーを切る
※グリルドア(強化ガラス)に水をかけない。
(強化ガラスが割れます)



グリルを使用するときは



禁止

- 使用中や使用後はグリルドア(強化ガラス)に水をかけない
高温になっているところに水をかけると割れるおそれがあります。
- グリルドアを持って勢よく引き出したり、持ち上げながら引き出したり、またグリルドアに強い力を加えたりぶらさがらない
グリルドア、ラク旨グリル、グリル受けなどが落下して、やけどやけがをしたり、破損の原因になります。
- グリルドア(強化ガラス)に傷がついた場合は使わない
強化ガラスは普通のガラスに比べ強度が高く、安全性の高いガラスですが、小さな傷でも亀裂が進行し、傷を起点として一瞬で粒状に破損するおそれがあります。傷がついた場合は、日立の家電取扱店でお買い求めください。→(P.5)

- ラク旨グリルが破損した場合は使わない
キャビネット内に水などが落ちる原因になります。
- 空だきや、必要以上に長時間調理しない
発煙・発火するおそれがあります。
- 市販のグリルパンや焼網などラク旨グリル以外は使用しない。また、ラク旨グリルにはオープンシート・グリル用の石などを入れて使用しない
脂が過熱し、発煙・発火するおそれや調理がうまくできないことがあります。
- 使用中は本体から離れない
- 使用中や使用後は、グリル庫内(グリルドア、ラク旨グリル、グリル受け、レール)が高温になっているので、直接触れない。
また、引き出したまま放置しない。



指示

- 使用中や使用後、庫内クリーニング中はレンジフードファンを使用する
煙や臭いなどに敏感な小鳥などの小動物は別の部屋に移してください。
- お手入れをするときは十分冷えていることを確認してから行う
- グリル庫内とラク旨グリルは、魚などの脂や食品カスがたまらないよう使用のつど掃除し、定期的にお手入れをする
続けて使用するとき、グリル庫内とラク旨グリルにたまった脂や食品カスを捨て、汚れをきれいに落としてください。汚れたまま使用すると発煙・発火のおそれがあります。

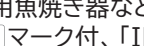
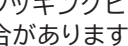
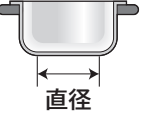
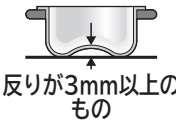
次の点もご注意ください

- トッププレートの上で、IHジャー炊飯器など電磁誘導加熱の調理機器を使わない
磁力線により本製品が故障する原因になります。
- キャビネット(本体左右・下側)に調味料・食品などを置かない
本体からの排熱により、調味料・食品などの変質の原因になります。
- 本体や排気口などに、水や調理物などをこぼさない
水などをこぼした場合や調理物を吹きこぼした場合は、すぐにふき取ってください。キャビネット内に水や調理物が落ちる原因になります。
- プレートワックを鍋底でこすったり、プレートワックに熱い鍋を置かない
ステンレスの傷つき・変色の原因になります。
- IHヒーター使用中は磁力(磁力線)が出ているため、磁気に弱いものを近づけない
 - ラジオ・テレビ・補聴器など(雑音の原因になります)
 - キャッシュカード・磁気テープ・自動改札用定期券など(記憶が消える原因になります)
- 本体に直射日光が当たらないように注意する
 - 光センサーに直射日光が当たると、鍋の温度が正しく検知できない場合や加熱を停止する場合があります。鍋をIHヒーターの中央に置いてください。
 - 直射日光が当たると変色する場合があります。
- 酸の強い食品がついた場合はすぐふきとる
ジャム、レモン汁、梅、お酢を使った食品などを付着したまま放置すると、トッププレート、プレートワックが変色したり、接続部分が劣化し、はがれの原因になります。
- 土鍋やガラス鍋、直火用魚焼き器は使わない
IH または CHIH 付、「IHで使える」と表示している土鍋やガラス鍋、直火用魚焼き器などでも形状によっては IH クッキングヒーターが故障したり鍋が割れたりする場合がありますので使わないでください。
- 市販のIHヒーター用発熱プレート※は使わない
鍋やトッププレートの破損や損傷、やけどの原因
※鍋の中やトッププレートの上に敷いてプレートを加熱し、IHヒーターで使えない鍋を加熱するものです。
- 害虫(ゴキブリなど)が製品内に侵入すると故障の原因
適切な環境下でご使用ください。
- 本体の下に新聞紙などの可燃物を敷かない
- 排気口は、高温になるため他製品の電源コードなどを、排気口付近で使用しない。
- 吸・排気口を、汚れ防止カバーなどでふさがない。
(本体と壁からの距離を十分に取り物を置かない)
設置説明書 →(P.4)
- プレートワックの清掃には注意する
プレートワックは酸性やアルカリ性の洗剤(漂白剤、住宅用合成洗剤など)・消毒液(アルコール系、塩素系など)や、お酢を使って清掃しないでください。付着した場合は表面が変色するおそれがあるため、すぐにふき取ってください。また、プレートワックのすき間に調理物などをこぼした場合も、乾くと汚れが取りにくくなるため、すぐにふき取ってください。

使える鍋の種類・材質・形状

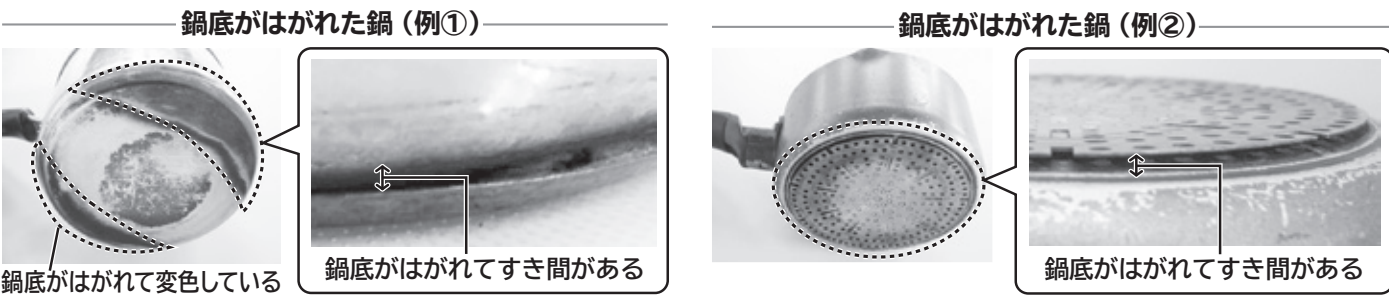
鍋の材質と形状で、使える○ 使えない×を確認する

●IHヒーターには、一般財団法人 製品安全協会の  IH または  CH-IH マークの付いた鍋をおすすめします。
(ただし、使える鍋の材質と形状を確認して×のものは使えません。また、鍋の説明書をよくお読みになり、鍋に適した火力の使用やお手入れをするなど、正しく安全にご使用ください)

	○使える鍋	×使えない鍋
材質	鉄・ホーロー・ステンレス・ 多層鍋(鍋底に磁石がつくもの)  ●ホーロー鍋は、空だきしたり焦げつかせたりしない。 鍋底のホーローが溶けて焼きつき、鍋やトッププレートが破損、損傷する原因になります。 ●ステンレス(特に鍋底にステンレスを貼り付けている多層鍋)は、鍋によって火力が弱くなったり、加熱ができなかったりするものがあります。	アルミ・銅鍋・多層鍋(鍋底に磁石がつかないもの) ガラス・土鍋・セラミック鍋・ 直火用焼網・発熱プレート  ●土鍋やガラス鍋、直火用魚焼き器などは使わない  IH または  CH-IH マーク付、「IHで使える」と表示している土鍋やガラス鍋、直火用魚焼き器などでも  IH クッキングヒーターが故障したり鍋が割れたりする場合がありますので使わないでください。
鍋底の直径	左・右IHヒーター・・・12~26cm  ●鍋底の直径が大きいと、調理物によっては仕上がりにムラができる場合があります。	左・右IH・・・12cm未満  ●火力が弱くなったり、加熱できなかったりすることがあります。
鍋底の形状	鍋底が平らで、トッププレートに密着する  ●鍋底の形状によっては、使えている鍋でも安全機能が正しく動かなかったり、火力が弱くなったり、加熱できなかったりすることがあります。 ●鍋底の薄い(0.8mm以下)鍋は、弱火で調理してください。鍋底の薄い鍋は高温になりやすく、鍋底が変形すると異常高温となりトッププレートが割れる原因になります。	 反りが3mm以上のもの  丸いもの  脚があるもの 鍋底の外周部分が凸形状のもの ●鍋底の反りは、お手持ちの定規などを当てて確認してください。 ●鍋底に部分的に鋭利な突起がある場合は使用しない。トッププレートに傷がつく原因になります。 ●多数の穴が開いたステンレス板を底部に貼り合わせた鍋は、12cm以上あっても、小鍋と判断して鍋確認が表示されたり、火力が弱くなることがあります。

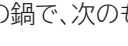
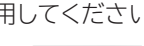
ご使用の前に鍋やフライパンの鍋底を確認する

●下記のような鍋底を貼り合わせた鍋などで、鍋底が変色した鍋や鍋底がはがれかけた鍋・フライパンは使わないでください。

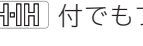


適温調理「揚げ物」で使える鍋

揚げ物は、必ず指定の鍋をお使いください。

●別売の推奨天ぷら鍋 →(P.5)や  IH または  CH-IH 付の鍋で、次のものを使用してください。

鍋底の直径	12~26cm	鍋上部の内径 内径 	16cm以上
鍋底の反り	平らなもの (反り3mm未満)		
鍋底の厚さ	1mm以上		

●  IH または  CH-IH 付でもフライパン・鋳物鍋は使用できません。

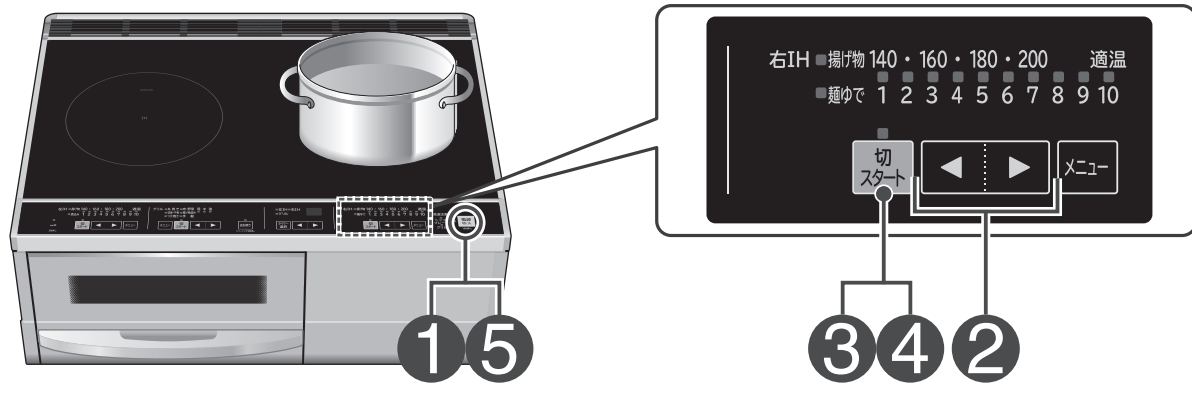
お手持ちの鍋を確認する

**警告**

**禁止**

●使える鍋と判定した鍋でも、鍋底が変色して変形した鍋やはがれかけた鍋は使用しない
安全機能が働かない場合があります。

●右IHヒーターで説明しています。(左・右どちらのIHヒーターでも確認できます)



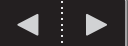
準備

確認する鍋に水(約200mL)を入れ、IHヒーターの中央に置く

1

 を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、電源を入れる(ランプが点灯します)

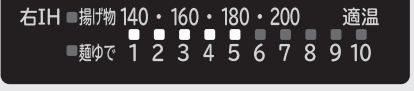
2

 を押す

3

 を押し、スタートする

火力表示ランプを見る



4

確認が終わったら  を押し、切る

5

続けて使わないときは  を押し、電源を切る(ランプが消灯します)

使える鍋、使えない鍋の表示

○ 使える鍋は加熱が始まります。

点灯 火力表示ランプ



右IH ■揚げ物 140・160・180・200 適温
■麺ゆで 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

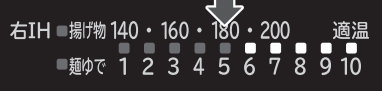
× 使えない鍋は火力表示ランプが交互に点灯します。

約30秒後にブザーが鳴り、表示が消え、自動的に加熱を停止します。



右IH ■揚げ物 140・160・180・200 適温
■麺ゆで 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

交互に点灯



右IH ■揚げ物 140・160・180・200 適温
■麺ゆで 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

●  を押してから  を押してもスタートできます。

●トッププレートの温度が約50℃以下になるまで「高温注意」表示をします。
●電源を切っても温度が下がるまで表示します。

点滅 点滅



右IH ■揚げ物 140・160・180・200 適温
■麺ゆで 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

高温注意
トッププレート
グリル

消費電力と安全機能について

複数のIHヒーターやグリルを同時に使う場合は、自動的に火力やメニューを制限します

- 総消費電力が、33AGは5.8kWまたは4.8kW（設置時に設定）以内、32AGは4.0kW以内で同時に使えますが、総消費電力を超えないように自動的に火力やメニューを制限します。
（総消費電力の切り替えについては、お買い上げの販売店にご相談ください → (P.55)）
 - ・火力が上げられない。（「ピピピツ」と鳴る）
 - ・ボタンを押してもスタートできない。
- ▶ 他のヒーターの火力を下げるか加熱を停止してから再操作してください。
- 左IHヒーターとグリルの同時使用時、左IHヒーターの最大火力は「7」までです。

火力の目安（相当とはヒーターの入・切による平均消費電力）

IHヒーター										
火 力	とろ火	弱 火		中 火			強 火			
左・右IHヒーター	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
消費電力	100W相当	300W	500W	800W	1.1kW	1.4kW	1.6kW	2.0kW	2.6kW	3.0kW
揚げ物	最大1.5kW		麺ゆで		右IHヒーター 最大1.4kW		煮込み		左IHヒーター 最大500W	

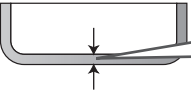
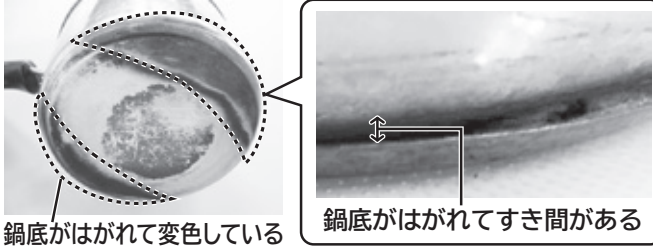
グリル										
丸焼き	切身・干物	つけ焼き	肉・野菜	揚げ物温め	最大1.2kW	手動	730W相当、910W相当、1.14kW相当			

こんなときは安全機能が働きます

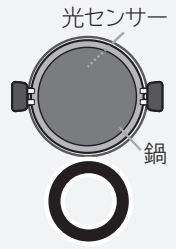
機 能 名	検 知 内 容	自動停止・表示内容
鍋 無 し 自 動 停 止 (左 右)	加熱中にIHヒーターから鍋をおろしたり、鍋の位置が大きくずれた。	約30秒後にブザーが鳴り自動的に加熱を停止します。（約30秒以内に戻せば加熱は継続されます） → (P.34)
金属小物検知自動停止 (左 右)	IHヒーターの上に、ナイフやフォークなどの金属製小物がある。または直径（12cm未満）の小さな鍋がある。	約30秒後にブザーが鳴り自動的に加熱を停止します。（金属製小物を取り除くか、または鍋を交換してください） → (P.34)
揚げ物鍋反り検知自動停止 (左 右)	鍋底の反りや変形が大きい。	ブザーが鳴り自動的に加熱を停止します。（鍋を交換してください） → (P.37)
切り忘れ防止自動停止 (左 右 グリル)	IHヒーターは、加熱後最終ボタン操作から約45分経過した。グリル 調理メニュー「手動」は、加熱後約30分経過した。	ブザーが鳴り自動的に加熱を停止します。 → (P.34)
過熱防止自動停止 (左 右)	鍋底温度が異常に上昇した。吸・排気口がふさがれるなどして、本体内部の温度が異常に上昇した。	火力制御しても鍋底温度が異常に上昇した場合は、ブザーが鳴り自動的に加熱を停止します。（鍋底の厚み、異物付着、または吸・排気口を確認してください）火力が弱い場合や鍋の種類によっては、この機能が働かないことがあります。 → (P.37)
グリル過熱防止自動停止 グリル	グリル庫内の温度が異常に上昇した。	ブザーが鳴り自動的に加熱を停止します。（グリル庫内を冷却してください） → (P.37)
高 温 注 意 表 示 (左 右 グリル)	トッププレート（約50℃以上）やグリル庫内（約60℃以上）が高温になっている。	電源を切っても温度が下がるまで「高温注意」と火力表示ランプが点滅して表示されます。「高温注意」表示中に続けて調理などする際は、高温部に触らないようにしてください。
オートパワーオフ	電源「入」の状態、約10分放置された。	自動的に電源が切れます。（「高温注意」表示は電源が切れても、温度が下がるまで表示します）

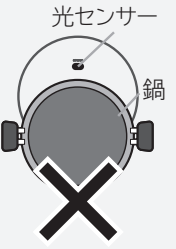
IHヒーターの使いかたのポイント

鍋底の厚さや汚れ、変色や変形（はがれ）などを確認してください

- 鍋底の厚さが薄い（0.8mm以下）鍋は強火でのご使用は控えてください。（鍋底変形の防止）
 底の薄い(0.8mm以下)鍋で炒め物を行うときは弱めの火力で行う
- 鍋底の水分や汚れ、付着物はふき取ってからご使用ください。（鍋の移動や蒸気の噴出、トッププレートの汚れ防止）
 水分や汚れ、付着物はふき取ってから使う
- 鍋底を貼り合わせた鍋などで、鍋底が変色した鍋や鍋底がはがれかけた鍋・フライパンは使わないでください。
 鍋底がはがれて変色している 鍋底がはがれてすき間がある

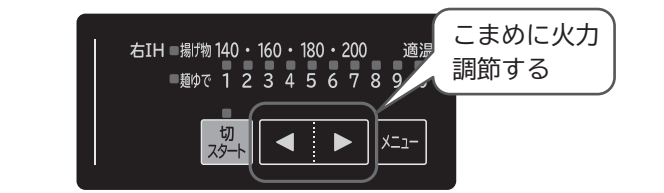
鍋は、IHヒーター（丸表示）の中央に置き、鍋底が光センサーの上にあることを確認してください

- 鍋が、光センサーの上に置かれていない場合や、光センサーの上に置かれていてもIHヒーターの中央から大きくずれている場合は、鍋の確認ができず、安全のため加熱を停止したり、火力が弱くなることがあります。また、複数の鍋を置いて調理したり、複数のIHヒーターの上に鍋をまたいで調理しないでください。
 IHヒーター（丸表示）
-  光センサー 鍋
鍋が、IHヒーターの中央に置かれている

 光センサー 鍋
鍋が、光センサーの上に置かれていない

 光センサー 鍋
光センサーの上に置かれていてもIHヒーターの中央から大きくずれている

鍋の加熱が早いので、そばを離れず、こまめに火力調節してください



同じ鍋でも、IHヒーターによって火力が異なる場合があります

- IHヒーターの特性や冷却具合が左・右で全く同じにはならないため、同じ鍋でも火力が異なる場合があります。
 同じ鍋でも、火力が異なる場合があります

音について → (P.36)

- 使用中に鍋から「ジー」、「カチカチ」、「キーン」などの音が出る場合があります。これは、磁力（磁力線）による鍋の振動や、調光照明、電気暖房機などを使用した時に磁力が変動して鍋が振動することで発生する音で、異常ではありません。そのままご使用ください。（左・右で音が異なる場合があります）音が気になる場合は、鍋の位置を少しずらすか、置き直すと止まる場合があります。

- 使用中や使用後しばらくは、本体内部の温度上昇を抑えるために冷却ファンを回します。（最大約10分）そのため冷却ファンの音と本体から少し風が出ます。異常ではありません。
- 電源を入・切するときや使用中に、「カチャ」と音がする場合があります。これは、内部電気部品のスイッチ動作やヒーターの入・切する音で、異常ではありません。

「使用の前に」

「使用の」
「IHヒーターで調理する」

消費電力と安全機能について / IHヒーターの使いかたのポイント

お好みの火力で調理する

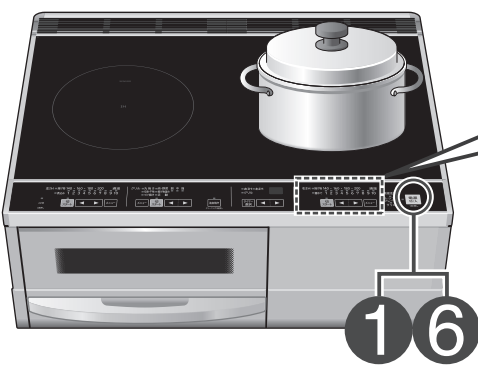
ゆでる・煮る・蒸す・焼く・炒める・温める

左・右IHヒーターが
使えます

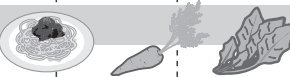
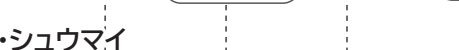
左 右

お好みの火力で調理します

- フライパンなどの取っ手がプレートワーク(上面操作パネル部)に乗り上げないようにしてください。鍋底が浮いて火力が弱くなることがあります。
- 右IHヒーターで説明しています。



火力調節の目安

火力	とろ火	弱火		中火			強火						
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
消費電力	100W相当	300W	500W	800W	1.1kW	1.4kW	1.6kW	2.0kW	2.6kW	3.0kW			
調理例	ゆでる						めん類・根菜・葉菜				 沸とうさせるとき		
	煮る		カレーなどのとろみのあるもの				煮魚など ひと煮立ちさせるとき				煮立てるとき	 沸とうさせるとき	
	蒸す				茶わん蒸し・シュウマイ							 沸とうさせるとき	
	焼く				卵焼き・オムレツ・ハンバーグ・ギョウザ・肉類								
	炒める	保温するとき、チョコレート溶かすとき				玉ねぎ・ホワイトソース・焼きそば・チャーハン・野菜炒め							
	温める			温め直すとき					カレーのルー・みそ汁				

- 火力「10」は火力が強いため、特に少量の材料を調理するときは、鍋やフライパンを傷めるおそれがありますので、火力を下げることをおすすめします。
- 火力「10」の連続使用時間は最大約10分です。10分を超えると「ピピピッ」と鳴って自動的に火力「9」に下がります。
- 火力「9」「10」の連続使用時間は合計で最大約15分です。15分を超えると「ピピピッ」と鳴って自動的に火力「8」に下がります。

警告

- 炒め物・焼き物など、少量の油を入れて予熱するときや、予熱の後で油を入れて調理するときは、そばを離れたり、加熱し過ぎない
使用する油の量が少ないため油温が急激に上がり、発火するおそれがあります。加熱し過ぎないよう
火力をこまめに調節してください。
- 加熱中や加熱後および再加熱の際は、鍋に顔を近づけたり、のぞき込まない

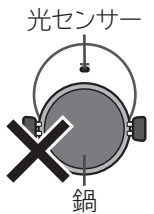
- 調理するときは食材の加熱状態を均一にするため火力を弱めにし、よくかき混ぜる
水などの液体やカレー・みそ汁・吸い物・牛乳などの煮物・汁物が突然沸とう(突沸)して飛び散ったり、鍋が跳び上がることがあり、やけどやトッププレートが割れるおそれがあります。
加熱した水などの液体にインスタントコーヒーなどの粉末や牛乳などの液体を入れる場合も火力を弱めにし、よくかき混ぜてください。



準備

食材を入れた鍋をIHヒーターの中央に置き、鍋底が光センサーの上にあることを確認する

●光センサーの上に鍋がない状態を継続しても、鍋振りなどを考慮して火力を抑えて加熱しますが、さらに鍋がない状態が続くと、安全のため加熱を停止する事があります。鍋の温度の上がり過ぎには十分注意してください。→(P.13)



1

電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、電源を入れる(ランプが点灯します)

2

◀▶ を押し、お好みの火力表示ランプを点灯させる
●火力ボタンを押した後、約15秒以内に「切/スタート」ボタンを押さないとブザーが鳴り自動的に解除されます。

◀▶ を押す

●火力「5」が点灯します。

右IH ■揚げ物 140・160・180・200 適温
■麺ゆで 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

●続けて ▶ を押すと火力は「1」～「10」まで設定できます。

解除 ◀ 1 ▶ 2 ▶ 3 ▶ 4 ▶ 5 ▶ 6 ▶ 7 ▶ 8 ▶ 9 ▶ 10 ▶ 解除

3

切/スタート を押し、スタートする

調理する

タイマーを使うときは →(P.21)

4

火力を調節するときは
◀▶ を押す
●火力は「1」～「10」まで調節できます。

スタートすると(火力「5」の場合)

●火力「1」～「5」までを点灯し、加熱が始まります。

右IH ■揚げ物 140・160・180・200 適温
■麺ゆで 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

●最終ボタン操作から約45分経過すると、加熱を停止します。

●切/スタート を押してから ▶ を押してもスタートできます。

5

調理が終わったら
切/スタート を押し、切る

6

続けて使わないときは
電源切/入 を押し、電源を切る(ランプが消灯します)
お手入れをするときは →(P.30、31)

●トッププレートの温度が約50℃以下になるまで「高温注意」表示をします。
●電源を切っても温度が下がるまで表示します。

点滅

右IH ■揚げ物 140・160・180・200 適温
■麺ゆで 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

点滅

高温注意
トッププレート
グリル

注意

- 調理中はそばを離れず、調理の仕上がりに合わせ、火力を調節する
- 鍋底の薄いもの、鍋底が反っているフライパンや鍋などは「中火」以上で予熱すると赤熱する場合があるので注意する
- 火力が強い場合、鍋ややかんの形状などによってはふきこぼれたり、蒸気が勢いよく出るおそれがあるので、沸とうしたら火力を下げる
- 煮込みなどで長時間ご使用時は、途中でかき混ぜるなどし、ふきこぼれや焦げ付かせないようにする
特にタイマーを使用するときは焦げ付きに注意する

メニューを選んで調理する

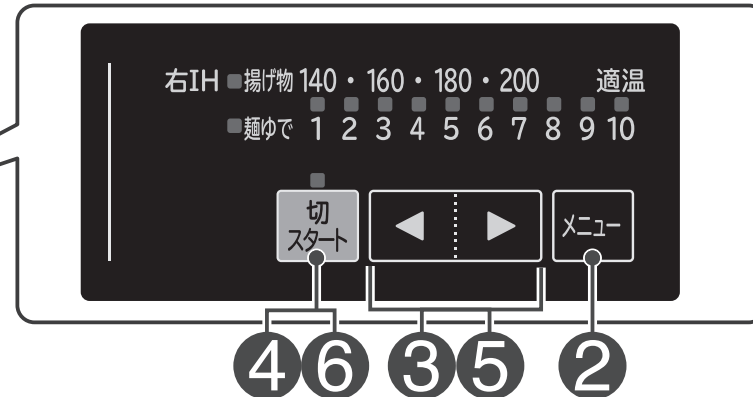
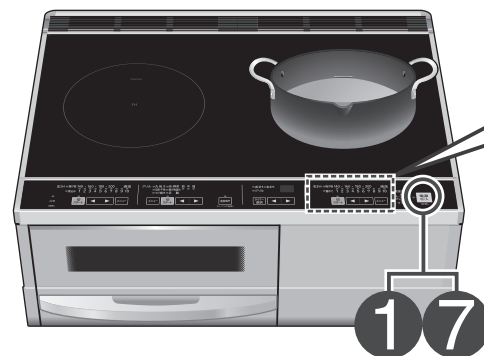
適温調理 揚げる

左・右IHヒーターが
使えます

左 右

予熱完了をお知らせし、設定油温（目安）を自動でコントロールします

- 必ず指定の鍋を使用してください。→(P.10)
- 片手鍋を使用する場合は、取っ手の位置に十分注意してください。取っ手が、手や体に不用意に当たった場合、鍋がひっくり返ってやけどや火災の原因になります。
- 揚げ物ではふたを使用しないでください。油の温度が適正にコントロールできなくなります。
- 右IHヒーターで説明しています。



設定油温の目安

■別売の推奨天ぷら鍋に油800g (880mL) を入れた場合

設定油温	140	150	160	170	180	190	200
調理例	野菜の油通し	野菜の油通し	野菜の油通し	野菜の油通し	天ぷら・手作りコロッケ・えびフライ	天ぷら・手作りコロッケ・えびフライ	天ぷら・手作りコロッケ・えびフライ
				冷凍食品（コロッケ・メンチカツなど）	冷凍食品（コロッケ・メンチカツなど）	冷凍食品（コロッケ・メンチカツなど）	冷凍食品（コロッケ・メンチカツなど）
			フライ・鶏のから揚げ・ドーナツ	フライ・鶏のから揚げ・ドーナツ	フライ・鶏のから揚げ・ドーナツ	フライ・鶏のから揚げ・ドーナツ	フライ・鶏のから揚げ・ドーナツ
					素揚げ・大学いも・ポテトチップ・魚の丸揚げ	素揚げ・大学いも・ポテトチップ・魚の丸揚げ	素揚げ・大学いも・ポテトチップ・魚の丸揚げ
							野菜（ししとう辛子、しその葉など）天ぷら・とうふ揚げ

●設定油温は調理時の温度目安で、油量や食材、使用する鍋により異なります。また食材が入っていない場合は、設定した温度よりやや高めの温度になります。



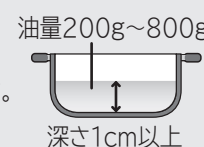
●火災・やけどの原因になります。

揚げ物調理は

●揚げ物調理の際、油は炎がなくても発火のおそれがあります



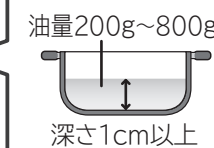
- 揚げ物調理中はそばを離れない
- 指定の鍋以外は絶対に使わない → (P.10)
指定の鍋以外を使用すると温度調節機能が正しく動かないことがあり、火災の原因になります。
- フライパンは使わない
- 油は200g (220mL) 未満、深さ1cm未満では調理しない
油は200g (220mL) ~ 800g (880mL) の範囲で、鍋の深さや調理物に応じて調理してください。油量が少ないと、油が過熱され発火のおそれがあります。また油量が多過ぎると、あふれてやけどや火災の原因になります。
- 鍋底が変形したものは使わない
- 鍋底やトッププレートに汚れがこびりついたまま使わない



- 鍋はIHヒーターの中央に置く
- 必ずメニューの「揚げ物」を使用する
手動によるお好みの火力では揚げ物調理をしないでください。油の温度を適正にコントロールできないため、油が過熱され発火のおそれがあり、火災の原因になります。
- 油煙が多く出たら電源を切る

準備

200g~800g、深さ1cm以上に油を入れた指定の鍋をIHヒーターの中央に置き、鍋底が光センサーの上にあることを確認する



●光センサーの上に鍋がない場合は、安全のため加熱を停止することがあります。→(P.13)



1

電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、電源を入れる（ランプが点灯します）

2

メニュー を押し、「揚げ物」ランプを点灯させる

3

左右 を押し、油温を設定する

4

切スタート を押し、スタートする

- 鍋の温度を正しくはかるため鍋を中央から動かさないでください。
- メロディーが鳴ったら適温です。

適温になったら調理する

●適温になる前に、材料を入れないでください。

5

設定油温を調節するときは

左右 を押し、油温を調節する

6

調理が終わったら

切スタート を押し、切る

7

続けて使わないときは

電源切/入 を押し、電源を切る（ランプが消灯します）

お手入れをするときは → (P.30、31)



●設定油温は目安です。油量、調理物の種類や数量、鍋の材質や形状により、油温がずれる場合があります。設定油温を変えて調節してください。



- 予熱が完了するとメロディーが鳴って、「適温」が点灯します。
- 「適温」が点灯するまで、800gの油で約10分かかります。（鍋の種類によっては、約15分かかることがあります）
- 鍋の種類や材質、形状により、予熱時間が長くなる場合があります。また、異常を検知して加熱を停止する場合があります。その場合は、鍋の置きかたや、指定の鍋かを確認してください。
- 最終ボタン操作から約45分経過すると、加熱を停止します。

- トッププレートの温度が約50℃以下になるまで「高温注意」表示をします。
- 電源を切っても温度が下がるまで表示します。



ご 注 意

- トッププレートの光センサーと鍋底に、汚れや水が付着している場合や鍋底の反りなどが原因で、鍋の温度が正しく検知できない場合があります。汚れや水を取り除き、鍋底を確認してください。→ (P.10、31)
- 揚げ物調理中に他のIHヒーターで湯を沸かすなどをする場合、湯が跳ねて油の中に入らないように火力の調節に注意してください。
- 揚げ物調理中や鍋に保管中の油は、徐々に油が減ってきます。つど油量を確認してください。
- 鍋の底に垂れた油が固まり、トッププレートが茶色になることがあります。汚れている場合は、お手入れをしてください。→ (P.31)
- 調理後に「高温注意」が表示されている場合、鍋や油の温度が高い状態では、鍋の温度が正しく検知できないため、予熱に時間がかかったり、低めの温度で予熱が完了になったり、加熱を停止する場合があります。（故障ではありません）本体、鍋や油の温度が十分に下がってからご使用ください。
- 廃油凝固剤を使用する場合は、廃油凝固剤の取扱説明書をご覧ください。

メニューを選んで調理する

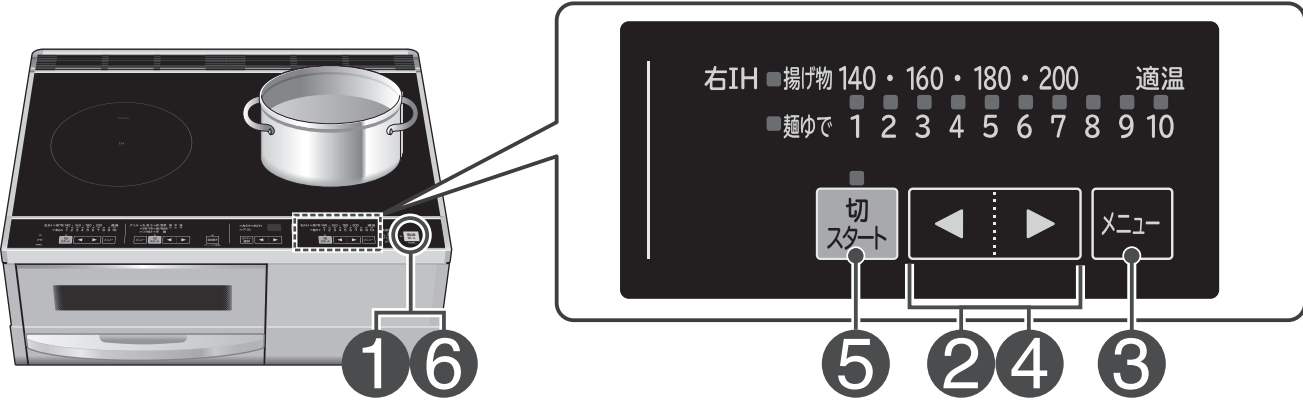
便利メニュー

麺ゆで

右IHヒーターが
使えます

左 右

火加減を調節しながら麺をゆでます



火力の設定と使える鍋、麺と水量

- 麺の種類や分量、水の量により使用する鍋の大きさを選んでください。
- 水量は鍋容量の約70%までにしてください。

火力の設定		弱	中	強		
鍋底の直径(鍋底の厚さ1.5~2mm)		約18cm	約20cm	約24cm		
そば、うどん (乾麺・生麺)	分量	1人分(100g)	2人分(200g)	3人分(300g)	4人分(400g)	
	水量	1L	2L	3L	4L	
スパゲティ(乾麺)	分量		1人分(100g)	2人分(200g)	3人分(300g)	4人分(400g)
	水量		2L	3L	4L	

お願い

- 火力の設定と使える鍋、麺と水量の上記表を確認して守ってください。麺と水量が多い場合は、吹きこぼれや、鍋底に麺がくっつく場合があります。
 - ・麺の種類や分量により、鍋の大きさを守ってください。
 - ・水量は鍋容量の70%までにしてください。
- 吹きこぼれや、鍋底へのくっつきを防ぐため、調理中はときどきかき混ぜてください。
- 吹きこぼれそうな場合には、火力を下げ様子を見ながらかき混ぜてください。
- 太めの麺は、麺が底にくっつきやすくなるため様子を見ながらかき混ぜてください。
- 生麺などで粉が多くついていものは、よく払い落としてからゆでてください。
- 麺ゆで中は、吹きこぼれるため、鍋にふたをしないでください。

準備

- 麺の種類と分量から、鍋と水の量を確認する → (P.18)
- 水を入れた鍋を右IHヒーターの中央に置く

1

電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、電源を入れる(ランプが点灯します)

2

◀▶ を押し、沸とうするまで好みの火力で加熱する → (P.14、15)

3

メニュー を押し、「麺ゆで」ランプを点滅させると、約3秒後に麺ゆでがスタートする

4

◀▶ を押し、火力を設定して麺を入れる

●火力は、火力の設定と使える鍋、麺と水量の表 → (P.18) を確認してください。

麺をゆでる

タイマーを使うときは → (P.21)

●吹きこぼれや、鍋底へのくっつきを防ぐため、調理中はときどきかき混ぜてください。

●ゆで時間は、麺の袋などに記載されている時間を確認してください。

5

調理が終わったら

切スタート を押し、切る

6

続けて使わないときは

電源切/入 を押し、電源を切る(ランプが消灯します)

お手入れをするときは → (P.30、31)

●沸とうさせたお湯を入れた鍋を使って麺ゆでする場合、鍋をIHヒーターの中央に置き、メニュー を押し、麺ゆで を選び、火力を設定してから 切スタート を押してください。

メニュー を押し

点滅

右IH 揚げ物 140・160・180・200 適温

麺ゆで 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

火力設定

点灯

1 2

弱め

1 2

標準

1 2

強め

●火力設定と使える鍋、麺と水量は必ず守ってください。

●麺ゆで中、火力を調節する場合は ▶▶ を押します。

●最終ボタン操作から約45分経過すると、加熱を停止します。

●トッププレートの温度が約50℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

●電源を切っても温度が下がるまで表示します。

点滅

右IH 揚げ物 140・160・180・200 適温

麺ゆで 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

点滅

トッププレート

グリル

使いかた
(IHヒーターで調理する)

メニューを選んで調理する

便利メニュー

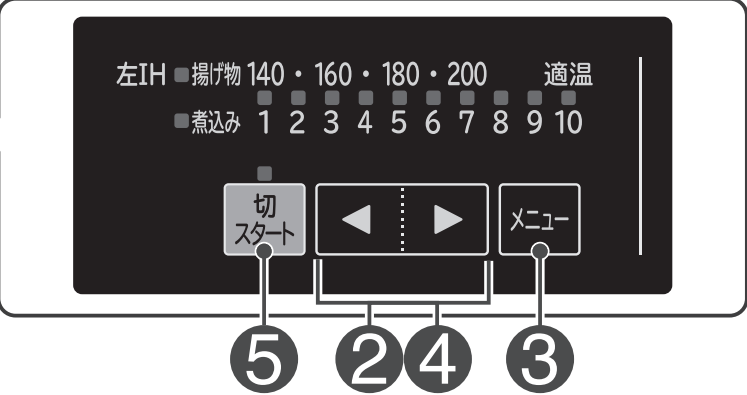
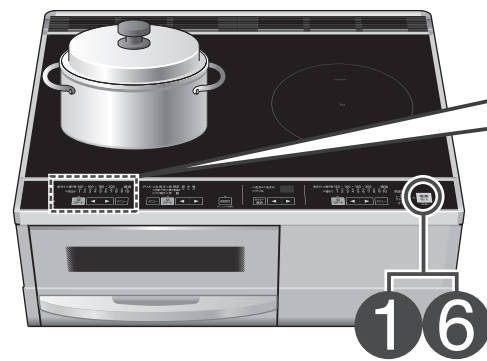
麺ゆで

メニューを選んで調理する

便利メニュー 煮込み

左IHヒーターが
使えます **左** **右**

煮込み加減を設定し煮込みます



- 準備** 食材と煮汁を入れた鍋を左IHヒーターの中央に置く
- 1** **電源切/入** を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、電源を入れる（ランプが点灯します）
- 2** **◀ ▶** を押し、沸とうするまで好みの火力で加熱する → (P.14、15)
- 3** **メニュー** を押し、「煮込み」ランプを点滅させると、約3秒後に煮込みがスタートする
- 4** **◀ ▶** を押し、火力を設定する
- 5** **調理が終わったら** **切スタート** を押し、切る
- 6** **続けて使わないときは** **電源切/入** を押し、電源を切る（ランプが消灯します）
- お手入れをするときは → (P.30、31)

お願い

- 鍋の大きさは、食材と煮汁を入れたときに鍋の高さの1/3～1/2くらいが適しています。
- 煮汁の量は食材が浸るくらいが目安です。
- 調理物を沸とうさせてから煮込んでください。
- 煮込みのできる量は約0.4～2.0kgまでです。

●沸とうさせたあたたかい調理物を入れた鍋を使って煮込む場合、鍋をIHヒーターの中央に置き、**メニュー** を押し、**煮込み** を選び、火力を設定してから**切スタート** を押してください。



火力設定

弱め **点灯** カレーやシチューなどトロみをつける調理や少ない量で調理するときに使います。

標準 **点灯** ポトフ、おでん、ロールキャベツなどの調理に使います。

強め **点灯** 肉じゃが、筑前煮などの調理や、多い量で調理するときに使います。

●火力設定は、目安です。様子を見ながら調節してください。カレーやシチューなど、トロみをつける調理は、焦げ付き防止から「弱め」の設定を推奨します。

●煮込み中、火力を調節する場合は、**◀ ▶** を押します。

●最終ボタン操作から約45分で自動的に加熱を停止します。

●トッププレートの温度が約50℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

●電源を切っても温度が下がるまで表示します。

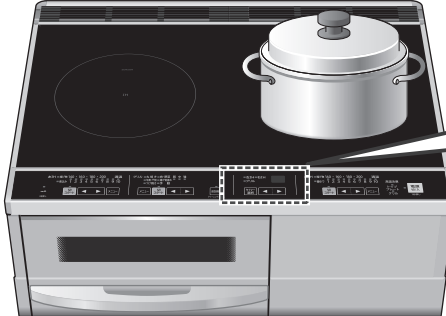
点滅 **点滅**

左IH 揚げ物 140・160・180・200 適温
煮込み 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
トッププレート
グリル

タイマーを使う

タイマー

設定した時間で加熱を停止したいときに使います



お知らせ

- 同時に複数のタイマーを設定することはできません。
- 適温調理「揚げ物」には、タイマーを設定することができません。
- グリル調理メニュー「丸焼き」「切身・干物」「つけ焼き」「肉・野菜」「揚げ物温め」のグリルには、タイマーを設定することができません。

加熱中（調理中）に設定する

- 1** **タイマー選択** を押し、タイマーを設定したいIHヒーターまたはグリルのランプを点滅させる
- 加熱していないIHヒーターまたはグリルにタイマーは設定できません。
- 2** **◀ ▶** を押し、時間を設定する
- 設定時間が1時間を超える場合は、90分まで1分単位、2～9時間までは1時間単位で設定でき表示します。使いかたに応じて設定してください。
例：2時間30分の場合は、2時間のタイマー終了後、30分の時間設定をしてください。
- 設定できる最長時間と表示のしかた
- | 左・右IHヒーター | 右IHヒーター | 左IHヒーター | グリル |
|-------------|-------------|---------|-------------|
| ◎火力「1」～「3」 | ◎麵ゆで | ◎煮込み | ◎調理メニュー「手動」 |
| ◎火力「4」～「10」 | ◎調理メニュー「手動」 | | |
- 9時間 (9hと表示) 9時間の場合 (9hと表示)
1時間 (60と表示) 1時間の場合 (60と表示)
30分 (30と表示)
2時間 (2hと表示)
29分
- 長い時間を設定する場合は、**点滅** から **◀** で逆戻りすると早く合わせられます。
- グリル（調理メニュー「手動」）は切り忘れ防止自動停止機能（30分）を優先しますので、加熱途中での設定では最大時間が短くなります。
- 約3秒間待つとメロディーが鳴り、タイマーがスタートします
- タイマーが終了するとメロディーが鳴り、自動的に加熱を停止します。
- 途中で調理タイマーを中止するときは、**◀ ▶** を押して表示を **点滅** にしてください。
- 時間を変更した場合は、**◀ ▶** を押して再設定してください。
- タイマー設定の際 **点滅** の表示のまま約30秒間放置するとタイマーが解除され、タイマー表示が消灯します。
- タイマー運転中は、タイマー表示部に設定したIHヒーターまたはグリルの残時間を表示します。（9h～2hと表示の場合は、1時間経過するごとに表示が切り替わります）
- お願い** ●タイマーを使うときは、ふきこぼれや焦げ付きにご注意ください。

使いかた
(IHヒーターで調理する)

メニューを選んで調理する

便利メニュー

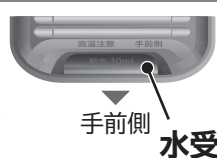
煮込み / タイマーを使う

グリルの使いかたのポイント

ラク旨グリルとグリル受けは、必ずセットしてから使います

ラク旨グリル グリル庫内専用

ラク旨グリルは、手前側（水受）を手前にして、グリル受けの上にセットしてください。下ヒーターに直接のせないでください。

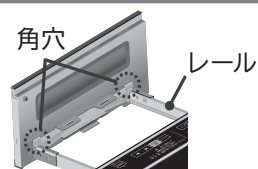


ラク旨グリル

グリル受け
(凸部)

グリル受け

グリル受けは、凸部を手前にして、レールの角穴にセットしてください。



グリルドア

取っ手

フロントグリル

下ヒーター

調理の準備をする際は次の点に注意してください

⚠ 注意



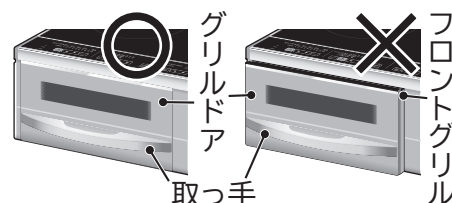
禁止

- 市販のグリルパンや焼網などラク旨グリル以外は使用しない。また、ラク旨グリルにはオープンシート・グリル用の石などをに入れて使用しない（脂が過熱し、発煙・発火するおそれや調理がうまくできないことがあります）



指示

- もちはヒーターに触れるので焼かない（焼く場合は、フライパンで「弱火」～「中火」で様子を見ながら焼いてください）→(P.42)
- グリルドアを閉めるときは、グリルドアを押し込んだ後、取っ手をもう一度押してフロントグリルに密着させてください（グリルドア周辺から煙や水蒸気が漏れる場合があります）



調理中は次の点に注意してください

⚠ 注意



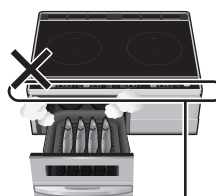
禁止

- 排気口・排気カバーの上にふきんや鍋、アルミ箔などを置いてふさがない（排気口・排気カバーをふさぐと、本体周辺の異常過熱や破損の原因になります。また、グリルドアから煙が漏れたり周囲や下側に露がつく場合があります）



指示

- 連続してご使用になる場合はグリル庫内の温度を下げてから調理し、ラク旨グリルの汚れをきれいにする（庫内の温度が高いまま調理すると温度センサーが正しく働かず、早めに調理が終了したり、調理時間が長くなったりします）
- 調理の途中でグリルドアを開けない（上手に調理ができません。また、カウンタートップを焦がしたり、本体の上部が異常に過熱され、やけどの原因になります）
- レンジフードファンを使用する（調理中、排気口から煙が出ます）
- 調理中、グリルドアがぐもったり、周りに露が付いたりすることがあるので、周りに付いた露はふきんでふき取る



カウンタートップ

お知らせ

- 加熱してしばらくの間、前回の調理でヒーターについた脂が加熱されにおいや煙が出ることがあります。
- 調理直後にグリルドアを引き出すと、煙が前面から出ます。特に脂分の多い魚などを焼いたあとは、30秒程度待ってから引き出してください。
- 調理メニュー「手動」は上・下ヒーターの加熱を細かく切り替えて両面を焼き上げるため、みりん干しなどの焦げやすい食材を調理する場合に選んでください。

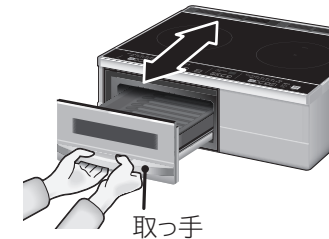
調理後は次の点に注意してください

⚠ 注意



指示

- ラク旨グリルは使うたびにお手入れをする → (P.33)
- また、グリル庫内やヒーターに付着した食品カスは、次の調理前に取り除く（汚れたまま使用すると発煙・発火のおそれがあります → (P.9)）
- グリルドアの取っ手の下側が熱くなるので注意する（長時間グリルを使用すると、取っ手が熱くなる場合があります）
- グリルドアは、取っ手の中央部を持ち、ゆっくりと開閉する
- グリル庫内を付属品以外の収納に使用しない



取っ手

ラク旨グリルについて

●ラク旨グリルはグリル庫内専用です。

使い始める前に

- ラク旨グリルを使い始める前に、薄めた台所用洗剤（中性）とスポンジで洗い、乾いたふきんで水気をしっかりふき取る。（お手入れするときには → (P.33)）



ご 注 意

- オーブンレンジなどの他の調理器具や直火では使わないでください。
- 材料を入れずに、加熱したり急な冷却をしないでください。
- 落としたり、強い衝撃を与えないでください。（破損・変形の原因）
- 調理後に調理物を入れて保存しないでください。（変色・腐食の原因）
- 金属製のへら、ナイフ、フォークなど、端の尖ったものは使わないでください。（表面処理を傷める原因）
- たわし・スポンジのナイロン面（硬い面）でこすらないでください。（表面処理に傷がついたり、はがれたりすることがあります）

ラク旨グリルを使用する際は次の点に注意してください

- 調理後のラク旨グリルの取り扱いには、熱を通しにくい鍋つかみやミトンなどを使ってください（熱に弱い化繊や熱が伝わりやすい薄いふきんなどは、やけどの原因になりますので使わないでください）

⚠ 注意



指示

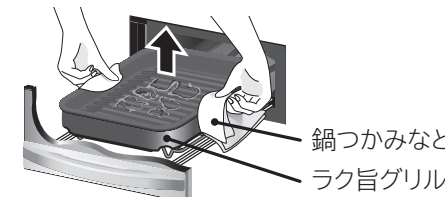
- 調理終了後の、仕上がり確認やラク旨グリルを取り出す場合は、ラク旨グリルなどグリル周辺が熱くなっているため、やけどに注意する（やけどの原因）
- ラク旨グリルは、傾けすぎると調理物や調理物から出た脂などがこぼれるおそれがあるので、傾けすぎないように、ゆっくりと手前から取り出す（こぼれた場合は、やけどに注意してふき取ってください）
- アルミホイルを使う場合は、ヒーターに触れないようにする（ヒーターに触れると発火のおそれがあります）

取り出しかた



指示

- グリルドアを引き出し調理物を取り出してください
- ラク旨グリルは、本体が冷えてから取り出す（やけどの原因）



鍋つかみなど

ラク旨グリル

お知らせ

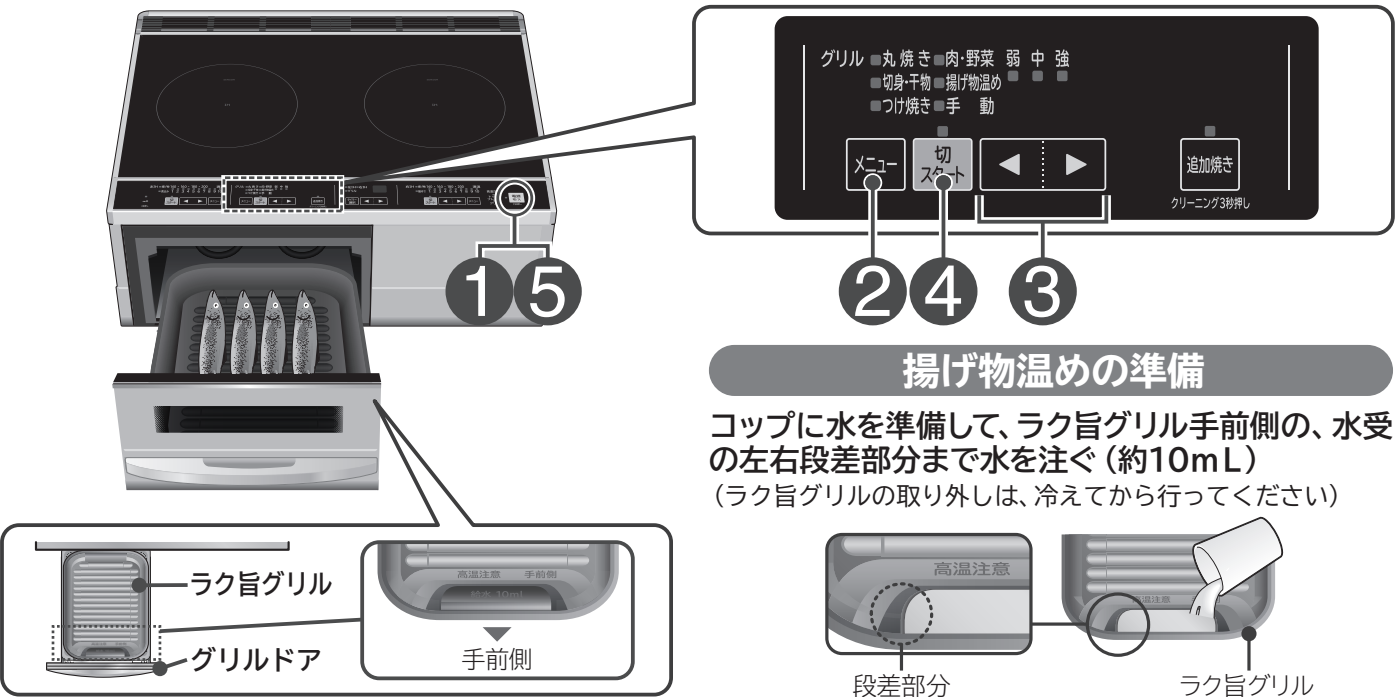
- ラク旨グリルは消耗部品です。材料のこびりつきがひどい場合は、ラク旨グリルを買い替えてください。 → (P.5)
- アルミホイルにシリコンなどがコーティングされたフライパン用ホイルや魚焼きホイルなどを使用すると調理物がラク旨グリルに付着しにくく取り出しやすくなります。使用する際は、アルミホイルに記載の注意事項をよくお読みのうえ、正しくお使いください。また、次の点もご注意ください。
 - ・アルミホイルがラク旨グリルからはみ出さないようにする。
 - ・アルミホイルだけの空だきはしない。
 - ・アルミホイルは使用のたびに交換する。

メニューを選んで調理する

丸焼き、切身・干物、つけ焼き、肉・野菜、揚げ物温め

魚や肉などを焼き上げ、揚げ物を温めます

●食材の厚さは4cm以下にしてください。



丸焼き、切身・干物、つけ焼き 調理のこつ

- 魚を調理する場合は、尾などの薄い部分が焦げやすいので、ラク旨グリルの手前側に尾をよせてください。
- 魚を 1～3 尾焼く場合は、ヒーター形状よりのせる位置で焼き色が付きにくい場合がありますので魚を中央に斜めにのせてください。
- 焦げ目のつき具合は魚の種類や大きさ、同じ大きさでも脂ののり具合、魚の温度、塩のふり加減によって異なります。(塩のふる量が多いと焦げ目が強くなります) お好みにより火力を調節して調理してください。
- 水分が多い生魚(さんまやあじなど)は、調理する約 10～20 分前に塩をふっておくと、焼き色が付きやすくなります。
- 冷凍してある魚は、よく解凍してから焼いてください。魚の内部が冷たいため、中まで火が通りにくく焼き不足になったり、温度センサーが正しく働かず焼き過ぎたりします。
- 厚みのある魚は、そのまま焼くと中まで火が通りにくく、焼き不足になりますので皮に切れ目を入れてください。
- 複数の食品を焼くときは種類、大きさ、厚さをそろえてください。小さいものや火の通りやすいものは、焼き過ぎになりますので、火力を下げて、様子を見ながら調理してください。
- 1尾約130g以下のさんまやはらわたを取ったさんま(生)は、「丸焼き」「弱」で焼いてください。
- 切り身の皮までしっかり焼きたい場合は、追加焼きで様子を見ながら焼いてください。
- つけ焼きのたれは、よく落としてください。たれやみそが多くついていると焦げやすくなります。お好みにより火力を調節して調理してください。
- 魚の大きさや脂ののり具合などの条件により、においや煙が多く出ることがあります。においや煙が多い場合は、室温に戻さず、冷蔵庫から出したら直ぐに焼いてください。(約 5～10℃が目安です)

肉・野菜 調理のこつ

- ハンバーグは、厚さを1.5～2cmに揃えて小判型にして中央をくぼませてください。
- 鶏肉の皮にフォークなどで穴をあけ、厚みのある部分やすじには切り目を入れてください。(鶏肉の厚さは、目安として2cm以下にしてください)
- 調理するときの鶏肉ののせかたは、右図のように皮側を上にしてラク旨グリルの中央部にのせてください。2枚の場合は、右図のように前後に並べてのせてください。

準備

材料をラク旨グリルの上にのせ、グリルドアを確実に閉める

●「揚げ物温め」を選んで調理する場合は、ラク旨グリルの水受に水約10mL(目安: 段差部分まで)を入れます。

1

電源切/入を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、電源を入れる(ランプが点灯します)

2

メニューを押し、「丸焼き」「切身・干物」「つけ焼き」「肉・野菜」「揚げ物温め」ランプを点灯させる

3

◀▶を押し、火力を設定する

4

切スタートを押し、スタートする

●調理が終わると、メロディーが鳴ります。

調理物を取り出す

●調理物を入れたままにしておくと、余熱で焦げ過ぎることがあります。

5

続けて使わないときは

電源切/入を押し、電源を切る(ランプが消灯します)

お手入れをするときは →(P.32、33)

●グリルドアを閉めるときは、グリルドアがフロントグリルに密着するまで押し込んでください。(グリルドア周辺から煙や水蒸気が漏れる場合があります)

グリルドア

フロントグリル

メニューを押す

点灯

グリル

丸焼き

肉・野菜

弱

中

強

切身・干物

揚げ物温め

つけ焼き

手動

火力設定

弱

中

強

点灯

弱め

標準

強め

●時間表示部に「」と表示され、途中から調理の残時間を表示します。(調理の状況により残時間は変わる場合があります。また、他のヒーターでタイマー使用中は表示しません。表示を確認したい場合は、タイマー選択を押し、グリルのランプを点滅させてください)

点滅

左IH

右IH

グリル

●調理が終了すると追加焼きのランプが点滅します。焼きが足りないときは、「追加焼き」で様子を見ながら、さらに焼いてください。→(P.28)

点滅

追加焼き

●グリル庫内の温度が約60℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

●電源を切っても温度が下がるまで表示します。

点滅

高温注意

グリル

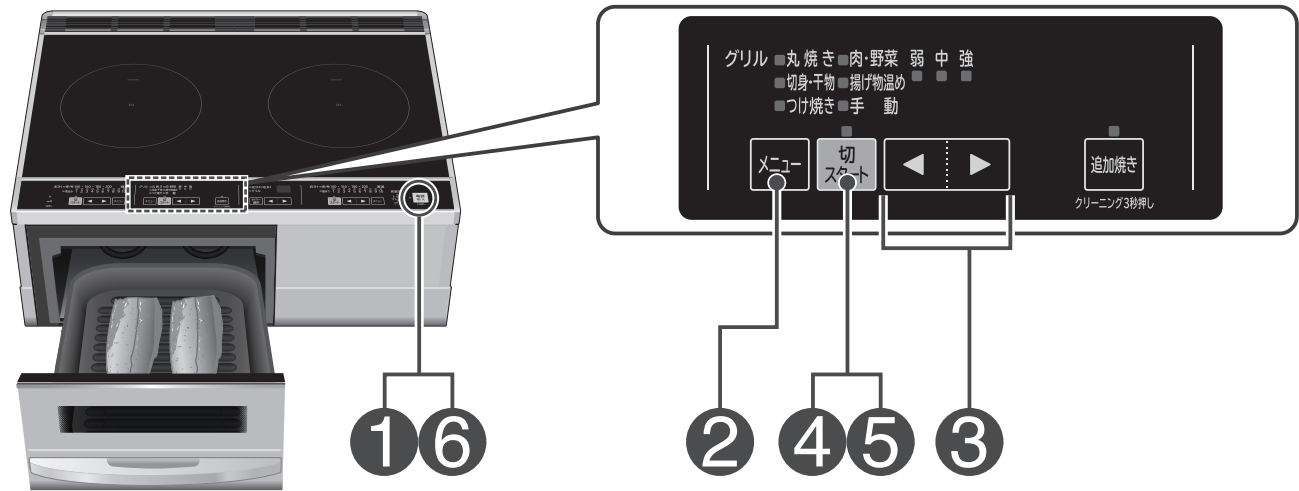
お願い ●調理中はメニューおよび火力の変更はできません。

使いかた (グリルで調理する) <メニューを選んで調理する>丸焼き、切身・干物、つけ焼き、肉・野菜、揚げ物温め

メニューを選んで調理する

手 動

焼きかたを選び、お好みでグリル調理します



火力設定、調理時間設定の目安とコツ

材料に合わせてメニューと火力を選んでください。

- 加熱時間は目安です。加熱時間の目安を基準にして、大きさや数によって時間を調節してください。
- 厚みのある魚は、調理メニュー「丸焼き」「切身・干物」「つけ焼き」で調理してください。

	レシピ名	材料	選択メニュー	加熱時間の目安
調理例	さんまのみりん干し	[約80g] 2枚	手動 中	約6～10分
	いわし丸干し	[1尾 約25～30g] 5尾	手動 中	約11～15分
	いかのみそ漬け焼き	[1枚 約80g] 1枚	手動 弱	約22～26分
	トースト(食パン)	[6枚切り] 1枚	手動 強	約5～9分
	グラタン (材料を加熱調理したもの)	[1皿 約250g] 2皿	手動 中	約15～19分

- 焼き色が濃過ぎたり、薄過ぎるときは火力を調節してください。
- 連続して焼く場合は加熱時間を短くしてください。
- 焦げやすい食材を調理するのに適しています。
- 料理集にない調理やオートメニューで焼けないもの、お好みの焼き上がりに仕上げたい場合は、「手動」で火力設定（強め、標準、弱め）と時間を調整し、様子を見ながら調理してください。

準備

材料をラク旨グリルの上にのせ、グリルドアを確実に閉める

1

電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、電源を入れる（ランプが点灯します）

2

メニュー を押し、「手動」ランプを点灯させる

3

◀ ▶ を押し、火力を設定する

4

切スタート を押し、スタートする

調理中はそばを離れず、調理の仕上がりに合わせ、調理時間を調節してください。

タイマーを使うときは →(P.21)

5

調理が終わったら 切スタート を押し、切る

調理物を取り出す

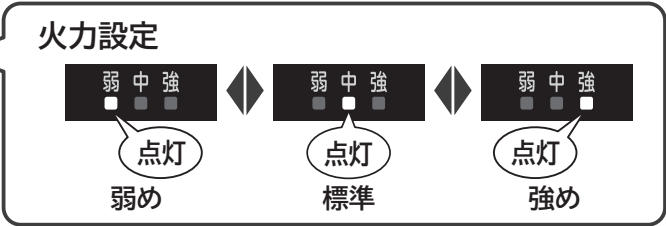
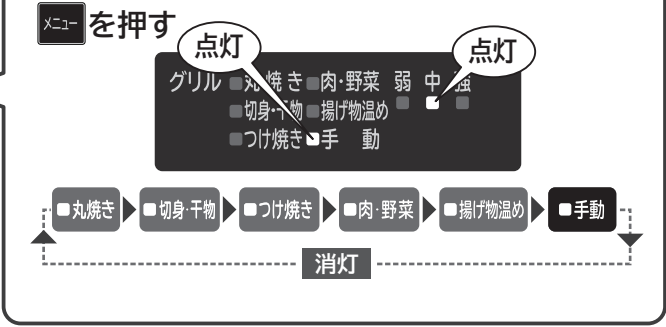
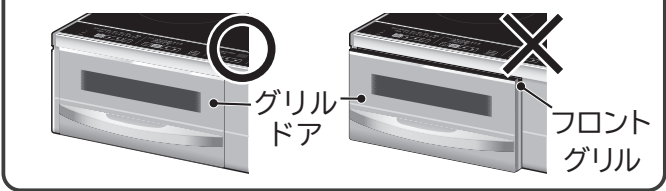
●調理物を入れたままにしておくと、余熱で焦げ過ぎることがあります。

6

続けて使わないときは 電源切/入 を押し、電源を切る（ランプが消灯します）

お手入れをするときは →(P.32、33)

●グリルドアを閉めるときは、グリルドアがフロントグリルに密着するまで押し込んでください。（グリルドア周辺から煙や水蒸気が漏れる場合があります）



●通電を開始してから約30分経過すると、加熱を停止します。

●グリル庫内の温度が約60℃以下になるまで「高温注意」表示をします。
●電源を切っても温度が下がるまで表示します。



使いかた
(グリルで調理する)

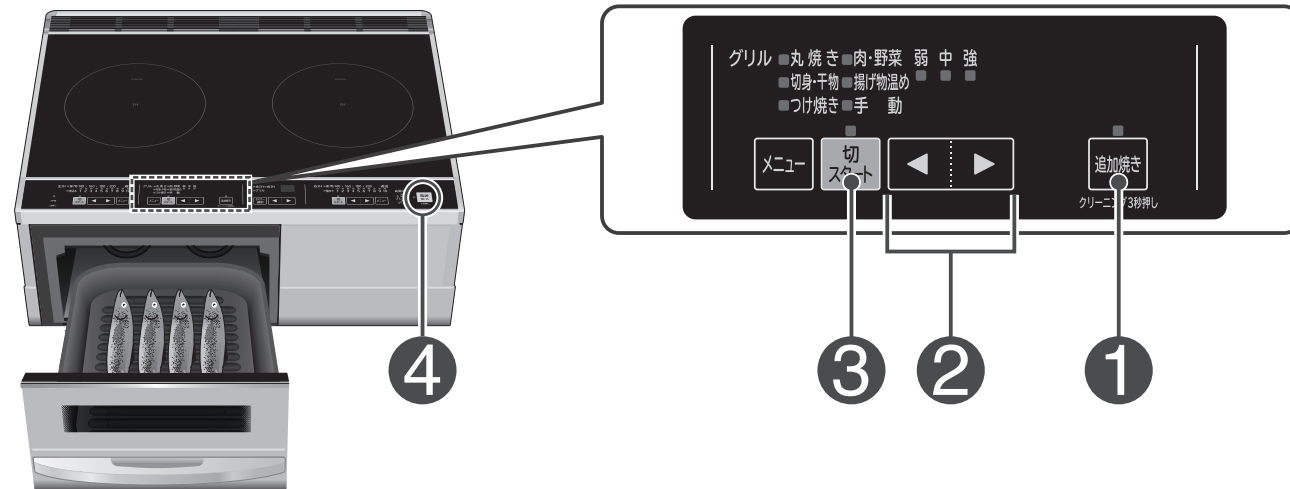
メニューを選んで調理する(手動(魚焼き))

追加焼きをする

調理終了後、お好みで追加焼きする

調理終了後、約5分間追加焼きが設定できます

●追加焼きできない場合は、「手動」で様子を見ながら焼いてください。



調理終了後、追加焼きのランプが点滅中(約5分間)に設定する

- 調理終了後、「切」を押して切った場合でも約5分間は、追加焼き設定ができます。
- 電源切/入を押して、電源を切った場合やメニュー選択をして「切」を押した場合、「追加焼き」は選択できなくなります。

1 追加焼きを押す

2 ◀▶を押して、焼き時間を設定する

3 切スタートを押して、スタートする

- 調理が終わると、メロディーが鳴ります。

調理物を取り出す

- 調理物を入れたままにしておくと、余熱で焦げ過ぎることがあります。

4 続けて使わないときは

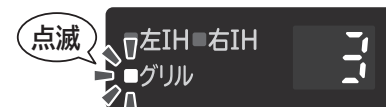
電源切/入を押して、電源を切る
(ランプが消灯します)

お手入れをするときは →(P.32、33)

お願い

- 「揚げ物温め」で調理終了後に追加焼きする場合は給水しないでください。

焼き時間の設定



- 焼き時間は1～29分まで設定できます。

- 調理終了後の約5分間、「追加焼き」が設定できます。焼きが足りないときは、「追加焼き」で様子を見ながら、さらに焼いてください。

- 調理終了後の約5分間に、メニュー選択をして「切」を押した場合、「追加焼き」は選択できなくなります。

- 「追加焼き」が使えない場合は、「手動」で様子を見ながら、焼いてください。

- グリル庫内の温度が約60℃以下になるまで「高温注意」表示をします。
- 電源を切っても温度が下がるまで表示します。

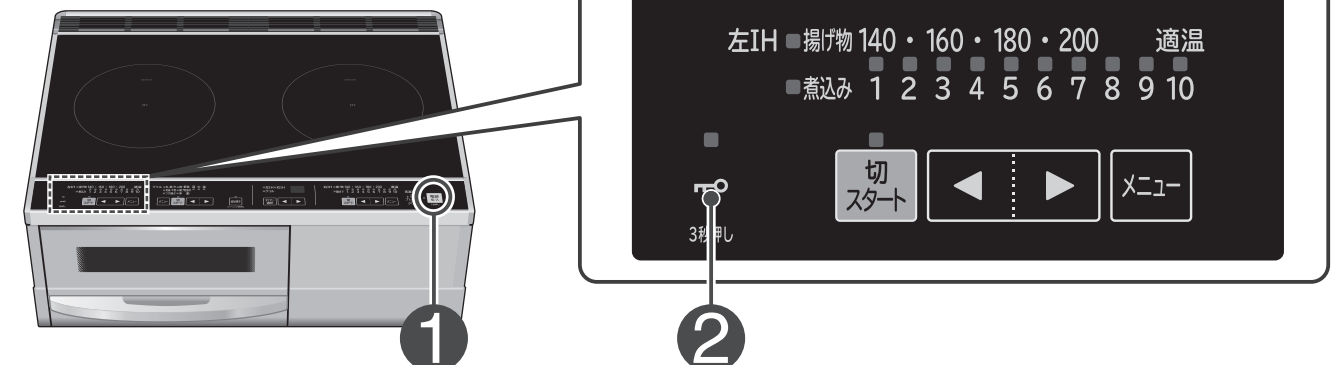


いろいろな機能を使う

チャイルドロックの設定・解除

安全のために、操作できないようロックできます

- 全てのヒーターが切れている状態で受け付けます。
- 電源を切っても記憶しています。



全ての操作をロックする

1 電源切/入を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、電源を入れる(ランプが点灯します)

2 電源切/入を約3秒押し、ランプを点灯させる
●電源切/入は、受け付けます。



全てのロックを解除する

1 電源切/入を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、電源を入れる(ランプが点灯します)

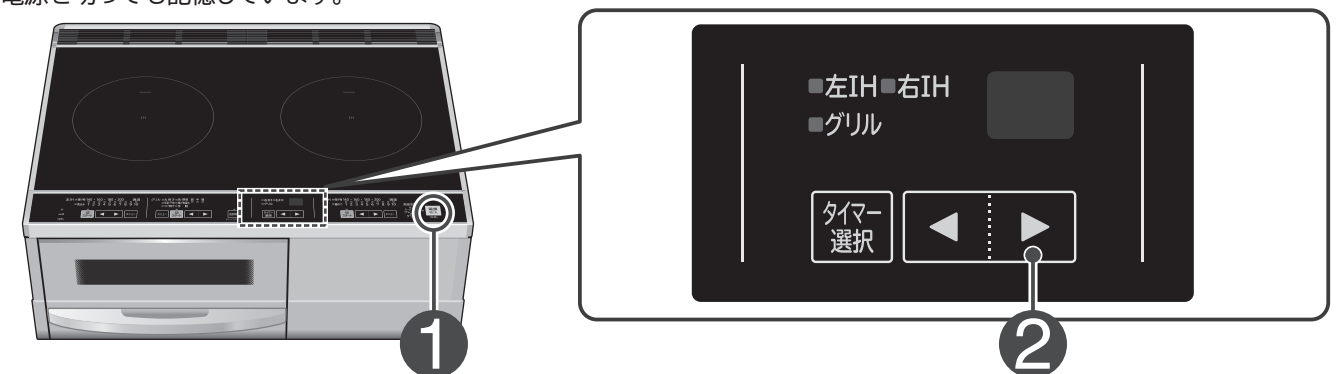
2 電源切/入を約3秒押し、ランプを消灯させる



メロディーとブザーの切り替え

操作が完了したときなどに鳴る音を切り替えることができます

- 全てのヒーターが切れている状態で受け付けます。
- 電源を切っても記憶しています。



1 電源切/入を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、電源を入れる(ランプが点灯します)

2 「タイマー」ボタンの▶を約3秒押し、「ピピッ」と鳴ったら切り替え完了
●元に戻すときも、同じ操作をします。

使いかた
(グリルで調理する)

使いかた
(いろいろな機能を使う)

追加焼きをする / チャイルドロックの設定・解除 / メロディーとブザーの切り替え

お手入れ



注意



指示

●お手入れは、

電源を切り、本体が冷えてから行う

ご使用のたびにお手入れしてください。

ご 注 意

- 消毒液（アルコール系、塩素系など）、ベンジン、シンナー、粉末タイプのクレンザーは使用しないでください。
- 排気口に水が入らないよう、ご注意ください。

排気カバー・排気口・吸気口

薄めた台所用洗剤（中性）とスポンジで洗ってください

たわしやクレンザーは使わないでください。

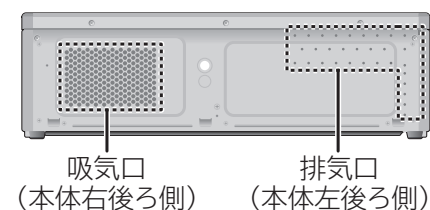
排気カバーの下の油污れもお手入れしてください

吸気口にたまっているほこりを取ってください

ご 注 意

- 排気カバーは、食器洗い乾燥機に入れたりアルカリ性の洗剤を使ったりしないでください。
- 汚れて目詰まりしたまま使わないでください。安全装置が作動して加熱を停止したり、グリル使用中にグリルドアから煙が漏れたりする場合があります。
- お手入れ後は、水分をよくふき取り、本体に必ずセットしてください。
- 排気カバーは強くこすらないでください。表面を傷つけたり変形する場合があります。
- 排気口の中は、割りばしなどに布を巻きふき取ってください。

本体後ろ側



吸気口
(本体右後ろ側)

排気口
(本体左後ろ側)

排気カバー
排気口

排気カバー

排気口

トッププレート

プレートワク

上面操作パネル

光センサー
(きれいに
お手入れして
ご使用ください)

グリル

→ (P.32、33)

排気口 (本体底面側)
(底面には、新聞紙
などの可燃物を
敷かない)

上面操作パネル

やわらかい布でふき取る

汚れがひどいときは、台所用洗剤（中性）を薄めて、ふきんにしみ込ませてふき取り、その後乾いたふきんでからぶきする。

ご 注 意

- 水にぬらさないでください。故障の原因になります。
- ベンジン・シンナー・漂白剤・アルカリ性洗剤は使わないでください。
- たわし・スポンジのナイロン面（硬い面）でこすらないでください。

トッププレート・プレートワク（ステンレス製）・光センサー

トッププレートの汚れを防止するため、市販の汚れ防止シートなどは使用しないでください
汚れや異物と同様、鍋の温度が正しく検知できず、発火のおそれがあります。

汚れたらふき取ってください

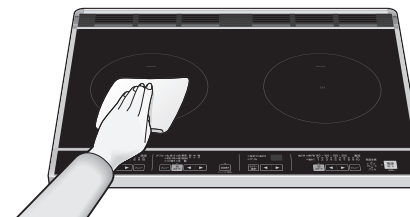
調理物や油污れがついたまま調理すると鍋底やトッププレートに焦げつき、汚れが落ちにくくなります。また、ホーロー鍋の場合、鍋やトッププレートの焦げつきが原因で底面のホーローが溶け、焼き付いてくっつき、無理に剥がすとトッププレートの破損の原因になります。

軽い汚れ

絞ったふきんでふき取り、その後乾いたふきんでからぶきする。

油污れ

台所用洗剤（中性）を薄めて、ふきんにしみ込ませてふき取り、水を絞ったふきんで洗剤を除去した後、乾いたふきんでからぶきする。



ご 注 意

酸性・アルカリ性の強い洗剤（漂白剤、住宅用合成洗剤など）・消毒液（アルコール系、塩素系など）や、お酢を使って清掃しないでください。付着した場合はすぐにふき取ってください。
(液剤や洗剤が残ると、表面が変色したりトッププレートとプレートワクの接合部分が劣化し、はがれの原因になります)



落ちにくい汚れ

クリームタイプのクレンザーを丸めたラップにつけてこすり取り、その後よくふき取ってください。

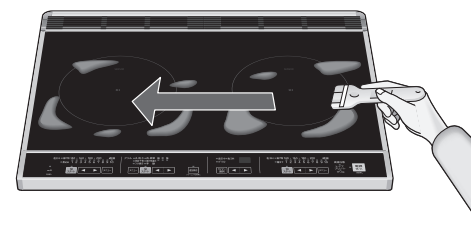


ご 注 意

- ドライバーやフォークなど先の鋭いものや粉末タイプのクレンザーは使わないでください。
- たわし・スポンジのナイロン面（硬い面）、アルミホイールなどでこすらないでください。
(トッププレート・プレートワクが傷つく原因になります)

それでも落ちないとき

市販のセラミック用スクレーパーなどで煮こぼれの部分だけを軽く削り落とし、その後よくふき取る。
トッププレートとプレートワクの合わせ目を、ドライバーやフォークなど先の鋭いものでこすらないようにしてください。合わせ目にすき間ができ、水もれなどの原因になります。



ご 注 意

- トッププレートに小さなひびや割れなどを見つけた場合や、トッププレートとプレートワクのすき間が大きくなった場合は、そのまま使用せず、お買い上げの販売店または「ご相談窓口」→(P.55)にご相談ください。
- しょうゆなどの調味料を放置すると、汚れあとが残ることがあります。
- 鍋底の汚れがトッププレートにつく場合があります。鍋底の汚れも取り除いてください。
- 光センサーが汚れていると、鍋の温度が正しく検知できない場合があります。汚れを取り除いてください。

お手入れ (つづき)

注意



●お手入れは、

電源を切り、本体が冷えてから行う

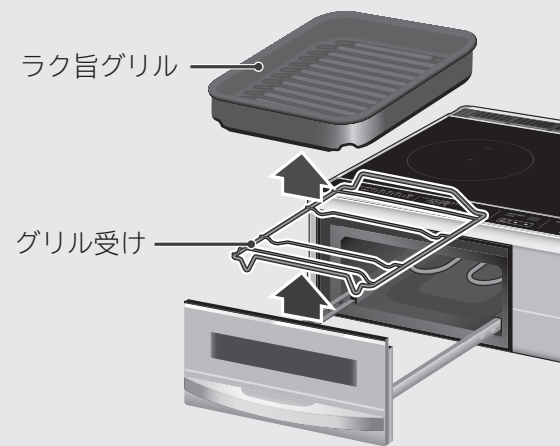
グリルドア・ラク旨グリル・グリル受けの取り外し／取り付け

取り外し

1 グリルドアの取っ手を両手でしっかり持ち、ゆっくり止まるまで引き出す

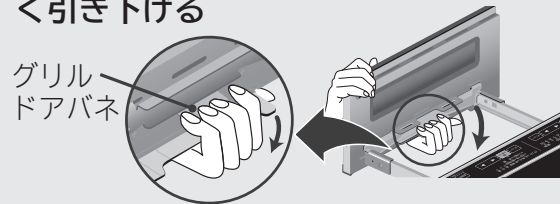


2 ラク旨グリル、グリル受けを外す



ラク旨グリル内の脂などをこぼさないように注意してください。

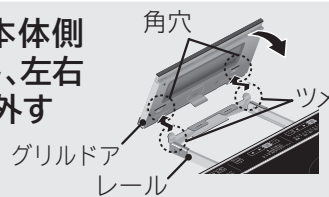
3 グリルドアを手でささえ、取っ手の下側に手をまわし、グリルドアバネを軽く引き下げる



ご 注 意

●グリルドアバネを引き下げずにグリルドアを押し倒して外さないでください。
(グリルドアが破損したり変形することがあります)

4 グリルドアを本体側へ倒すようにし、左右2箇所のツメを外す



ご 注 意

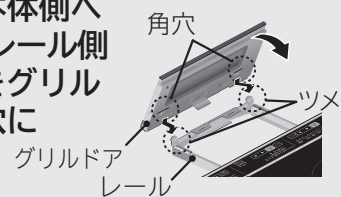
●ラク旨グリルに脂や汁がたまっている場合は、こぼれないように両手でゆっくり持ち上げて、注意して手前から取り出してください。

お 願 い

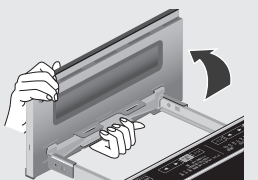
●レールについた汚れは、取り除いてください。(汚れたまま放置するとさびの原因になります)

取り付け

1 グリルドアを本体側へ倒すようにし、レール側のツメ2箇所をグリルドア下部の角穴に差し込む

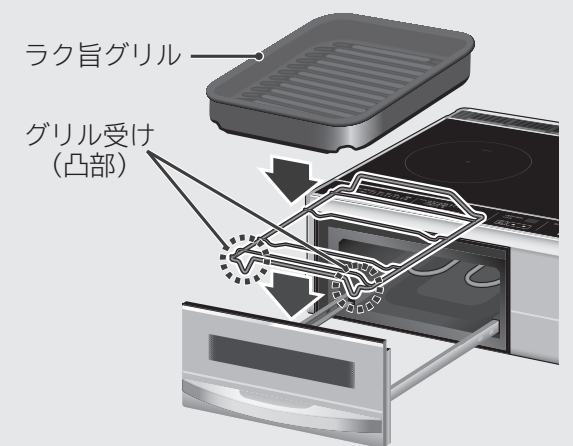


2 グリルドアを手でささえ、垂直に起こしながらはめ込む



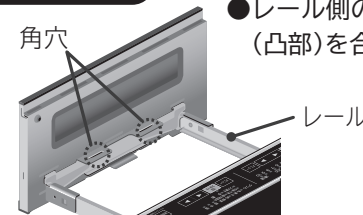
カチッと音がしてグリルドアが固定されます。

3 グリル受け、ラク旨グリルをのせる



ご 注 意

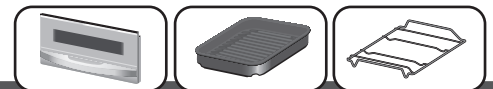
●レール側の角穴とグリル受け(凸部)を合わせる



4 グリルドアはフロントグリルに当たるまで押しつけて閉める



グリルドア・ラク旨グリル・グリル受け



薄めた台所用洗剤(中性)とスポンジで洗ってください

ラク旨グリルにたまった脂や汁などの汚れは、キッチンペーパーなどでふき取り、その後薄めた台所用洗剤(中性)とスポンジで洗う。

汚れが落ちにくいときは

ラク旨グリルの表面に食品がこびりついたり、焦げついたりした場合、ラク旨グリルにお湯(約40～50℃)を入れ、10分程度つけ置きをして、食品のこびりつきをふやかしてから、薄めた台所用洗剤(中性)とスポンジで洗う。

ご 注 意

- 汚れがついたら、つどお手入れしてください。汚れがこびりつく調理物が取りにくくなる場合があります。
- 洗った後は、乾いたふきんで水気をしっかりふき取って乾燥させてから収納してください。(さびの原因)
- たわし・スポンジのナイロン面(硬い面)でこすらないでください。(表面処理に傷がついたりはがれたりすることがあります)
- クレンザーは使用しないでください。(表面を傷つけます)
- 漂白剤および塩素系洗剤を使わないでください。(変色の原因)
- 焦げつきなどを落とすときは、鋭利な物でこすらないでください。(傷の原因)
- 食器洗い乾燥機や食器乾燥器に入れたり、アルカリ性の洗剤を使ったりしないでください。
- グリルドア(強化ガラス)に傷がついた場合は、日立の家電品取扱店でお買い求めください。→(P.5)
- ラク旨グリル、グリル受けは消耗部品です。表面処理が傷んだ場合や破損した場合は、日立の家電品取扱店でお買い求めください。→(P.5)

グリル庫内(においを軽減するには)

- 5～6回使用のたびに庫内クリーニングをご使用ください。
- グリル庫内を高温にして、油汚れを乾燥させ、においを軽減します。(汚れは除去できません)グリル庫内の油汚れを乾燥させないと腐食して故障の原因にもなります。

注意



●庫内クリーニングをする際は、ラク旨グリル、グリル受けは絶対にセットしない
また、ラク旨グリルに付着した食品カスなども取り除く
(汚れたまま庫内クリーニングをすると、発煙・発火のおそれがあります →(P.9))

準備

ラク旨グリル、グリル受けを外し、グリルドアを確実に閉める

1



電源を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、電源を入れる(ランプが点灯します)

2



を約3秒間押し

クリーニング3秒押し

●タイマー表示部に「」を表示します。

3



を押す、スタートする

●ブザーが鳴ったら終了です。

4



続けて使わないときは

を押す、電源を切る
(ランプが消灯します)

ご 注 意

- クリーニング中は、グリル庫内の油を焼き切るため煙が出る場合があります。必ずレンジフードファンを使用してください。
- グリル庫内に落ちた食品カスなどは、グリル庫内が冷えてから手袋などをして取り除き、残った汚れはふき取ってください。また、手が、届かない庫内部分は、割りばしなどに布を巻き、ふき取ってください。
- グリル庫内は金属部が数多くありますので、やけどやけがに十分注意してください。

- クリーニング中はタイマー表示部に残時間が表示されます。
- 約11分で終了します。
- 途中で中止したいときは「切」を押します。
- グリル庫内の温度が約60℃以下になるまで「高温注意」表示をします。
- 電源を切っても温度が下がるまで表示します。



お困りのときは

修理を依頼される前に次の点をもう一度お調べください。

電源・動作		こんなときは	ここを確認／直しかた
		●電源が入らない ●スタートしない ●メニューが選べない	●専用ブレーカーが切れていませんか。 専用ブレーカーを入れてください。 ●電源が切れていませんか。(電源ランプが消えている) 電源を入れてください。 ・電源スイッチをブザーが鳴るまで約1秒押してください。 ・電源ランプが点灯します。 電源を「入」の状態です約10分放置するとオートパワーオフ機能が働き、自動的に電源が切れます。 ●チャイルドロックが設定されていませんか。 チャイルドロックを解除してください。→(P.29) ●IHヒーターで使える鍋を使用していますか。 (使える鍋について→(P.10)) ●総消費電力を超えていませんか。→(P.12)
		●使用中にIHヒーターまたはグリルの加熱が停止した(切り忘れ防止自動停止機能)	●切り忘れ防止自動停止機能が働いています。 各IHヒーターやグリルに一定時間経過すると自動的に加熱を停止する切り忘れ防止自動停止機能が設けられています。 ・IHヒーターは操作後約45分 ・グリルの調理メニュー「手動」は加熱後約30分 切り忘れ防止自動停止機能が働いた時はブザーでお知らせします。 調理中、加熱が停止した場合は、再スタートしてください。
		●左・右IHヒーターの加熱が停止した	●トッププレートの光センサーが汚れていたり、水などでぬれていたり、鍋底がぬれていたりするときなど、鍋の温度が正しく検知できない場合があります。 汚れを取り除き、水などをふき取ってください。→(P.31)
		●鍋が確認できない ●表示部の火力表示ランプが交互に点灯し、約30秒後に消灯した(金属小物検知自動停止機能、鍋無し自動停止機能)	●使えない鍋やナイフ・フォークなどの金属製小物を置いていませんか。 使える鍋を置いてください。(使える鍋について→(P.10)) また、IHヒーターの上に金属製小物がある場合は取り除いてください。 ●鍋がIHヒーターから大きくずれていませんか。 中央に置いてください。→(P.13) 例: 右IHヒーターの鍋確認表示 交互に点灯 右IH ■揚げ物 140・160・180・200 適温 ■麺ゆで 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 ← 右IH ■揚げ物 140・160・180・200 適温 ■麺ゆで 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 約30秒後、ブザーが鳴り、表示が消え、加熱を停止します。 ●多数の穴が開いたステンレス板を底部に貼り合わせた鍋では、ステンレス板の面積が直径12cmの面積(約113cm ²)に満たないと、小鍋と判断して鍋確認が表示されることがあります。(使える鍋について→(P.10))
		●使用中に停電になった	●加熱中のIHヒーターやグリルは停止し、タイマーも取り消されます。 ●電源を入れ、もう一度初めから操作を行ってください。 ・電源スイッチをブザーが鳴るまで約1秒押してください。 ⚠警告 禁止 トッププレートやグリルドアおよび庫内など高温部に触れない
		●タイマー表示部に  と表示されている ●表示部に表示されるが、鍋が加熱されない	●表示部や操作部が点灯・点滅したり、電源ランプが点滅したりしている場合は店頭用のモードに設定されています。 ・上面操作パネルのグリル操作部の  、  、2つのボタンを同時に3秒押し、設定を解除してください。

火力		こんなときは	ここを確認／直しかた
		●火力が弱くなること がある	●多数の穴が開いたステンレス板を底部に貼り合わせた鍋では、ステンレス板の面積が直径12cmの面積(約113cm ²)に満たないと、小鍋と判断して火力が弱くなることがあります。(使える鍋について→(P.10)) ●ホーロー・ステンレス製の鍋については鍋底の直径が左・右IHヒーターの場合12~26cmのもので、鍋底の反りが3mm未満のものをご使用ください。(使える鍋について→(P.10)) ●炒め物などを行うと、鍋底温度が上がり、自動的に火力をコントロールする場合があります。温度が下がると自動的に火力が強くなるので、そのままご使用ください。
		●IHヒーターによって 火力が違う	●IHヒーターの特性や冷却具合により、同じ鍋でも各IHヒーターで火力が異なる場合があります。 また小さい鍋では、加熱できる場合とできない場合があります。
		●IHヒーターでの調理 に時間がかかる ●調理のでき上がりが 遅い	●鍋底に異物が付着していたり、トッププレートが汚れていませんか。 鍋やトッププレートのお手入れをしてご使用ください。 ●使える鍋を使用していますか。 使える鍋を使用してください。(使える鍋について→(P.10)) ●鍋の種類によっては「強火」で使用すると自動的に火力をコントロールする場合があります。
		●火力が上がらない	●設定の総消費電力以上は火力が上げられません。
	グリル	●ラク旨グリルに食材が こびりつく	●ラク旨グリルは、消耗品です。食材のこびりつきがひどくなった場合は、ラク旨グリルを買い替えてください。→(P.5) ●食材によっては、皮がこびりつき易くなります。シリコンなどコーティングされたアルミホイルなどを使用すると、こびりつきにくくなります。→(P.23)
		●グリルで調理中、 排気口から煙が出る	●異常ではありません。レンジフードファンを使用してください。
		●グリルで調理中、 加熱が停止した	●調理メニューの場合は、食材に合わせてフライパンなどに移し、IHヒーターで調理するか、グリル調理メニュー「手動」で様子を見ながら調理してください。
	適温調理「揚げ物」	●予熱時間が長い ●油温がずれる ●加熱が停止する	●指定の鍋を使用していますか。→(P.10) ●800gを超える量の油を入れていませんか。 ●「高温注意」のランプが点滅中や熱い油・汚れた油を使っていませんか。 ●鍋底が反っていたり、変形した鍋を使用していませんか。 (鍋を交換する→(P.10))(鍋底の反りは3mm未満のものをご使用ください) ●鍋底にリング状の凹みがある鍋は、鍋の温度が正しく検知できない場合があります。鍋底が平らな鍋をお使いください。→(P.10) ●鍋底やトッププレートに異物や汚れが付着していませんか。 (お手入れをする→(P.31)) ●予熱中に油を注ぎ足していませんか。(「揚げ物」の設定をし直す→(P.17)) ●市販の汚れ防止シート(電磁調理器カバー)を使用していませんか。 (使用しないでください→(P.6)) ●調理後は、本体内部が高温のため鍋の温度が正しく検知できない場合があります。 十分に本体の温度を下げてからご使用ください。
		●油煙が出る	●油の種類によって、油煙が出る温度が異なります。(油の説明書を確認してください) ●再使用油は油煙が出やすくなります。
	その他	●IHヒーターの調理メニュー 動作中に鍋を外しても表示 部に鍋確認表示が表示さ れない場合がある	●IHヒーターの調理メニューは火力を自動的に調節します。火力が0(ゼロ)Wになっているときに鍋を外しても鍋確認表示→(P.34)を表示しません。 調理を途中でやめる場合は、上面操作パネル部の「切/スタート」ボタンを押して切ってください。
		●IHクッキングヒーター の周辺の壁が濡れて いる	●調理時に排気口から出る水蒸気などが壁面につき水滴になることがあります ので、ふきんなどでふき取ってください。

お困りのときは (つづき)

修理を依頼される前に次の点をもう一度お調べください。

音が気になる

使用時には次のような音がします。故障ではありません。



マークの音は、ホームページからサンプル音が視聴できます。



- ご利用の環境によっては、コードの読み取り、動画の再生ができない場合があります。
- ご利用の際は、通信費等の費用がかかります。
- ホームページ掲載は、予告なく変更・中止することがあります。

こんなときは	ここを確認／直しかた
●電源を入・切するときや使用中に音がする (カチャ音)(カチカチ音)	●電源を入・切するときや使用中に、内部電気部品のスイッチの動作音(カチャ音)がします。 ●手動火力「1」とろ火(100W相当)はヒーターを入・切するので、入・切音(カチカチ音)がします。
●IHヒーター使用中に鍋から音がする (ジー音、カチカチ音) (キーン音、キューン音)	●鍋の種類によっては音が発生することがあります。磁力により鍋が振動しているためです(鍋からの音は、左・右のIHヒーターで異なる場合があります)。また、鍋の取っ手に振動を感じることがありますが、これは磁力により鍋自体が振動するためです。 ・気になる場合は、火力を下げたり、鍋の位置をずらしたり、置き直したりすると音が止まることがあります。
●使用中にファンの音がする	●本体内部を冷やすための冷却ファンの音がします。
●使用中にファンの音が大きくなる	●本体内部を冷やすため、冷却ファンの回転数を設定火力に合わせて変えています。サンプル音の例：火力「1」→火力「10」 ●火力によって音が変わることがあります。
●電源を切っても音がする	●電源を「切」にした場合でも継続して冷却ファンが回りますが、異常ではありません。熱くなった本体内部を冷やすため、ボタン操作後から最大約10分冷却運転を続けることがあります。冷却が終われば、ファンは自動で停止します。 ●使用状況により冷却ファンの音の大きさが変わります。
●グリルドアを開閉する際に金属音がする	●ラク旨グリル・グリル受けと庫内温度センサーが接触する際に発生する音で異常ではありません。
●電源が入っていないのに本体から音がする場合があります (ジー音)	●電子部品の振動音です。故障ではありません。
●グリルで調理中にグリル庫内から音がする	●ヒーターの熱で、グリル庫内の金属部分が膨張・収縮して「ポコッ」「ポン」といった音がすることがあります。

お知らせ表示が出たとき

下記の表示が出たときは故障ではありません。「ここを確認/直しかた」を確認し、表示を消してから再度操作を行ってください。

お知らせ表示のしかた (3桁の場合)

あと

交互に表示

あと

表示とお知らせ内容	原因	直しかた
11 13 15 21 23 25	●鍋が高温(油が高温)になっています。(鍋の反りや変形があります) ●空だきになっています。 ●炒め物の調理を行うと表示する場合があります。 ●鍋が光センサーの上に置かれていません。 ●光センサーの上に置かれていても、左・右IHヒーターの中央から大きくずれています。 ●市販の汚れ防止シートを使用しています。 ●「揚げ物」メニューで揚げ物以外の調理をしないでください。 ●鍋底が12cm未満の鍋を使用しています。	●鍋底に反りや変形、はがれがある場合は新しい鍋をご購入ください。→(P.10) ●鍋に食材を入れてください。 ●火力を下げてください。 ●鍋をIHヒーターの中央に置いてください。 ●市販の汚れ防止シートは使用しないでください。 ●調理に合ったメニューで調理してください。 ●鍋底の直径が12cm以上の鍋を使用してください。
12 22	●鍋の底に約3mm以上の反りがあったり変形しています。 ●鍋の底やトッププレートに異物や汚れが付着しています。	●鍋底に反りや変形、はがれがある場合は新しい鍋をご購入ください。→(P.10) ●異物や汚れの場合はお手入れをしてご使用ください。
H15 H25 H39 H49	●排気カバー、吸・排気口にほこりがたまっています。 ●排気カバー、吸・排気口がふさがれています。	●ほこりをふきとってください。→(P.30) ●ふさがないでください。
H17 H27	●鍋の種類が違います。	●鍋の種類を確認してください。→(P.10)
3 4	●加熱したまま連続して魚などを焼いた場合。 ●空だきになっています。	●一度加熱を停止して、グリル庫内の温度を下げた後、次の食材を入れてください。 ●食材を入れてください。

表示を消したいときは

11、12、13、15、H15、H39、H17 の表示が出たときは左IHヒーターの  を押す。
21、22、23、25、H25、H49、H27 の表示が出たときは右IHヒーターの  を押す。
3、4 の表示が出たときはグリルの  を押す。

「ここを確認/直しかた」に従って再度操作しても同じ表示が出たり、上記以外の表示や下記の表示が出たときは故障の可能性があります。お買い上げの販売店または「ご相談窓口」→(P.55)にご連絡ください。

表示とお知らせ内容	原因	
6 が表示	●電源電圧が異常に高い場合や低い場合。	●お買い上げの販売店または「ご相談窓口」→(P.55)にご連絡ください。
H などのH**表示	●部品の故障が生じた場合。	

IHヒーターでの調理例

お好みの火力で調理

(レシピ名)		(レシピ名)	
スパゲティ (ミートソース)	40	空芯菜とにんにくの炒め物	41
茶わん蒸し	40	五目チャーハン	41
シュウマイ	40	ビーフステーキ	42
ポークカレー	41	オムレツ	42

適温調理「揚げ物」揚げ物のこつ→P.44

(レシピ名)	(設定温度の目安)	(レシピ名)	(設定温度の目安)
天ぷら	43 180℃	コロッケ	44 180℃
串揚げ	43 190℃	とんかつ	45 170℃
オニオンリング	43 180℃	フライドポテト	45 170℃
えびフライ	44 180℃	フライドチキン	45 160℃
カキフライ	44 180℃	鶏のから揚げ	45 170℃

- お知らせ
- 温度は目安です。温度は鍋の種類・形状・材質や調理物の量などで異なる場合があります。様子をみて調節してください。
 - フライパンなどを予熱する場合は、高温になりすぎないように注意してください。（フライパンが変形したり、油が発煙・発火することがあります）

標準計量カップ・スプーンでの食品の質量表

計 量	食品名	小さじ	大さじ	カップ	計 量	食品名	小さじ	大さじ	カップ
		(5mL)	(15mL)	(200mL)			(5mL)	(15mL)	(200mL)
	水・酒・牛乳	5g	15g	200g		トマトケチャップ	5g	15g	230g
	しょうゆ・みりん・みそ	6g	18g	230g		油・バター・ラード	4g	12g	180g
	食塩	6g	18g	240g		片栗粉・砂糖(上白糖)	3g	9g	130g
	小麦粉(薄力粉・強力粉)	3g	9g	110g		だし汁	5g	15g	200g

この取扱説明書・料理集で使用している計量カップ・スプーンでの食品の質量(重量)は表のとおりです。(1mL=1cc)

グリルでの調理例

調理メニュー「丸焼き」

(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)
さんまの塩焼き	46 丸焼き 中	塩さんま	46 丸焼き 弱
たいの塩焼き	46 丸焼き 中	いさきの塩焼き	46 丸焼き 中
あじの塩焼き	46 丸焼き 中		

調理メニュー「切身・干物」

(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)
さんまの開き	47 切身・干物 中	あじの開き	47 切身・干物 中
塩ざけ	47 切身・干物 中	はたはた	47 切身・干物 弱
塩さば	47 切身・干物 中	ししゃも	47 切身・干物 弱

調理メニュー「つけ焼き」

(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)
さわらの西京漬け	48 つけ焼き 中	焼きとり(たれ)	48 つけ焼き 中
ぶりのつけ焼き	48 つけ焼き 中		

調理メニュー「肉・野菜」

(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)
鶏のハーブ焼き	49 肉・野菜 強	焼き野菜	50 肉・野菜 中
焼きとり(塩)	49 肉・野菜 中	ハンバーグ	50 肉・野菜 中
鶏手羽先のつけ焼き	49 肉・野菜 中	れんこんハンバーグ	51 肉・野菜 中
鶏手羽中の塩焼き	49 肉・野菜 中	チーズ入りチキンハンバーグ	51 肉・野菜 中
牛肉串焼き	50 肉・野菜 中		

調理メニュー「揚げ物温め」

(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)
かき揚げ温め	52 揚げ物温め 弱	天ぷら温め	52 揚げ物温め 中
とんかつ温め	52 揚げ物温め 中	アジフライ温め	52 揚げ物温め 中
コロッケ温め	52 揚げ物温め 中	から揚げ温め	52 揚げ物温め 中
フライドチキン温め	52 揚げ物温め 強		

IHヒーターでの調理例

お好みの火力で調理

スパゲティ(ミートソース)

- 材料(2人分)

スパゲティ(乾麺) …… 200g
塩 …… 大さじ 2
牛ひき肉 …… 150g
トマトソース… ½ 缶(約150g)
オリーブ油 …… 大さじ 1弱
にんにく(みじん切り) …… ½ かけ
- 作りかた

①鍋をIHヒーターの中央に置き、オリーブ油とにんにくを入れ、香りが出るまで「**中火**」で炒める。
②①に牛ひき肉を加えて炒め、トマトソースを加え **A** で味付けし、煮立ったら「**弱火**」～「**中火**」にして8～10分煮つめる。
③大きめの鍋にたっぷりの水(3～4L)を、「**強火**」で沸とうさせ、塩(水量に対して1%が目安)を加える。
④スパゲティを入れ、ときどきかき混ぜながらふきこぼれないように「**弱火**」～「**中火**」でゆでる。指でつまんでちぎってみて、芯が少し残っているくらいまでゆでる。
⑤ゆで上がったらず早くざるに上げ、水気をきって器に盛り、②をかけパセリを散らす。



☆スパゲティは、シコシコした歯ざわりが大切。たっぷりの湯を使い、ゆで上げ時間を守ることがポイントです。
☆トマトソースをベースにして、お好みの具を使います。
☆火力の調節は、鍋や水量により異なります。調理の状況に合わせて調節してください。

ゆでる	メニュー	沸とうまで	火力調節の目安
メニュー例	麺 類	「 強火 」	「 中火 」…麺を入れてゆでる 2～10分(麺により調節)
	葉 菜	「 強火 」	「 強火 」…茎から入れる 2～3分
	ゆで豚(400g)	「 強火 」	「 弱火 」 30～40分
	根 菜	「 強火 」(材料は水から入れる)	「 中火 」…やわらかくなるまでゆでる

●うどん、そば、スパゲティをゆでる場合は、「**麺ゆで**」を使うと便利です。→(P.18)

茶わん蒸し

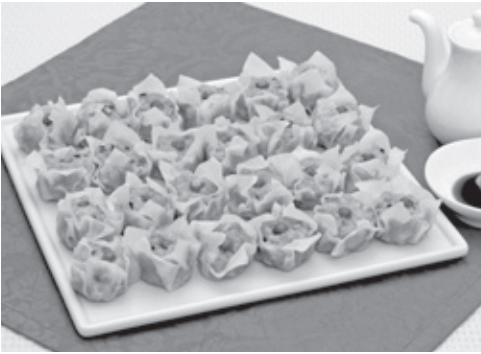


- 材料(4人分)

卵 …… 3個(約150mL)
だし汁 …… カップ2½
A { しょうゆ、塩 …… 各小さじ1弱
みりん …… 小さじ1
B { 鶏肉(そぎ切り) …… 60g
かまぼこ(薄切り) …… 8枚
生しいたけ(そぎ切り) … 2枚(8切れ)
ぎんなん(ゆでたもの) …… 8個
みつば …… 適量
- 作りかた

①卵はときほぐし、だし汁に調味料 **A** を加えてさましたものを混ぜ、裏ごしする。
②器に彩りよく **B** を盛り、①を静かにそそぎ入れ、ふたをする。
③大きめの鍋に水カップ3を入れ、IHヒーターの中央に置き、器を並べてふたをし、「**強火**」にする。
④沸とうしてきたら「**弱火**」にして15～20分蒸す。
⑤蒸し上がったらずみつばを飾る。

シュウマイ



☆作りかた④で中敷きに、丸型に切ったオープンシート(中央に切り込みを入れる)を敷くと、取り出しがラクです。

- 材料(24個)

むきえび …… 150g
豚ひき肉 …… 150g
玉ねぎ …… ½ 個
片栗粉 …… 大さじ 5
干しいたけ(もどしてみじん切り) …… 3枚
シュウマイの皮 …… 24枚
グリーンピース …… 24個
からししょうゆ …… 適量
A { 砂糖、しょうゆ、ごま油… 各小さじ 1
塩 …… 小さじ ½
酒 …… 大さじ 1
こしょう …… 少々
- 作りかた

①えびは背わたを取り、細かくたたく。玉ねぎはみじん切りにして、片栗粉(大さじ3)をまぶしておく。
②ボウルに①、豚ひき肉、しいたけを入れ、**A** を加えてねばりが出るまでよく混ぜ、残りの片栗粉(大さじ2)を加え、さらによくかき混ぜて24等分する。
③シュウマイの皮でそれぞれを包み、グリーンピースをのせる。
④蒸し器の中敷にサラダ油をぬり、シュウマイを間隔をあけて並べる。(無理に全部を入れないで、2回に分ける)
⑤蒸し器の下鍋に水を5～6分目入れ、ふたをしてIHヒーターの中央に置き、「**強火**」にする。
⑥沸とうしたら上鍋をのせてふたをし、「**中火**」で10～12分蒸す。
器にとり、からししょうゆを添える。

蒸 す	メニュー	沸とうまで	火力調節の目安
メニュー例	中華まんじゅう	「 強火 」	「 中火 」 10～15分
	蒸しいも	「 強火 」(材料は水から入れる)	「 中火 」…やわらかくなるまで蒸す

ポークカレー



- 材料(4人分)

豚肉(2cm角切り) …… 250g
塩・こしょう …… 各少々
にんじん(乱切り) …… 中1本
玉ねぎ(くし形切り) …… 中2個
じゃがいも(乱切り) …… 中2個
市販のカレールー …… 120g
水 …… 600～800mL
サラダ油 …… 大さじ 2
- 作りかた

①豚肉は、塩、こしょうをする。
②鍋をIHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れてから「**中火**」にする。
③②に豚肉を入れて炒め、次ににんじん、玉ねぎ、じゃがいもを加えて炒める。
④水を加えて「**強火**」にし、沸とうしたら「**中火**」～「**弱火**」にして20～30分煮込む。
⑤カレールーを加えてかき混ぜ、ふたたび沸とうしたら途中かき混ぜながら「**弱火**」で10～15分煮込む。

☆じゃがいもは煮くずれしやすいので、大きめの乱切りにするか、途中から加えるようにするとよいでしょう。
☆水は少なめの分量から加熱を始めて、途中でとろみ具合を見ながら加えてください。
☆炒めるときに、フライパンを使うとラクに炒められます。

煮 る	メニュー	沸とうまで	火力調節の目安
メニュー例	煮 魚	「 強火 」	「 弱火 」…魚を入れて煮る 10～15分
	肉じゃが、おでん、ポトフ	「 強火 」	「 弱火 」～「 中火 」 30～90分
	煮 豆	「 強火 」	「 とろ火 」～「 弱火 」 2～5時間

●長時間の煮込みには、タイマーが便利です。→(P.21)
(タイマーを使用しない場合、「切り忘れ防止自動停止機能」が働いて途中で切れることがあります。→(P.12))

空芯菜とにんにくの炒め物



- 材料(2人分)

空芯菜 …… 150g
サラダ油 …… 大さじ 2
A { たかのツメ(輪切り) …… 1本
にんにく(薄切り) …… 1かけ
B { 酒 …… 大さじ 1
塩・こしょう …… 各少々
- 作りかた

①空芯菜をさっと水洗いし、葉と茎に分け、それぞれ4～5cmの長さに切る。
②フライパンをIHヒーターの中央に置き、サラダ油と **A** を入れて「**中火**」～「**強火**」にする。
③フライパンが加熱されたらず①の茎を入れて「**強火**」で炒め、色が変わったら①の葉を入れ手早く炒め、**B** で味を整える。

五目チャーハン



☆ごはんは、あまり熱いうちに炒めると粘りが出て、パラッと仕上がらないので、ざるなどに広げて軽く蒸気をとばしておきます。
☆無理に一度に作らないで、2回に分けて炒めるとラクに作れます。
☆フッ素加工のフライパンで炒めると焦げ付きが少なくてできます。

- 材料(2人分)

ごはん …… 400g
焼き豚(1cmの角切り) …… 50g
生しいたけ(1cmの角切り) …… 2枚
ねぎ(あらみじん切り) …… ½ 本
グリーンピース(缶詰) …… 大さじ 1
むきえび …… 50g
酒 …… 小さじ ½
卵 …… 1個
塩 …… 少々
サラダ油 …… 適量
ラード …… 大さじ 2
A { 塩 …… 小さじ ⅓
こしょう …… 少々
しょうゆ …… 大さじ ⅓
- 作りかた

①えびは背わたを取り酒をふる。卵は割りほぐして塩を混ぜる。
②フライパンをIHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れて「**中火**」～「**強火**」にする。
③フライパンが加熱されたらず、卵を入れて手早くかき混ぜながらふんわりとしたいり卵を作り、取り出す。
④フライパンにラード大さじ1を入れ、「**中火**」～「**強火**」で熱し、えびをさっと炒めて取り出し、残りのラードを入れて、ねぎ、生しいたけ、焼き豚の順に炒めて取り出す。
⑤フライパンにサラダ油を入れて「**中火**」で熱し、ごはんをほぐしながら炒め、③・④を加えてさらに炒め、最後に **A** で味を整えグリーンピースを散らす。

炒める	メニュー	予熱	火力調節の目安
メニュー例	焼きそば 野菜炒め	「 中火 」～「 強火 」	「 中火 」～「 強火 」…様子を見ながら炒める
	ホワイトソース	「 弱火 」	「 弱火 」…バターを溶かし、小麦粉を炒める 牛乳を少しずつ入れよく混ぜる

IHヒーターでの調理例

お好みの火力で調理

ビーフステーキ

■材料(2人分)
牛肉(ステーキ用)(1枚約180g)..... 2枚
塩・こしょう..... 各適量
サラダ油..... 適量
にんにくのスライス..... 1かけ

- 作りかた
- ①牛肉は筋を切り、軽く塩、こしょうを両面にふる。
- ②フライパンをIHヒーターの中央に置き、サラダ油とにんにくを入れて、「中火」～「強火」にする。
- ③にんにくが色付いてきたら取り出し、牛肉を並べて焼き上げる。
(ミディアムの場合、片面約30秒～1分程度)



☆焼き時間は目安です。肉の種類や厚みによっても違うので、お好みに応じて焼き時間を調節してください。
☆お好みによりブランデーやシェリー酒・赤ワインなど大さじ1をふりかけ、アルコールをとばしてから盛りつけると、一味違ったステーキが味わえます。



- 作りかた
- ①ボウルに卵を割りほぐし、**A**を入れて混ぜ合わせる。
- ②フライパンをIHヒーターの中央に置き、多めのサラダ油を入れ、「中火」で軽く熱する。
- ③一度油をきり、バターを入れ、「中火」～「強火」にして溶かし、全体に広げ、卵を一気に流し込み、円を描くように全体を大きく混ぜる。
- ④半熟状態になって、フライパンの底にくっつかなくなれば、フライパンの手前を持ち上げて傾け、卵を手前にたたみ込み、木の葉形に整える。

オムレツ

■材料(1人分)
卵..... 2個
A〔牛乳..... 大さじ1
塩・こしょう..... 各少々
サラダ油..... 適量
バター..... 大さじ1

うす焼きたまごやクレープなどを作るときは

☆フライパンは最初から「弱火」～「中火」で熱してください。

☆サラダ油を多めに入れてフライパン全体になじませて、余分な油をふきとってください。

☆卵液を入れるタイミングは卵液を箸の先につけてフライパンに落として、ジュッと固まるようになるくらいが目安です。

☆フライパンは厚手のもので、表面にフッ素加工してあるものが使いやすいです。

焼 <	メニュー	予 熱	火力調節の目安
メニュー例	ハンバーグ	「中火」	「中火」…片面に焼き色を付ける 「弱火」…裏返してふたをし、中まで火を通す
	焼きぎょうざ	「中火」	「中火」…皮に焼き色を付ける 「中火」…水を入れてふたをし、蒸し焼きにする
	目玉焼き	「弱火」～「中火」	「弱火」～「中火」…途中、水を入れてふたをし、様子を見ながら焼く
	焼きもち(フライパンで焼く)	「弱火」～「中火」	「弱火」～「中火」…様子を見ながら焼く

IHヒーターでの調理例

適温調理 「揚げ物」

天ぷら

■材料(4人分)
えび..... 4尾
なす..... 2本
しそ..... 4枚
生しいたけ..... 4枚
みつば..... 適量
薄力粉..... 適量
卵..... 1個
冷水..... 適量
揚げ油..... 800g(880mL)



- 作りかた
- ①えびは、尾と一節を残して殻をむき、背わたを取る。えびの腹側と背側に3～4箇所切り目を入れる。なすはがくを取り縦半分に切り、がくから1cmほど残し、切り込みを入れる。
- ②しいたけは石づきを取り、飾り包丁を入れる。
- ③卵+冷水は薄力粉と同量にし、さっくりと混ぜる。
- ④天ぷら鍋に油を入れ、IHヒーターの中央に置き、「メニュー」ボタンを押し、「揚げ物」設定温度「180」を選び、「スタート」ボタンを押す。
- ⑤表示部の「適温」ランプが点灯したら①②のえびや野菜に、③を付けて揚げる。

●設定油温は目安です。調理の状況に合わせて設定油温を調節してください。

●衣はだまが残るくらいにさっくりと切るように混ぜ、粘りを出さないようにします。また小麦粉(薄力粉)の代わりに、市販の天ぷら粉を使うと手軽にできます。油の表面積の1/2を目安に食材を入れると、油の温度が下がらずカラッと揚げられます。



串揚げ

■材料(8本分)
アスパラガス(8等分に切る)..... 2本
ミニトマト..... 8個
ブロックベーコン(2cm角)..... 8個
うずらの卵(ゆでたもの)..... 8個
揚げ油..... 800g(880mL)
A〔薄力粉..... 75g
牛乳..... 100mL
A 合わせておく
B〔パン粉..... 50g
乾燥パセリ..... 小さじ1
B 合わせておく

- 作りかた
- ①アスパラガス、トマト、ベーコン、うずらの卵を竹串に刺す。
- ②①に**A**をからめ、**B**をまぶす。
- ③天ぷら鍋に油を入れ、IHヒーターの中央に置き、「メニュー」ボタンを押し、「揚げ物」設定温度「190」を選び、「スタート」ボタンを押す。
- ④表示部の「適温」ランプが点灯したら②を4本鍋に入れて揚げる。残り4本を同様に揚げる。



オニオンリング

■材料(1回分)
玉ねぎ..... 100g
A〔薄力粉..... 40g
ベーキングパウダー..... 小さじ2
顆粒コンソメ..... 2g
水..... 50mL
揚げ油..... 800g(880mL)
トマトケチャップ..... 適量

- 作りかた
- ①玉ねぎを1cm幅の輪切りにして、ばらばらにしておく。
- ②ボウルに**A**を入れ混ぜ、①にからませる。
- ③天ぷら鍋に油を入れ、IHヒーターの中央に置き、「メニュー」ボタンを押し、「揚げ物」設定温度「180」を選び、「スタート」ボタンを押す。
- ④表示部の「適温」ランプが点灯したら②の半量を1個ずつ鍋に入れて揚げる。残り半量を同様に揚げる。
- ⑤お好みでトマトケチャップを添える。

IHヒーターでの調理例

適温調理「揚げ物」



えびフライ

- 材料(12本分)
- えび(ブラックタイガー 1尾約20g) …… 12尾
塩・こしょう …… 各適量
薄力粉 …… 大さじ2
卵(溶きほぐす) …… 1個
パン粉 …… 60g
揚げ油 …… 800g(880mL)

- 作りかた
- ①えびは尾と一節を残して殻をむき、背わたを取る。えびの腹側と背側に3～4箇所切り目を入れ、塩、こしょうをふる。
- ②①に薄力粉、溶き卵、パン粉を順につける。
- ③天ぷら鍋に油を入れ、IHヒーターの中央に置き、「メニュー」ボタンを押し、「揚げ物」設定温度「180」を選び、「スタート」ボタンを押す。
- ④表示部の「適温」ランプが点灯したら②を6尾ずつ鍋に入れて色よく揚げる。残り6尾を同様に揚げる。



カキフライ

- 材料(12本分)
- かき(むき身) …… 12個
塩・こしょう …… 各適量
薄力粉 …… 大さじ2
卵(溶きほぐす) …… 1個
パン粉 …… 60g
揚げ油 …… 800g(880mL)

- 作りかた
- ①かきは薄い塩水でサッと洗って水気をさり、塩、こしょうをふる。
- ②①に薄力粉、溶き卵、パン粉を順につける。
- ③天ぷら鍋に油を入れ、IHヒーターの中央に置き、「メニュー」ボタンを押し、「揚げ物」設定温度「180」を選び、「スタート」ボタンを押す。
- ④表示部の「適温」ランプが点灯したら②を6個鍋に入れて色よく揚げる。残り6個を同様に揚げる。

コロッケ

- 材料(8個分)
- じゃがいも(一口大に切る) …… 300g
サラダ油 …… 小さじ1
玉ねぎ(みじん切り) …… 200g
合びき肉 …… 60g
塩 …… 小さじ3/4
こしょう …… 適量
薄力粉 …… 大さじ2
卵(溶きほぐす) …… 1個
パン粉 …… 50g
揚げ油 …… 800g(880mL)



- 作りかた
- ①じゃがいもはゆでて、やわらかくなったら湯をきり、もう一度中火にかけて水気を飛ばし、ポウルに入れて熱いうちにつぶしておく。
- ②フライパンにサラダ油を入れ中火にかけ、玉ねぎを透き通るまで炒める。合びき肉を加え、色が変わるまでよく炒め、塩、こしょうをふる。
- ③②を①に入れよく混ぜて8等分し、小判型にして冷ましておく。
- ④③に薄力粉、溶き卵、パン粉を順につける。
- ⑤天ぷら鍋に油を入れ、IHヒーターの中央に置き、「メニュー」ボタンを押し、「揚げ物」設定温度「180」を選び、「スタート」ボタンを押す。
- ⑥表示部の「適温」ランプが点灯したら④を4個鍋に入れて色よく揚げる。残り4個を同様に揚げる。



とんかつ

- 材料(4人分)
- 豚ロース肉(1枚約100g) …… 4枚
塩・こしょう …… 各適量
薄力粉 …… 大さじ4
卵(溶きほぐす) …… 1個
パン粉 …… 60g
揚げ油 …… 800g(880mL)

- 作りかた
- ①豚肉は筋切りして、塩、こしょうをふる。
- ②①に薄力粉、溶き卵、パン粉を順につける。
- ③天ぷら鍋に油を入れ、IHヒーターの中央に置き、「メニュー」ボタンを押し、「揚げ物」設定温度「170」を選び、「スタート」ボタンを押す。
- ④表示部の「適温」ランプが点灯したら②の2枚を鍋に入れて色よく揚げる。残り2枚を同様に揚げる。



フライドポテト

- 材料(1回分)
- じゃがいも(1cm角のスティック状に切る) …… 250g
揚げ油 …… 800g(880mL)
塩 …… 適量
お好みのシーズニング(市販のパウダー) …… 適量

- 作りかた
- ①じゃがいもを水にさらし、あく抜きをする。
- ②天ぷら鍋に油を入れ、IHヒーターの中央に置き、「メニュー」ボタンを押し、「揚げ物」設定温度「170」を選び、「スタート」ボタンを押す。
- ③表示部の「適温」ランプが点灯したら、①の水気をきって、鍋に入れて揚げる。
- ④お好みで塩またはシーズニングをまぶす。



フライドチキン

- 材料(10本分)
- 鶏手羽元(1本約50g) …… 10本
- A 水 …… 100mL
塩 …… 10g
- B 牛乳 …… 70mL
溶き卵 …… 25g
コンスターチ …… 大さじ1
- B 合わせて混ぜておく
薄力粉 …… 70g
香辛料
(パプリカ(粉末)、ガーリック(粉末)、
ジンジャー(粉末)などお好みで) …… 6g
黒こしょう …… 小さじ1
乾燥パセリ …… 小さじ1
- C 合わせて混ぜておく
揚げ油 …… 800g(880mL)

- 作りかた
- ①Aに鶏肉を約30分つけ込む。
- ②①の水気をふき取り、Bをからませ、Cをまぶしておく。
- ③天ぷら鍋に油を入れ、IHヒーターの中央に置き、「メニュー」ボタンを押し、「揚げ物」設定温度「160」を選び、「スタート」ボタンを押す。
- ④表示部の「適温」ランプが点灯したら②を5本鍋に入れ、途中で裏返しながら揚げる。(約10分)
残り5本を同様に揚げる。

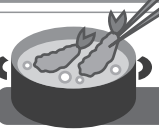


鶏のから揚げ

- 材料(4人分)
- 鶏もも肉(1枚約250g) …… 2枚
- A しょうが汁 …… 小さじ1
塩 …… 小さじ1
しょうゆ・酒 …… 各大さじ1
- 片栗粉 …… 大さじ3～4
揚げ油 …… 800g(880mL)

- 作りかた
- ①鶏肉は1枚を6等分してAにつけ込み、15～30分置く。
- ②①の汁気をきってから、片栗粉を全体にまぶす。
- ③天ぷら鍋に油を入れ、IHヒーターの中央に置き、「メニュー」ボタンを押し、「揚げ物」設定温度「170」を選び、「スタート」ボタンを押す。
- ④表示部の「適温」ランプが点灯したら②を1枚分(6個)鍋に入れて揚げる。(約6分)残り1枚分(6個)を同様に揚げる。

- 調理のこつ
- 2～3回に分けて揚げるとカラッと仕上がります。
 - 全体がきつね色に変わり、浮いてきたらでき上がりです。



揚げ物のこつ

油の飛び散りを少なくするために

1. 材料は必ず水気をふき取る

●特にしいたけやピーマンなどは、水気が残っていると破裂することがあります。

2. いかやゆで卵などは揚げすぎない

●長時間揚げると破裂することがあります。特に、けんさきいか・すみめいかなどは注意してください。

●鍋の中に揚げ忘れがないか、常に確認をしてください。

3. 衣や生地作りに注意

●天ぷらの衣は固すぎないように。

●水分の多い材料には、必ず薄力粉をまぶしてから衣をつけてください。

●ドーナツなどの生地には、ベーキングパウダーや砂糖を入れて揚げてください。

●冷凍食品を揚げる場合は、食品についた氷をよく落としてから入れてください。油が飛び跳ねたり、吹きこぼれたりする場合があります。

特に下ごしらえの必要な材料

●えび…尾の先を切って水分を出す。

●いか…皮をむき水気をふき取り、切れ目を入れる。

グリルでの調理例

調理メニュー「丸焼き」



さんまの塩焼き

■材料(1～4尾分)
〈加熱時間の目安:約25分〉
さんま(1尾約150g) …………… 1～4尾
塩 …………… 適量

■作りかた

- ①さんまは、サツと洗って水気をふき取り、全体に塩をふり、そのまま約10分置き、水気をふき取る。
- ②ラク旨グリルにのせ、「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「丸焼き」、火力「中」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。



たいの塩焼き

■材料(1尾分)
〈加熱時間の目安:約25分〉
たい(1尾約400g) …………… 1尾
塩 …………… 適量

■作りかた

- ①たいのうろこ、えら、はらわたを取って水洗いし、水気をふき取り、厚みのある部分に切り目を入れ、全体に塩をふり、そのまま約10分置き、水気をふき取る。
- ②ラク旨グリルにのせ、「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「丸焼き」、火力「中」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。



あじの塩焼き

■材料(1～4尾分)
〈加熱時間の目安:約25分〉
あじ(1尾約130～180g) …………… 1～4尾
塩 …………… 適量

■作りかた

- ①あじのえら、はらわた、ゼイゴを取って水洗いし、厚みのある部分に切り目を入れ、全体に塩をふり、そのまま約10分置き、水気をふき取る。
- ②ラク旨グリルにのせ、「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「丸焼き」、火力「中」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。



塩さんま

■材料(1～4尾分)
〈加熱時間の目安:約23分〉
塩さんま(1尾約150g) …………… 1～4尾

■作りかた

- ①ラク旨グリルにのせ、「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「丸焼き」、火力「弱」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。



いさきの塩焼き

■材料(1～2尾分)
〈加熱時間の目安:約25分〉
いさき(1尾約230g) …………… 1～2尾
塩 …………… 適量

■作りかた

- ①いさきのうろこ、えら、はらわたを取って水洗いし、水気をふき取り、厚みのある部分に切り目を入れ、全体に塩をふり、そのまま約10分置き、水気をふき取る。
- ②ラク旨グリルにのせ、「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「丸焼き」、火力「中」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。



- 1尾約130g以下のさんまやはらわたを取ったさんま(生)は、調理メニュー「丸焼き」、火力設定「弱」で焼いてください。
- 魚を調理する場合は、尾などの薄い部分が焦げやすいので、ラク旨グリルの手前側に尾をよせてください。
- 魚を1～3尾焼く場合は、ヒーター形状によりのせる位置で焼き色が付きにくい場合がありますので魚を中央に斜めにのせてください。
- 焦げ目のつき具合は魚の種類や大きさ、同じ大きさでも脂ののり具合、魚の温度、塩のふり加減によって異なります。(塩のふる量が多いと焦げ目が強くなります)お好みにより火力を調節して調理してください。
- 切り身の皮までしっかり焼きたい場合は、追加焼きで様子を見ながら焼いてください。

グリルでの調理例

調理メニュー「切身・干物」



さんまの開き

■材料(1～2枚分)
〈加熱時間の目安:約18分〉
さんまの開き(1枚約110g) …… 1～2枚

■作りかた

- ①ラク旨グリルにのせ、「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「切身・干物」、火力「中」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。



あじの開き

■材料(1～2枚分)
〈加熱時間の目安:約18分〉
あじの開き(1枚約100g) …………… 1～2枚

■作りかた

- ①ラク旨グリルにのせ、「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「切身・干物」、火力「中」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。



塩ざけ

■材料(1～4切れ分)
〈加熱時間の目安:約18分〉
塩ざけ(1切れ約80g) …………… 1～4切れ

■作りかた

- ①ラク旨グリルにのせ、「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「切身・干物」、火力「中」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。



はたはた

■材料(2～5尾分)
〈加熱時間の目安:約17分〉
はたはた(1尾約35g～50g) …… 2～5尾

■作りかた

- ①ラク旨グリルにのせ、「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「切身・干物」、火力「弱」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。



塩さば

■材料(1～4切れ分)
〈加熱時間の目安:約18分〉
塩さば(1切れ約80～100g) …… 1～4切れ

■作りかた

- ①厚みのある部分に切り目を入れ、ラク旨グリルにのせ、「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「切身・干物」、火力「中」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。



ししゃも

■材料(5～10尾分)
〈加熱時間の目安:約17分〉
ししゃも(1尾約20g) …………… 5～10尾

■作りかた

- ①ラク旨グリルにのせ、「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「切身・干物」、火力「弱」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。

グリルでの調理例

調理メニュー「つけ焼き」



さわらの西京漬け

■材料(1～4切れ分)
 〈加熱時間の目安:約20分〉
 さわらの西京漬け(1切れ約80g)
 1～4切れ

■作りかた
 ①みそ、酒粕をふき取り、ラク旨グリルにのせ、「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「つけ焼き」、火力「中」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。



ぶりのつけ焼き

■材料(1～4切れ分)
 〈加熱時間の目安:約20分〉
 ぶり(1切れ約100g) 1～4切れ
 A [しょうゆ 大さじ4
 みりん 大さじ4
 (つけだれは4切れ分)

■作りかた
 ①ぶりは合わせたAに約30分つけておく。
 ②汁気をきってからラク旨グリルにのせ、「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「つけ焼き」、火力「中」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。



焼きとり(たれ)

■材料(8本分)
 〈加熱時間の目安:約20分〉
 焼きとり(市販品または手作りで1本約50g)
 8本
 A [しょうゆ 100mL
 みりん 50mL
 砂糖 大さじ2～3
 サラダ油 大さじ1

■作りかた
 ①焼きとりは合わせたAに約30分～1時間つけておく。
 ②汁気をきってからラク旨グリルにのせ、「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「つけ焼き」、火力「中」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。

グリルでの調理例

調理メニュー「肉・野菜」



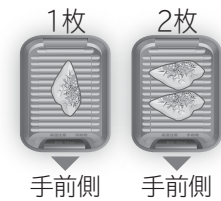
鶏のハーブ焼き

■材料(2枚分)
 〈加熱時間の目安:約24分〉
 鶏もも肉(皮付き)(1枚約250g) 2枚
 A [塩・こしょう 各適量
 ハーブ(生または乾燥品)
 (タイム・ローズマリー・マジョラムなど)
 各少々

■作りかた
 ①鶏肉の皮にフォークなどで穴を開け、厚みのあるところには切り目を入れAをまぶす。
 ②皮側を上にしてラク旨グリルにのせ、「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「肉・野菜」、火力「強」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。



●鶏肉の皮にフォークなどで穴を開け、厚みのある部分や筋には切り目を入れてください。そのまま焼くと、鶏肉が反って焦げやすくなる場合や、厚みのある部分が焦げたり、中まで火が通りにくく、焼き不足になる場合があります。(鶏肉の厚さは、目安として2cm以下にしてください)
 ●調理するときの鶏肉ののせかたは、右図のように皮側を上にしてラク旨グリルの中央部にのせてください。2枚の場合は、右図のように前後に並べてのせてください。



焼きとり(塩)

■材料(8本分)
 〈加熱時間の目安:約22分〉
 焼きとり(市販品または手作りで1本約50g)
 8本
 塩 適量

■作りかた
 ①焼きとりに塩をふり、ラク旨グリルにのせ、「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「肉・野菜」、火力「中」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。



鶏手羽先のつけ焼き

■材料(8本分)
 〈加熱時間の目安:約22分〉
 鶏手羽先(1本約60g) 8本
 A [しょうゆ 大さじ2
 酒 大さじ1弱
 みりん 小さじ1

■作りかた
 ①鶏手羽先は合わせたAに約10～15分つけておく。
 ②汁気を切ってから皮側を上にしてラク旨グリルにのせ、「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「肉・野菜」、火力「中」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。



鶏手羽中の塩焼き

■材料(8本分)
 〈加熱時間の目安:約22分〉
 鶏手羽中(1本約40g) 8本
 塩・こしょう 各適量

■作りかた
 ①鶏手羽中に塩、こしょうをふり、皮側を上にしてラク旨グリルにのせ、「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「肉・野菜」、火力「中」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。

グリルでの調理例



牛肉串焼き

■材料(長さ15cmの竹串8本分)〈加熱時間の目安:約22分〉
牛ロース肉(約3cmの角切り) 200g
にんじん(一口大に切る) 50g
玉ねぎ(くし形切り) 100g
ピーマン(一口大に切る) 2個
パプリカ(赤、黄)(一口大に切る) 各¼個
なす(輪切りにして塩水につける) 1個
生しいたけ(半分に切る) 4枚
塩・こしょう 各適量

■作りかた
①牛肉に軽く塩、こしょうをふる。にんじんは下ゆでする。
②材料を竹串に刺し、全体に塩、こしょうをふる。
③ラク旨グリルにのせ、「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「肉・野菜」、火力「中」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。



焼き野菜

■材料(1回分)〈加熱時間の目安:約22分〉
なす・玉ねぎ・パプリカ・しいたけ・生しいたけ・中玉トマトなど
合わせて 約500g
オリーブ油 約30g
塩・こしょう 各適量

■作りかた
①なすは縦半分に切り、網目の切り込みを入れる。玉ねぎは1cmの輪切りにする。パプリカは縦¼に切る。しいたけは長さ5cmに切り、縦¼に切る。生しいたけは石づきを取る。
②野菜に塩、こしょう、オリーブ油をふってラク旨グリルにのせる。
③「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「肉・野菜」、火力「中」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。

調理メニュー「肉・野菜」



ハンバーグ

■材料(4個分)〈加熱時間の目安:約22分〉
バター 15g
玉ねぎ(みじん切り) 200g
合びき肉 300g
パン粉 40g
A 卵 1個
塩 小さじ½
こしょう・ナツメグ 各少々

■作りかた
①フライパンをIHヒーターの中央に置き、「弱火」〜「中火」で加熱し、バターを溶かして玉ねぎが透き通るまで炒める。
②①の粗熱を取り、Aに加えてよく混ぜ、4等分する。
③手にサラダ油(分量外)をつけ、②を片手に数回たたきつけ空気を抜き、厚さ1.5〜2cmの小判型にして中央をくぼませる。
④③をラク旨グリルに並べてのせ、「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「肉・野菜」、火力「中」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。
⑤器に盛りつけ、お好みのソースをかける。

3種のソースの作りかた

<ソース>
トマトケチャップ、ウスターソース・各適量
[作りかた]
① トマトケチャップとウスターソースを合わせてかき混ぜる。
<和風おろしポン酢>
青じそ・4枚 ポン酢しょうゆ・適量
大根おろし・適量
[作りかた]
① ハンバーグの上に青じそ、大根おろしをのせ、ポン酢しょうゆをかける。
<きのこソース>
しめじ(小房にわけず)・150g
えのきだけ(根元を切って半分の長さに切る)・150g
B だし汁・200mL しょうゆ・みりん・各大さじ1½ 酒・大さじ1 しょうが汁・小さじ1
C 片栗粉・小さじ2 水・小さじ2 Cを合わせておく
Bを合わせておく

[作りかた]
① 鍋をIHヒーターの中央に置き、しめじ、えのきだけとBを入れ、「弱火」〜「中火」で加熱し、きのこ類に火が通ったら、Cの水溶き片栗粉を加え、よくかき混ぜてとろみをつける。

グリルでの調理例



れんこんハンバーグ

■材料(4個分)
〈加熱時間の目安:約22分〉
A れんこん(粗みじん切り) 60g
にんじん(粗みじん切り) 60g
針しょうが 適量
B 合びき肉 300g
パン粉 20g
牛乳 大さじ3
しょうが汁 小さじ2
卵 1個
塩 小さじ½弱

■作りかた
①Aを固めに茹でて冷ましておく。
②ボウルに①とBを入れて、よく混ぜ、4等分する。
③手にサラダ油(分量外)をつけ、②を片手に数回たたきつけ空気を抜き、厚さ1.5〜2cmの小判型にして中央をくぼませる。
④③をラク旨グリルに並べてのせ、「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「肉・野菜」、火力「中」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。
⑤器に盛りつけ、たれをかけて、針しょうがを飾る。



■作りかた
①フライパンをIHヒーターの中央に置き、油を入れ「弱火」〜「中火」で加熱し、Aを炒め和風だしを入れ冷ましておく。
②ボウルに①とBを入れて、よく混ぜ4等分する。
③手にサラダ油(分量外)をつけ、②を片手に数回たたきつけ空気を抜き、中にナチュラルチーズを入れて、厚さ1.5〜2cmの小判型にして中央をくぼませる。
④③をラク旨グリルに並べてのせ、「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「肉・野菜」、火力「中」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。

たれの作りかた
だし汁・200mL
しょうゆ・小さじ2
C みりん・大さじ1
塩・少々
しょうが汁・小さじ½
D 片栗粉・小さじ2
水・小さじ2
Dを合わせておく
[作りかた]
① 鍋をIHヒーターの中央に置き、「弱火」〜「中火」で加熱し、Cを入れ沸騰したらDの水溶き片栗粉を加え、よくかき混ぜてとろみをつける。

チーズ入り
チキンハンバーグ

■材料(4個分)
〈加熱時間の目安:約22分〉
サラダ油 大さじ1
A 玉ねぎ(みじん切り) 100g
えのきだけ(みじん切り) 80g
和風だし(顆粒) 小さじ1
ナチュラルチーズ(1個10g) 40g
B 鶏ひき肉 300g
パン粉 40g
卵 1個
塩 小さじ½弱
こしょう 少々

料理集

グリルでの調理例

かき揚げ温め



コロッケ温め



天ぷら温め



アジフライ温め



から揚げ温め



調理メニュー「揚げ物温め」

とんかつ温め



フライドチキン温め



仕様

この製品は、日本国内家庭用です。電源電圧や電源周波数の異なる海外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。

型 式		HT-33AG	HT-32AG
電 源		単相200V（50－60Hz共用）	
総 消 費 電 力		5.8kW（4.8kWに切り替え可能）	4.0kW
消 費 電 力	右 I H ヒ ー タ ー	3.0kW（100W相当～3.0kW 10段階火力調節）※	
	左 I H ヒ ー タ ー	3.0kW（100W相当～3.0kW 10段階火力調節）※	
	グ リ ル	1.25kW	
コ ー ド の 長 さ		3.5mm ² 3芯キャブタイヤケーブル 0.63m	2.0mm ² 3芯キャブタイヤケーブル 0.63m
電 源 プ ラ グ		250V－30A（接地極つき）	250V－20A（接地極つき）
大 き さ	本 体	幅591 奥行504 高さ180〔mm〕	
	グ リ ル	幅272 奥行369 高さ111〔mm〕（有効高さ55〔mm〕）	
質 量 （ 重 さ ）		約18.5kg	

※ 消費電力は、鉄ホーロー鍋を使った場合です。

【総消費電力の切り替えについて】

HT-33AGは、工場出荷時総消費電力が5.8kWに設定されておりますが、アンペアブレーカーの容量不足（60A未満）の場合など、ご使用環境に合わせて4.8kWに切り替えることもできます。アンペアブレーカーの容量が60A未満の場合は、総消費電力を4.8kWに切り替えることをおすすめします。詳細は、設置説明書→**（P.3）** または、お買い上げの販売店へお問い合わせください。

〈約〇〇分は加熱時間の目安〉

弱（約10分）	中（約12分）	強（約14分）
かき揚げ（1個約100g） ・ 2個	とんかつ（1個約150g） ・ 2個 コロッケ（1個約70g） ・ 4個 天ぷら（1個約70g） ・ 4個 アジフライ（1枚約100g） ・ 3枚 から揚げ（1個約50g） ・ 6個	フライドチキン（骨付き） （1個約100g）・ 4個

■作りかた

- ❶ 冷めた揚げ物（約100～400g）をラク旨グリルにのせ、ラク旨グリル手前側の水受に水約10mLを入れ、「メニュー」ボタンを押し、調理メニューの「揚げ物温め」、火力調節は左記表から選び、「スタート」ボタンを押し、加熱する。
※揚げ物温めは、調理済みの冷めた揚げ物を温める機能です。冷凍した食品は調理できません。

保証とアフターサービス

必ずお読みください

保証書（裏表紙）

保証書は必ず「お買い上げ日・販売店名」などの記入をお確かめのうえ、販売店から受け取っていただき、内容をよくお読みのあと、大切に保管してください。

保証期間：お買い上げの日から1年です。

補修用性能部品の保有期間

当社はこのIHクッキングヒーターの補修用性能部品を、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、その商品の機能を維持するために必要な部品です。

部品について

修理の際、弊社の品質基準に適合した再利用部品を使用することがあります。また、部品共用化のため色などを変更する場合があります。

修理のために取り外した部品は、特段のお申し出がない場合、弊社にて引き取らせていただきます。

ご不明な点や修理に関するご相談は

修理に関するご相談並びにご不明な点は、お買い上げの販売店または「ご相談窓口」にお問い合わせください。

ご転居されるときは

ご転居によりお買い上げの販売店のアフターサービスが受けられない場合は、前もって販売店にご相談ください。

修理を依頼されるときは

「お困りのときは」→(P.34～37)に従って調べていただき、なお異常のあるときはご使用を中止し、専用ブレーカーを切り、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。

保証期間中は

修理に際しましては保証書をご提示ください。保証書の規定に従って、販売店が修理させていただきます。

保証期間が過ぎているときは

修理すれば使用できる場合は、ご希望により修理させていただきます。

ご連絡していただきたい内容

品名	日立 IHクッキングヒーター
型式	各部のなまえ→(P.4)をご確認ください
お買い上げ日	年 月 日
故障の状況	できるだけ具体的に
ご住所	付近の目印なども併せてお知らせください
お名前	
電話番号	
訪問ご希望日	

修理料金の仕組み

修理料金＝技術料＋部品代＋出張料などで構成されています。

技術料	診断、部品交換、調整、修理完了時の点検などの作業にかかる費用です。技術者の人件費、技術教育費、測定機器などの設備費、一般管理費などが含まれます。
部品代	修理に使用した部品代金です。その他修理に付帯する部材等を含む場合もあります。
出張料	製品のある場所へ技術者を派遣する場合の費用です。別途駐車料金をいただく場合があります。

愛情点検



★長年ご使用のIHクッキングヒーターの点検を！

ご使用の際、このようなことはありませんか

- 電源スイッチを入れてもヒーターが作動しないときがある。
- 焦げ臭いにおいがしたり、運転中に異常な音がある。
- トッププレートにひび割れがある。
- 電源プラグや電源コードが異常に熱くなる。
- 電源コードに傷がついたり、動かすと通電したりしなかったりする。
- ビリビリと電気を感じる。
- その他の異常や故障がある。

●IHクッキングヒーターの補修用性能部品の保有期間は、製造打ち切り後8年です。

ご使用中止

故障や事故防止のため、専用ブレーカーを切り、お買い上げの販売店にご連絡ください。点検・修理についての費用など詳しいことは、販売店にご相談ください。

日立グローバルライフソリューションズ株式会社

〒105-8410 東京都港区西新橋 2-15-12

「ご相談窓口」

(家庭電気製品の表示に関する公正競争規約による表示)

この製品の使い方・お手入れ・修理などは、お買い上げの販売店へご相談ください

なお、転居されたり、贈物品で販売店がご不明な場合は下記窓口にご相談ください。
※下記窓口の内容は、予告なく変更させていただく場合があります。最新情報は、日立家電品サポートページをご確認ください。
<https://kadenfan.hitachi.co.jp/support/>

ホームページに「よくある質問」について記載しておりますので、ご活用ください。

https://kadenfan.hitachi.co.jp/support/ih/q_a/index.html

商品情報やお取り扱いに関するご相談窓口	修理のご依頼や修理に関するご相談窓口
TEL 0120-3121-11 携帯電話 050-3155-1111 (有料) FAX 050-3135-2134 (有料) (受付時間) 9:00～17:30 (月～土) ※日曜・祝日、年末年始は休業	TEL 0120-3121-68 携帯電話 0570-0031-68 (有料) FAX 0570-2006-57 (有料) (受付時間) 9:00～18:00 (月～土)、9:00～17:00 (日・祝日)

《発信者番号通知のお願い》「非通知」設定をされているお客様は、はじめに「186」をダイヤルしておかけください。

●出張修理のご用命は、24時間修理のご依頼ができる「Web修理受付」から申し込みいただけます。

<https://kadenfan.hitachi.co.jp/support/inquiry/repair/web.html>
(注)対象製品をご確認のうえお申込みください。

●ご相談、ご依頼いただいた内容によっては弊社のグループ会社に個人情報を提供し対応させていただくことがあります。
●修理をご依頼いただいたお客様へ、アフターサービスに関するアンケートハガキを送付させていただくことがあります。

部品の購入は	部品のご購入は、商品お買い上げの販売店、お近くの日立の家電品取扱店(お取り寄せ)または右記の「パーツショップ」へご相談ください。 https://store.kadenfan.hitachi.co.jp/store/pages/parts.aspx	日立家電消耗品・部品直販「パーツショップ」 検索	
--------	---	-----------------------------	--

日立家電メンバーズクラブのご案内

※マイページ(日立の家電品お客様サポート)は日立家電メンバーズクラブに名称を変更しました。

日立家電メンバーズクラブのMy家電に製品をご登録(無料)いただくとスマートフォンやパソコンでお持ちの家電品を一覧管理でき、サポート情報や会員限定の特典などをご利用いただけます。

■My家電への製品登録

①コードを読み取る



ご登録はこちら

②画面の案内に従って家電品を登録 ※1



※1家電品の登録には製品型式や製造番号が必要です。製品本体の型式と製造番号→(P.4)を確認してください。

●コードが読み取れない場合は、URLを入力して表示される画面の案内に従ってください。
<https://kadenfan.hitachi.co.jp/my/>

■日立家電メンバーズクラブ会員限定のアフターサービス特典のご紹介

※特典内容は予告なく変更する場合があります。

Webにてご依頼いただくと安全点検サービス割引

ご使用の家電品を長くご利用いただくために安全点検の標準技術料が10%引きになります。
※本サービスには、不具合の改善や修理作業などは含まれておりません。
※一部対象外製品がございます。

パーツショップ送料特典

付属品や別売品をパーツショップ(日立の家電消耗品・部品直販インターネット販売)で商品価格総額2,000円(税込)以上お買い上げいただくと送料が無料になります。
※代引きの場合は、代引き手数料が別途かかります。

●ご利用の際は、通信費などの費用がかかります。
詳しくは、日立家電メンバーズクラブのホームページをご覧ください。

廃棄について

●製品の廃棄については、お住まいの自治体にお問い合わせください。

仕様／保証とアフターサービス／ご相談窓口

仕様・その他

日立IHクッキングヒーター保証書 出張修理

保証期間内に取扱説明書、本体ラベル等の注意書きに従って正常な使用状態で使用していて故障した場合には、本書記載内容に基づきお買い上げの販売店が無料修理いたします。お買い上げの日から下記の期間内に故障した場合は、お買い上げの販売店に出張修理をご依頼の上、本書をご提示ください。

※ 型式			※ お 買 い 上 げ 日	保 証 期 間
			年 月 日	本体：1年
※ お客様	ご 住 所 お 名 前	〒	様 電話	
※ 販売店	住 所 名 店		電話	

※印欄に記入のない場合は無効となりますから必ずご確認ください。

記入のない場合、レシートまたはご購入を証明するものが代用となりますので、本保証書と一っしょに大切に保管してください。

1. 保証期間内でも次のような場合には有料修理となります。

- (イ) 使用上の誤り、または改造や不当な修理による故障及び損傷。
- (ロ) お買い上げ後の取り付け場所の移動、落下、輸送等による故障及び損傷。
- (ハ) 火災、地震、風水害、落雷、その他天変地変、塩害、公害、ガス害(硫化ガスなど)や異常電圧、指定外の使用電源(電圧、周波数)による故障及び損傷。
- (ニ) 一般家庭用以外《例えば業務用等への長時間使用及び車両(車載用を除く)、船舶への搭載》に使用された場合の故障及び損傷。
- (ホ) 適切な使用、維持管理を行わなかったことによる当該品の不具合。
- (ヘ) 建築躯体の変形等、商品以外の不具合に起因する当該品の不具合。
- (ト) 塗装の色あせ等の経年変化、または使用に伴う摩擦等により生じる外観上の不具合。
- (チ) 昆虫類や小動物等の侵入が起因する故障及び損傷。
- (リ) 消耗品の取り替え及び保守等の費用。
- (ヌ) 本書のご提示がない場合。
- (ル) 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られた場合。

2. 離島または離島に準ずる遠隔地へのお出張修理を行なった場合には、出張に要する実費を申し受けます。

3. ご転居の場合は事前にお買い上げの販売店にご相談ください。

4. 贈答品等で本書に記入してあるお買い上げの販売店に修理をご依頼になれない場合には、取扱説明書→(P.55)に記載してある「ご相談窓口」にご相談ください。

5. 修理の際、弊社の品質基準に適合した再利用部品を使用することがあります。

また、部品共用化のため、色などを変更する場合があります。

6. 本書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保管してください。

7. 本書は日本国内においてのみ有効です。 This warranty is valid only in Japan.

●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。したが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)、及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ので、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「ご相談窓口」→(P.55)にお問い合わせください。

●お客様にご記入いただいた保証書の写しは、保証期間内のサービス活動及びその後の安全点検活動のために記載内容を利用して頂く場合がございますので、ご了承ください。

●保証期間経過後の修理、補修用性能部品の保有期間について詳しくは、「保証とアフターサービス」→(P.54)をご覧ください。

修理メモ



〒105-8410 東京都港区西新橋 2-15-12

お問い合わせ先：「修理に関するご相談窓口」 電話 0120-3121-68、携帯電話 0570-0031-68
詳しくは「ご相談窓口」→(P.55)をご覧ください。

