

日立 **IH** クッキングヒーター 家庭用  
**取扱説明書・料理集**

**C20Tシリーズ ダブルオールメタル対応(左右IH)**

型式 HT-C20TWFS	(シルバー)	トッププレート幅 75cm (レンジフードファン連動システム付)
型式 HT-C20TWS	(シルバー)	トッププレート幅 75cm
型式 HT-C20TFS	(シルバー)	トッププレート幅 60cm (レンジフードファン連動システム付)
型式 HT-C20TS	(シルバー)	トッププレート幅 60cm

**C10Tシリーズ オールメタル対応(右IH)**

型式 HT-C10TWFS	(シルバー)	トッププレート幅 75cm (レンジフードファン連動システム付)
型式 HT-C10TWS	(シルバー)	トッププレート幅 75cm
型式 HT-C10TFS	(シルバー)	トッププレート幅 60cm (レンジフードファン連動システム付)
型式 HT-C10TS	(シルバー)	トッププレート幅 60cm

**C9Tシリーズ 鉄・ステンレス対応 3口IH**

型式 HT-C9TWFS	(シルバー)	トッププレート幅 75cm (レンジフードファン連動システム付)
型式 HT-C9TWS	(シルバー)	トッププレート幅 75cm
型式 HT-C9TFS	(シルバー)	トッププレート幅 60cm (レンジフードファン連動システム付)
型式 HT-C9TS	(シルバー)	トッププレート幅 60cm

**保証書・設置説明書・カンタンご使用ガイド別添付**

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、保証書、設置説明書、カンタンご使用ガイドとともに大切に保存してください。

「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。



# ご使用になる前に

「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。

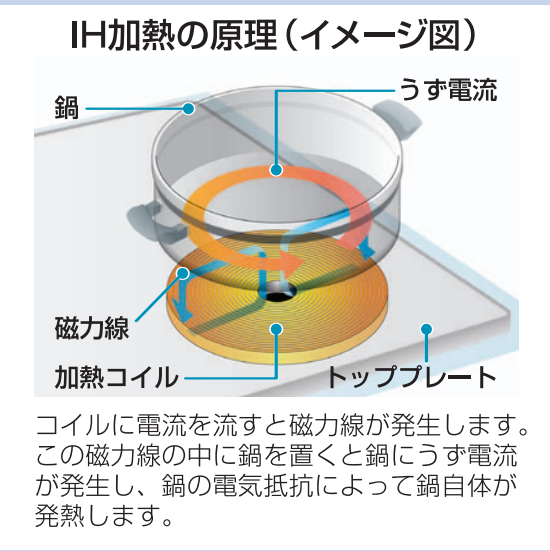
## 大火力オールメタル対応（C20Tシリーズ:左・右ヒーター） （C10Tシリーズ:右ヒーター）

- アルミ・銅鍋で2.6kW、鉄やステンレス鍋加熱で3.0kWの大火力だから、使いなれた金属鍋で思い通りにクッキング。

鍋の形状や重さによって火力が弱くなることがあります。 ➡P.12

鍋の加熱が早いので、お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.17

アルミ・銅鍋は鉄鍋に比べて、約20～30%火力が弱くなります。



## 光センサー

- 鍋底温度をダイレクトに見張る光センサーに、高感度サーモパイルを採用し、約150℃～約300℃の温度帯をすばやく検知。

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.38

## ワイド&ビッグオーブン

- さんま5尾を一度に焼き上げ。26cm（10インチ）のピザも丸ごと焼ける。
- おいしく焼けて手間いらず「水なし自動両面焼き」。
- 気になる煙・においをカット「脱煙・脱臭機能付」。

材料の温度、大きさ、置く位置によって、焦げ目がつきにくい場合があります。焼き色が薄いときは追加焼きをしてください。 ➡P.34

通電してしばらくの間、前回の調理でヒーターに付いた脂が加熱され、においや煙が出ることがあります。



## （適温サイン）の炒めもの・ステーキ

- 炒めものやステーキの決め手は、火力の調節とタイミング。鍋の予熱を検知して、材料を入れる最適なタイミングをお知らせ。

使える、使えないフライパンがあります。必ず ➡P.12 に記載のフライパンをご使用ください。

## 3口IHすべて上面操作

- IHの操作パネルを、3口すべて上面に配置。調理の具合を確認しながら、らかな姿勢で火力調節。

上面操作パネルに水が付いたりすると、表示部に [P] が表示されます。表示後、約10秒経過すると、安全のために通電を停止します。再度通電したい場合は、操作手順をもう一度繰り返してください。 ➡P.47、48

## 音声ガイド

- 自動調理終了時や安全機能が働いたときなどに音声でお知らせ。

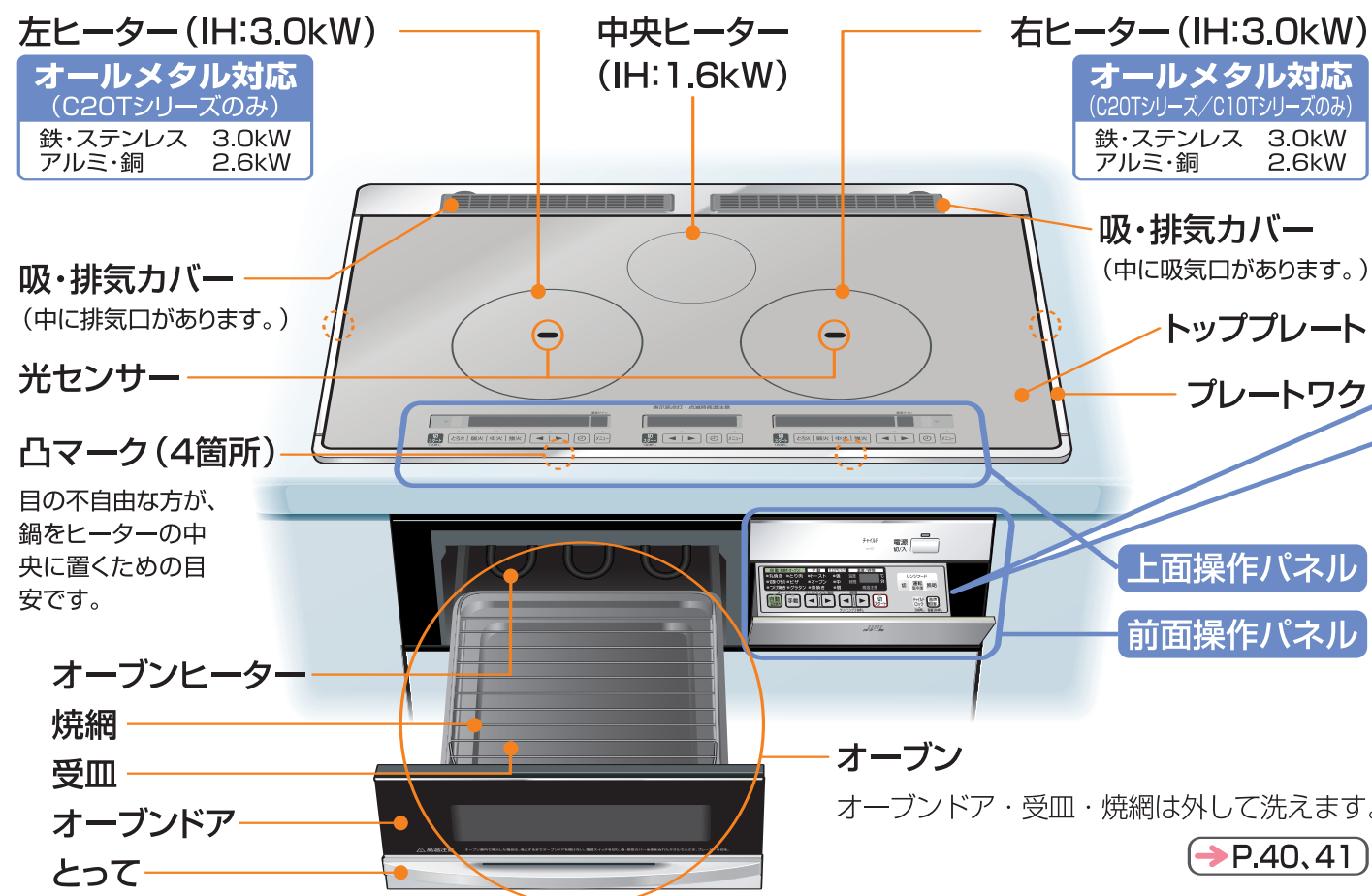
音声ガイドは、音量の調節や聞き直しができます。必要でないときは、切することもできます。 ➡P.36

# もくじ

ご使用の前に	
●各部のなまえ・操作パネル・付属品	4
●安全上のご注意	6
●IHクッキングヒーターでの調理の手順	10
●使える鍋などを準備する	12
●知っておいていただきたいこと	14
使いかた	
●左・右・中央ヒーターで調理をする ・ゆでる・煮る・蒸す・焼く・炒める・温める	16
●左・右ヒーターで調理をする ・揚げる ・保温 ・（適温サイン）炒めもの・ステーキ	18 20 21
●左・右ヒーターで自動調理をする ・自動炊飯 ・自動湯わかし	22 24
●中央ヒーターで調理をする ・煮込み・保温	25
●オーブンで調理をする ・調理をする前に ・調理のポイント ・自動調理をする ・手動のトースト・魚焼き調理をする ・手動のオーブン調理をする ・追加焼きをする	26 27 28 30 32 34
●便利に使う ・左・右・中央ヒーターでタイマーを使う ・操作をロックする ・音声の音量設定・聞き直し ・レンジフードファン連動システムを使う ・メロディーをブザーに切り替える	35 36 36 37 37
長くお使いいただくために	
●お手入れ	38
●故障かなと思ったら	42
●火力の目安について	49
料理集	
	50～62
仕様・その他	
●保証とアフターサービス	63
●「ご相談窓口」	63
●仕様	裏表紙

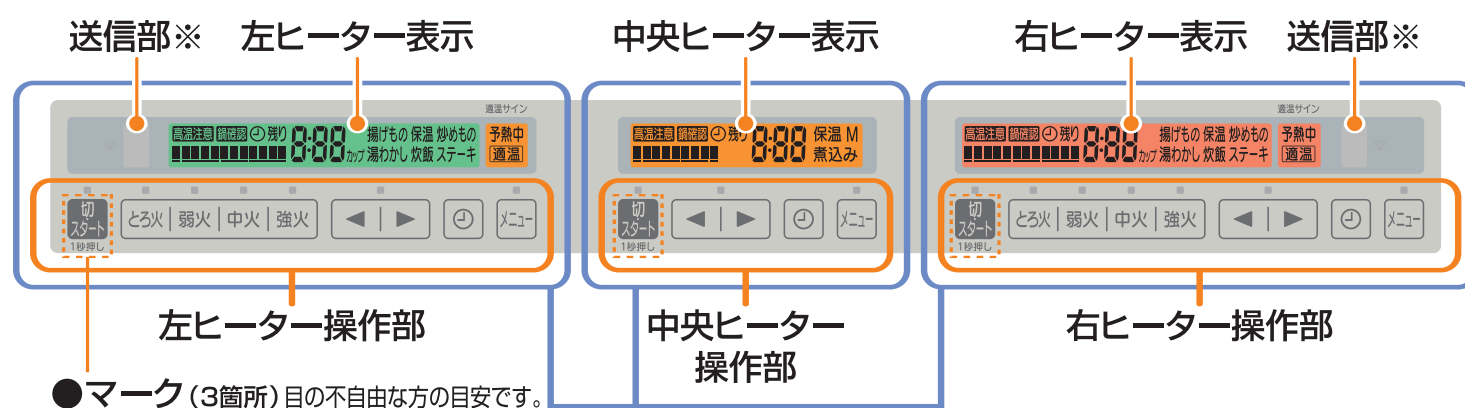
# 各部のなまえ・操作パネル・付属品

※イラストは、トッププレート幅75cm・レンジフード連動システム付で説明しています。→P.00 は主な説明のあるページです。



## 上面操作パネルのはたらき

※送信部はレンジフードファン連動システム付のみ



### 左・右・中央ヒーターを使う → P.16~25

IHヒーターの「火力」「調理メニュー」「タイマー」の設定、IHヒーターの通電スタート・切を行います。

- 火力、メニュー、運転状態などを表示します。
- 火力、メニューなど設定後、約10秒以内に通電をスタートしないと、設定は取り消されます。

上面操作パネルに水が付いたりすると、表示部に **CP** が表示されます。表示後、約10秒経過すると、安全のために通電を停止します。

再度通電したい場合は、操作手順をもう一度繰り返してください。→P.47、48

## 付属品



◆天ぷら鍋 (1個) 揚げもの調理をするときに使います。  
※他の調理 (炒めもの・煮もの・湯わかしなど) に使用しないでください。天ぷら鍋がさびたり、トッププレートが変色するおそれがあります。

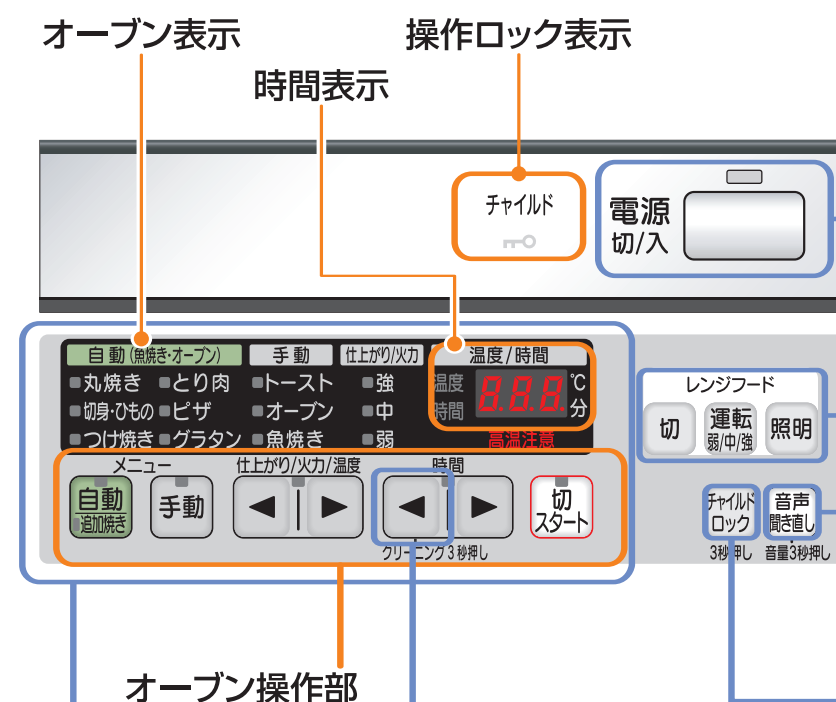
### 部品の交換・追加購入

2008年8月現在

部 品 名	部 品 番 号	希望小売価格
焼網 (消耗部品)	HT-C20TWS 052	1,575円 (税抜1,500円)
受皿 (消耗部品)	HT-B10TS 007	2,520円 (税抜2,400円)
天ぷら鍋	HT-C20TWS 010	2,730円 (税抜2,600円)

お買い上げの販売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。

## 前面操作パネルのはたらき



### オープンを使う → P.26~34

オープンの「火力」「調理メニュー」「タイマー」の設定、オープンの通電スタート・切を行います。

- 火力、メニュー、運転状態などを表示します。
- 火力、メニューなど設定後、約3分以内に通電をスタートしないと、設定は取り消されます。

### 電源スイッチ

電源の入・切を行います。  
●電源を入れてスタートさせずに約30分間放置すると自動的に電源が切れます。

### レンジフードを使う → P.37

レンジフードの操作を行います。  
(レンジフードファン連動システム付のみ)

### 音声を使う → P.36

音声ガイドを聞き直します。  
音量の変更や消音をします。

### 操作をロックする → P.36

全ての操作をロックします。  
●ロックの設定・解除はボタンを約3秒間押します。  
●設定内容は電源を切っても記憶しています。

### オープンクリーニングする

オープンの庫内をクリーニングします。→P.41  
●クリーニングのときは、焼網、受皿を外してください。



# 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

表示内容を見逃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。

## 絵表示の例



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。



**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  
修理技術者以外の方は分解したり、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.63)にご相談ください。



**警告**

## ●火災・感電・けがの原因になります。

### 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、お買い上げの販売店へ点検・修理を依頼する

- ・スイッチを入れてもヒーターが作動しないときがある。
- ・ビリビリと電気を感じる。
- ・焦げくさいにおいがしたり、運転中に異常な音がする。
- ・その他の異常や故障がある。

### 据付のときは



●プラグはコンセントの奥までしっかり差し込む  
●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拭く



●アースを確実に取り付ける  
アースの取り付けは、電気工事店または販売店にご相談ください。

アース線を接続せよ



●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  
●ぬれた手でプラグの抜き差しをしない



**警告**

## ●火災・感電・けが・やけどの原因になります。

### 揚げものの調理中は



●揚げものの調理中はそばを離れない  
●付属の天ぷら鍋以外は絶対に使わない  
付属の天ぷら鍋以外を使用すると温度調節機能が正しく働かないことがあり、火災の原因となります。  
●鍋底が変形したものは使わない  
●油は200g(220mL)未満では調理しない  
油は200g(220mL)～800g(880mL)の範囲で調理してください。鍋がこぼれたり油の量が少なくなると、油が過熱され発火するおそれがあります。また油の量が多すぎると、あふれてやけどや火災の原因になります。

油量800g 油量500g 油量200g

●炒めもの・焼きものなど油を使う料理をするときもそばを離れないでください。また、過熱しないように火力を調節してください。



●油煙が多く出たら電源を切る  
●鍋はヒーターの中央に置く  
●必ず揚げものの温度コントロールを使用する (P.18)



### 調理の際は



●液体を加熱するときは、加熱前にかき混ぜ、調理中は火力を弱めにし、ときどきかき混ぜる(カレー、みそ汁、吸い物、牛乳などの煮物や汁物)  
水や調理物を加熱していると突然ふき上げたり、鍋が跳ね上がることがあり、やけどやトッププレートが割れるおそれがあります。

### 使用中(調理中)・使用後は



●使用中や使用後しばらくはトッププレートやオープンドアおよび庫内などの高温部に触れない  
●鍋・鍋のつっかえなどの高温部に触れない

### トッププレートの上は



●トッププレートの上に乗ったり、物を落としたり、衝撃を加えない  
万一ひびが入ったり割れた場合は、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。  
●トッププレートの上にカセットコンロ・ボンベなど調理器具以外のものは置かない  
●トッププレートの上に物を置かない  
下記の物は特に注意してください。  
・可燃物や引火物(ふきん・紙・アルミホイル・油など)

### 本体は



●吸・排気カバーやすき間にピンや針金などの異物を入れない  
●吸・排気口に指を入れない  
●吸・排気口に水などを入れない  
●子供など取り扱いに不慣れな方だけで使用させたり、乳幼児に触れさせない  
●カーテンなどの可燃物の近くで使用しない  
●本体に水などをかけない

### 使用後は



●使用後は電源を切る  
使わないときは、前面操作パネルを収納して電源を切ってください。長期不在のときは専用ブレーカーを切ってください。





# 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。

#### 使用する方は



心臓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。



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。

#### 使用中(調理中)・使用後は



- 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
- 缶詰や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(内側にアルミ箔を貼ったもの)、アルミ箔など、鍋以外のものを置かない  
スプーンなどの金属製小物を置かない。  
誤って加熱した場合、火災や破裂してやけど・けがの原因となります。
- あらかじめ加熱した油で揚げもの温度コントロールを使わない  
揚げもの温度コントロールが正しく働かず、異常過熱することがあります。
- 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強火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、トッププレートが変色することがあります。
- 火気を近づけない
- 吸・排気カバーをふさいだり、吸・排気カバー付近に手、顔、鍋の口などを近づけない
- 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



- 揚げもの調理中は、飛び散る油に注意する
- 少量の油を入れて予熱するときや予熱の後で油を入れるときは過熱しないように注意する  
発火のおそれがあります。
- 油煙が多く出たら電源を切る

#### オーブン使用中に



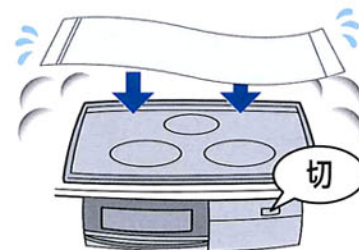
- オーブン使用中に調理物が発煙・発火した場合は、次の手順で消火する

- ①電源を切る
- ②吸・排気カバー全体をぬれたタオルでふさぐ

※このときオーブンドアの周囲から煙が出ます。

- ③専用ブレーカーを切る  
※オーブンドア(ガラス窓)に水をかけない。(ガラスが割れます。)

- 消火するまで  
オーブンドアを開けない(空気が入り、炎が大きくなります。)



#### お手入れは



お手入れは必ず電源を切り本体が冷えてから行う

## ⚠ 注意

### ●火災・感電・けが・やけどの原因になります。

#### オーブンを使用时



- 使用中や使用後はオーブンドア(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。
- オーブンドアを持って勢いよく引き出したり、持ち上げながら引き出したりまたオーブンドアやレールに上から強い力を加えたりぶらさがらない  
オーブンドアや受皿・焼網などが落下して、やけどやけがをしたり、破損の原因となります。






- 使用中や使用後は、オーブンドア、焼網、受皿、レールは高温になっているので、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

- 少量の調理物を長時間調理しない  
発煙・発火するおそれがあります。
- 受皿には水以外のもの(例えばアルミホイル・クッキングシート・オーブンシート・グリル用の石)などを入れて使用しない  
脂が過熱し、発煙・発火するおそれや自動調理がうまくできないことがあります。
- 同じ食品を繰り返し調理しない  
発煙・発火するおそれがあります。
- オーブンの庫内やレール・ホルダーや受皿は、魚などの脂がたまらないよう使用の都度掃除し、定期的にお手入れをする  
続けて使用するとき、受皿にたまった脂を捨て、汚れをきれいに落としてください。

## 使用上のご注意

- 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となります。
- 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となります。
- 前面操作パネルに煮汁などを付けたまま収納しない  
煮汁などが固まって前面操作パネルが開かなくなるおそれがあります。
- 吸・排気口に水などをこぼさないよう注意する  
キャビネット内に水などが落ちる原因となります。
- プレートワクを鍋底でこすったり、プレートワクに熱い鍋を置かない  
ステンレスの傷付き・変色の原因となります。
- トッププレートの上に鍋のふたや受皿、バーベキュー用やホットプレート用の鉄板などを置かない  
ヒーターが入ると加熱され、火災・故障の原因となります。
- 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・梅を使った食品などを放置すると、トッププレート、プレートワクが変色する原因となります。
- 左・右・中央ヒーターは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(雑音の原因となります)
  - キャッシュカード・磁気テープ・自動改札用定期券など(記憶が消える原因となります)

- 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。
- 市販の電磁調理器カバー\*を使わない  
安全機能が正しく働かない原因となります。  
※ガラス製の板状のもので、トッププレートの上のせて、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。
- ビルトインオーブンレンジと組み合わせて使用の場合、オーブンドアののつての温度に注意する  
オーブンレンジの排気でオーブンドアののつてが熱くなる場合があります。クッキングヒーターを使っていなくても、オーブンレンジを使うと吸・排気カバー部分が熱くなる場合があります。
- 上面操作パネルに水などをこぼしたり、なべ底が触れたりすると誤動作することがある  
すぐに取り除いてください。取り除いた直後はキー操作を受け付けられないことがあります。5秒ほど待ってから操作してください。
- 害虫(ゴキブリなど)が製品内に侵入すると故障の原因となる  
適切な環境下でご使用ください。



# IH クッキングヒーターでの調理の手順

調理（ヒーター）にあった鍋などを準備する

調理にあった火力、またはメニューを設定し通電する

調理する

調理のあとは

お好みで調理する

自動で調理する

調理の種類	使えるヒーター	使える鍋など
ゆでる 煮る 蒸す 焼く 炒める 温める	<div>中央</div> <div>左</div> <div>右</div>	鍋底が平らで直径が12~26cmの鍋、やかん、フライパンなど （オールメタル対応IHヒーター アルミ・銅鍋は鍋底が平らで直径が15~26cmの鍋、やかん、フライパンなど） 中央ヒーター 鍋底が平らで直径が12~20cmの鍋など → P.12~13
保温 ※1 揚げもの温度コントロール 揚げる 適温サイン 炒めもの（炒める） 適温サイン ステーキ（焼く）	<div>左</div> <div>右</div>	揚げものは必ず付属の天ぷら鍋を使う → P.12 適温サインには必ず → P.12 に記載のフライパンを使う
煮込み ※1 手動トースト調理 手動オープン調理 手動魚焼き調理	<div>中央</div> <div>オープン</div>	鍋底が平らで直径が12~20cmの鍋など → P.12 器や型の高さは4cm以下 → P.27

材料を鍋などに入れ、ヒーターの中央に置く

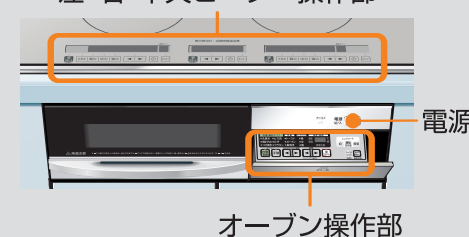
材料を焼網に載せる

材料を鍋などに入れ、ヒーターの中央に置く

材料を焼網に載せる

●この枠内の操作手順は「お好みで調理する」、「自動で調理する」ともに共通です。

左・右・中央ヒーター操作部



左・右ヒーター・オープン

左・右ヒーター → P.16~24  
オープン → P.26~34

1 電源を入れる



2 火力またはメニューを選ぶ



3 通電をスタートする



中央ヒーター

→ P.16、25

1 電源を入れる



2 火力またはメニューを選ぶ



3 通電をスタートする



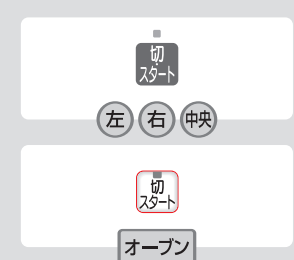
■調理の仕上がり具合に合わせ、火力を調節する



■タイマーを使う



■調理が終わったら、通電を切る



●自動で調理します。調理が終了するとメロディーが鳴り、自動的に通電を停止します。

●オープン自動調理で焼きが足りないときは追加焼きを行ってください。→ P.34

■続けて使わないときは電源を切る

■お手入れする → P.38~41

- トッププレート
- プレートワック
- 吸・排気カバー
- 吸気口ポケット
- 天ぷら鍋
- 操作パネル
- オープン



お知らせ ※1 IH調理機能にはアルミ・銅鍋は使えません。

IH クッキングヒーターでの調理の手順



# 使える鍋などを準備する

## 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、財団法人 製品安全協会の  または  マークの付いた鍋をおすすめします。  
(鍋の説明書をよくお読みになり鍋に適した火力で使用するなど正しく安全にお使いください。)

**ご注意** ホーロー加工した鍋を使うときは、空だきをしたり、焦げつかせないように注意してください。(トッププレートに破損する原因)

材質	左・右ヒーター		中央ヒーター	
	鉄・鉄鋳物・鉄ホーロー		鉄・鉄鋳物・鉄ホーロー	
ステンレス	18-0タイプ (磁石がつく)		18-0タイプ (磁石がつく)	
	18-8 18-10タイプ (磁石がつかない)	○	18-8 18-10タイプ (磁石がつかない)	○
	間に鉄をはさんでいるタイプ(磁石がつく)	○	間に鉄をはさんでいるタイプ(磁石がつく)	○
多層鍋	間にアルミや銅をはさんでいるタイプ(磁石がつかない)	○	間にアルミや銅をはさんでいるタイプ(磁石がつかない)	○
	オール金属対応		オール金属対応	
アルミ・銅	軽いものは火力が弱くなります(調理物と合わせて約1kg以上で使用する)	○	軽いものは火力が弱くなります(調理物と合わせて約1kg以上で使用する)	○
	鉄・ステンレス対応		鉄・ステンレス対応	
ガラス・陶磁器(土鍋など) 直火用魚焼き網		×		×
	(  または  付、IHで使えると表示しているものも含む)			
形状	底が平らな形状	○	底が平らな形状	○
	底に反りや脚のある形状	○	底に反りや脚のある形状	○
	底がまるい形状	×	底がまるい形状	×

**揚げもので使える鍋について**  
揚げものは、必ず付属の天ぷら鍋をお使いください。

**警告** 付属の天ぷら鍋以外を使用すると、火災の原因になります。

**(適温サイン)で使えるフライパンについて**



次の推奨フライパン・鍋をご使用ください。

**推奨フライパン** (2008年8月現在)  
品名：フライパン 型式：106865※  
希望小売価格：11,550円(税抜11,000円)

**推奨フライパン** (2008年8月現在)  
品名：フライパン(7層フッ素加工) 型式：LF-24※  
希望小売価格：26,250円(税抜25,000円)

**推奨いため鍋** (2008年8月現在)  
品名：いため鍋 型式：106834※  
希望小売価格：12,600円(税抜12,000円)

**推奨アルミフライパン** (2008年8月現在)  
品名：フライパン 型式：FRH-26G※  
希望小売価格：5,460円(税抜5,200円)



 または  付のフライパン・鍋および重さ約1kg以上のアルミ・銅フライパンで、次のものを使用してください。

●底の径が16~26cm、底の厚さ1.5mm以上のもの  
●底が平らなもの(底の凹凸(反りや脚)1mm以下)

上記以外のものを使用すると予熱に時間がかかったり、フライパン・鍋の温度が適温にならず通電を停止する場合があります。その場合はIHヒーターで使える鍋かどうか確かめください。IHヒーターで使える鍋の場合は手動で調理にあった火力を通電してください。

**警告** 上記以外のフライパンを使用すると、油が過熱され発火するおそれがあります。

**自動調理(湯わかし、炊飯)で使える鍋について**

自動調理(湯わかし、炊飯)には、必ず  または  付の鍋で次のものを使用してください。

●アルミ・銅鍋は、使えません。

**自動湯わかし**

●鍋底の径が15~23cmのもの  
●鍋底が平らなもの(鍋底の凹凸(反りや脚)1mm以下)

**自動湯わかし推奨ケトル** (2008年8月現在) 品名：ケトル  
型式：106346※ 希望小売価格：10,500円(税抜10,000円)

**自動炊飯**

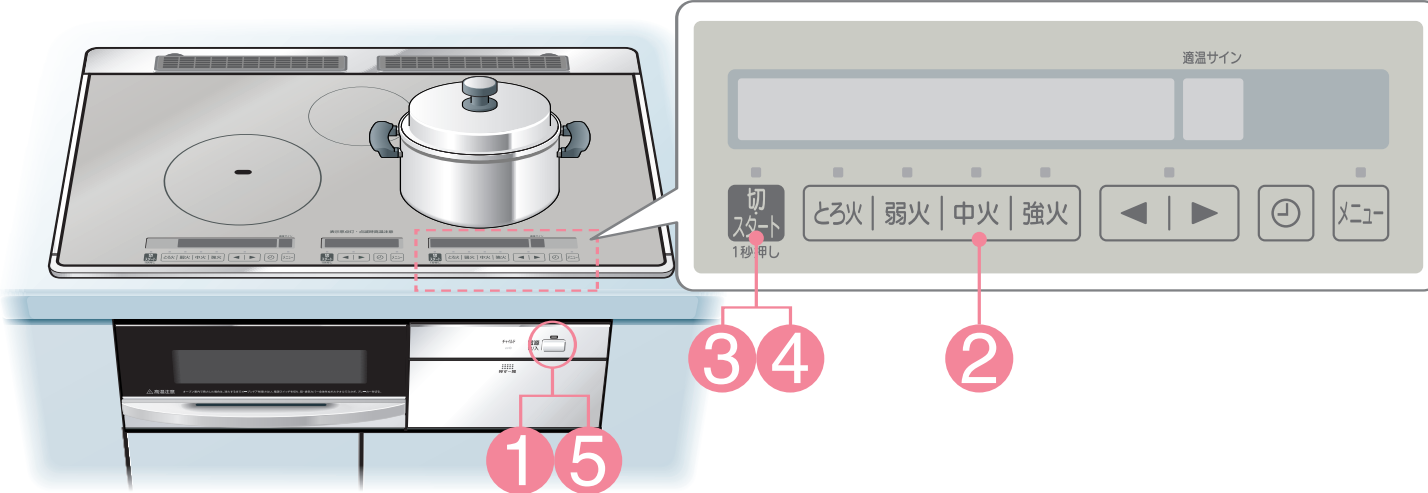
●鍋底の径が18~20cm、底の厚さ1.5mm以上のもの  
●鍋底が平らなもの(鍋底の凹凸(反りや脚)1mm以下)  
●ホーロー鍋は焦げつきやすく、使用できません。

**自動炊飯推奨鍋** (2008年8月現在) 品名：両手鍋  
型式：106087※ 希望小売価格：7,245円(税抜6,900円)

※お買い上げの販売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。

## IHヒーターで、使える○ 使えない×を確認する

**お知らせ** 右ヒーターで説明しています。(左・右・中央どの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** 電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、電源を入れる(ランプが点灯します)

**2** 中火 を押し  
ランプを点灯させる

**3** 切スタート を約1秒押し、通電する  
火力表示を見る

**4** 確認が終わったら  
切スタート を押し、通電を切る

**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)

オール金属対応IHヒーターでアルミ・銅鍋を確認する場合は、水と合わせて約1kg以上にしてください。

### 使える鍋、使えない鍋の表示

○ 使える鍋は  
火力バーが点灯し、加熱がスタートします。

火力バー

× 使えない鍋は表示部が赤に変わり、火力バーが交互に点灯し「鍋確認」を表示する。

「鍋確認」表示

約30秒後にブザーが鳴り、表示が消え、自動的に通電を停止します。

●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

点滅

● 切スタート を押してから 中火 を押しても通電できます。

使える鍋などを準備する

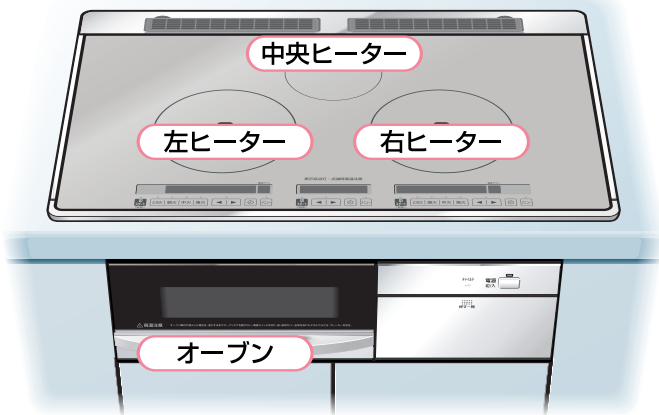


# 知っておいていただきたいこと

## 同時に使えるヒーターと火力制限

左・右・中央ヒーター、オープンが同時に使用できます。

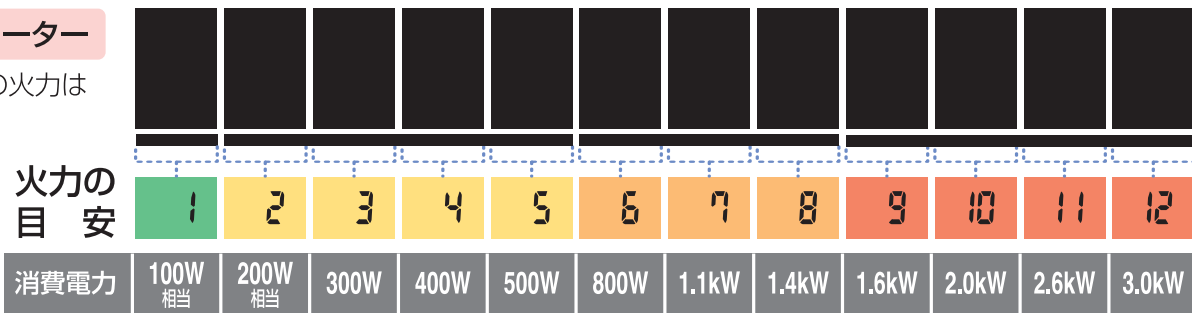
- 合計の消費電力が5.8kW（または4.8kW）以内で使用できます。
- 左・右ヒーターで同時に揚げものは使用できません。
- 左ヒーター、オープンの同時使用時は左ヒーターの最大火力が「9」目盛まで自動的に下がります。
- ヒーター使用時に他のヒーターを使用した際、「ピピピッ」とブザーが鳴ってキーが受け付けられない場合は、ヒーターの合計電力が5.8kW（または4.8kW）を超えますので、他のヒーターの火力を下げてから使用してください。



## 火力の目安

左・右・中央ヒーター

- 中央ヒーターの火力は「9」までです。



オープン

オープンは1.5kW。

## 各ヒーターの同時使用できる組み合わせ例

5.8kW設定時	左ヒーター	右ヒーター	中央ヒーター	オープン
	火力11	火力12	—	—
	火力12	火力11	—	—
	火力 7	火力12	火力 9	—
	火力12	火力 7	火力 9	—
	火力 5	火力10	火力 9	入
4.8kW設定時	左ヒーター	右ヒーター	中央ヒーター	オープン
	火力 9	火力12	—	—
	火力12	火力 9	—	—
	火力 5	火力11	火力 9	—
	火力11	火力 5	火力 9	—
	火力 5	火力 7	火力 9	入
4.8kW設定時	左ヒーター	右ヒーター	中央ヒーター	オープン
	火力 9	—	火力 9	入

## 吸・排気

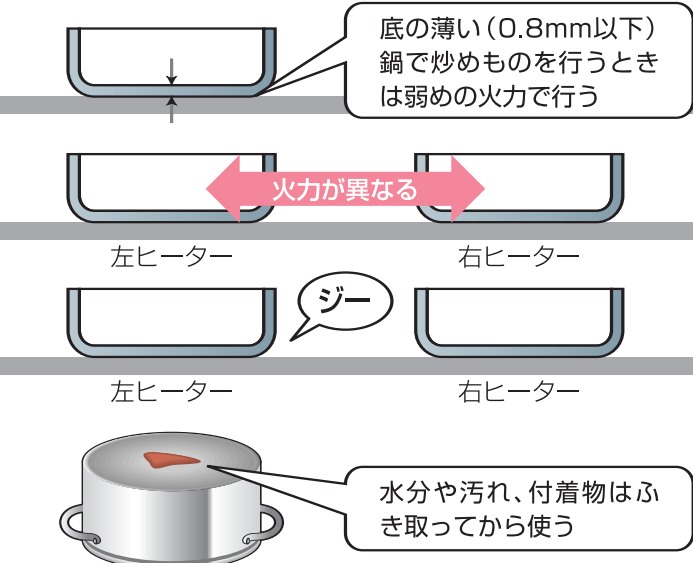
- 使用中、使用後しばらくは本体内部の温度上昇を抑えるために冷却ファンを動作させます。冷却ファンが動作すると、吸・排気力バー以外に本体の周囲からも風が少し出ますが異常ではありません。

## 安全機能

機 能	検知内容	自動停止・表示内容
鍋 無 し 自 動 停 止	通電中に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通電を停止します。（約30秒以内に戻せば通電は継続されます。）
小物検知自動停止	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。または直径の小さな鍋がある。	約30秒後にブザーが鳴り自動的に通電を停止します。（金属製小物を取り除くか、または鍋を交換してください。）
揚げもの鍋反り検知自動停止	天ぷら鍋の鍋底の反りや変形が大きい。	ブザーが鳴り自動的に通電を停止します。（鍋を交換してください。）
上面操作部異常検知自動停止	上面操作パネルに調理物がふきこぼれたり、水滴などが付着している。上面操作パネルに鍋などを置いている。キーを長押ししている。	上面操作パネルの表示に <b>CP</b> と表示し、約10秒後にブザーが鳴り通電を停止します。➡P.47
切り忘れ防止自動停止	ヒーター通電後、約45分（オープン手動は約30分、トーストは約10分、適温サインは適温表示後約15分）経過した。	ブザーが鳴り自動的に通電を停止します。
過熱防止自動停止	鍋底温度が異常に上昇した。吸・排気口がふさがれたりして、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通電を停止します。（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。
オープン温度過昇防止自動停止	オープン内の温度が異常に上昇した。	ブザーが鳴り自動的に通電を停止します。（オープン内を冷却してください。）
高 温 注 意 表 示	トッププレートやオープンが高温（約80℃以上）になっている。	高温注意表示が消えるまで触らないようにしてください。高温注意表示中は自動調理はできません。
オートパワーオフ	電源「入」の状態です約30分放置された。	自動的に電源が切れます。（高温注意表示を行っているときは働きません。）

## IHヒーターと鍋

- 鍋底の厚さが薄い（0.8mm以下）鍋は、炒めものや空だきの強めの火力での使用はひかえ、弱めの火力で使用してください。（鍋底の変形を防ぎます。）
- 同じ鍋でも、左・右・中央の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、通電できる場合とできない場合があります。
- 左・右・中央のIHヒーターの同時使用、または鍋の種類によって、音（ジー音、カチカチ音、キーン音など）が発生する場合があります。これは磁力線による鍋の振動で、異常ではありません。そのまま使用してください。
- 鍋底の水分や汚れ、付着物などは、必ずふき取ってから使用してください。（鍋が動いたり、湯気が噴出したりトッププレートに汚れが付着するおそれがあります。）



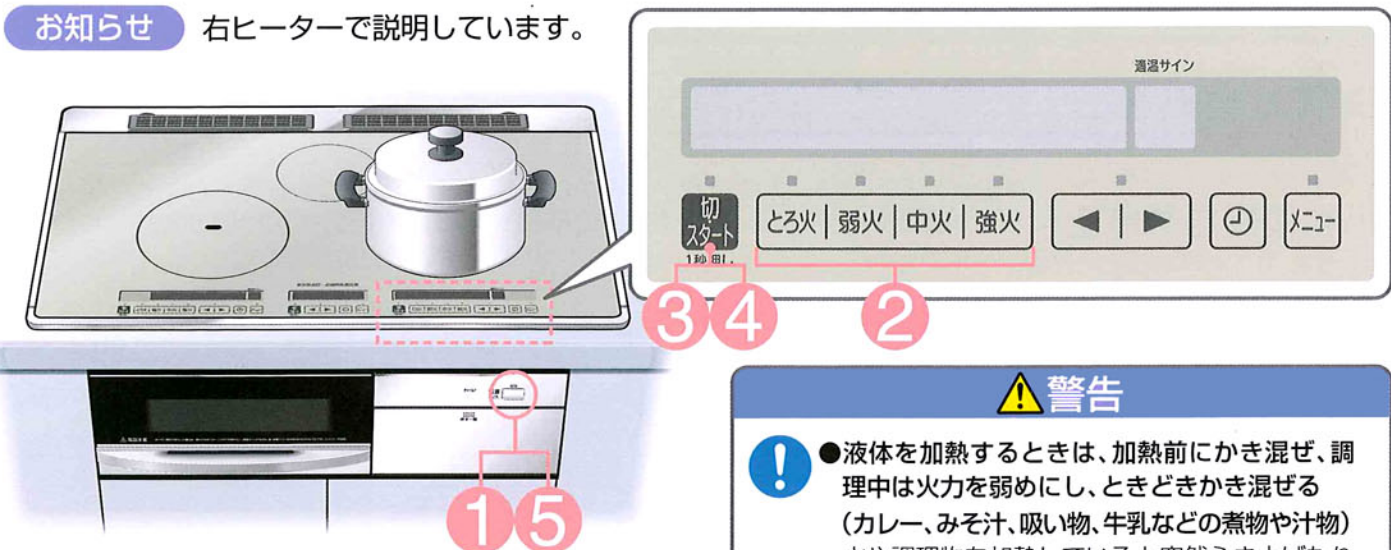
知っておいていただきたいこと



# 左・右・中央ヒーターで調理をする

## ゆでる・煮る・蒸す・焼く・炒める・温める

お知らせ 右ヒーターで説明しています。



- 準備** 材料を入れた鍋をIHヒーターの中央に置く
- 電源切/入を「ピッ」と鳴るまで押し、電源を入れる(ランプが点灯します)
  - 左・右ヒーターの場合は とろ火 | 弱火 | 中火 | 強火  
中央ヒーターの場合は ◀ | ▶  
希望の火力を押し、ランプを点灯させる
  - 切/スタートを約1秒押し、通電する  
調理する
  - 調理が終わったら切/スタートを押し、通電を切る
  - 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)

**警告**

- 液体を加熱するときは、加熱前にかき混ぜ、調理中は火力を弱めにし、ときどきかき混ぜる(カレー、みそ汁、吸い物、牛乳などの煮物や汁物) 水や調理物を加熱していると突然ふき上げたり、鍋が跳ね上がることがあり、やけどやトッププレートが割れるおそれがあります。

**注意**

- 調理中はそばを離れず、調理の仕上がりに合わせ、火力を調節してください。
- 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「強火」で予熱すると赤熱する場合があります。
- 少量の油を入れて予熱するときや、予熱の後で油を入れるときは、火力を弱めにするなど過熱しないようにしてください。
- 油の温度が急激に上がり、油が発火することがあります。
- 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ります。沸とうしたら火力を下げてください。
- 煮込みなどで長時間で使用する時は、途中でかき混ぜるなどし、ふきこぼれや焦げつかせないようにしてください。特に調理タイマーを使用するときは焦げつきに注意してください。

●「火力」キーを押した後、約10秒以内に「切/スタート」キーを押さないとブザーが鳴り自動的に解除されます。

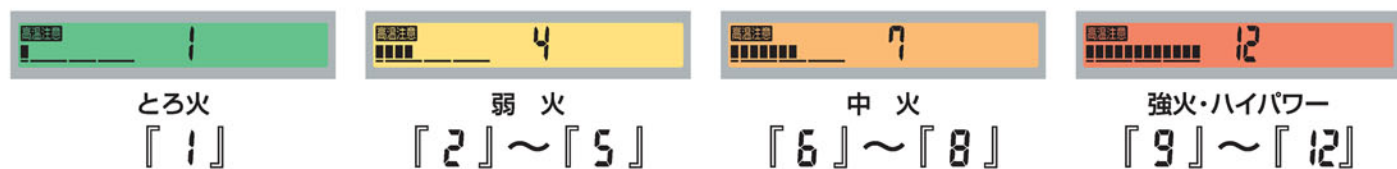
●調理中に火力を調節するには  
左・右ヒーターの場合は とろ火 | 弱火 | 中火 | 強火 または ▶ | ◀  
中央ヒーターの場合は ▶ | ◀  
タイマーを使うときは → P.35

●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

点滅

## 調理の種類と火力調節の目安

火力表示の見かた



- 火力に応じて、液晶表示が4色に光り、バーの長さで数値で火力の設定状態を表示します。
- 火力は「1」～「12」まで調節できます。(中央ヒーターの火力は「1」～「9」まで調節できます。)
- 液晶表示は、左・右・中央ヒーターの操作を終えてから約10秒後に減光します。再度操作をすると、もとの明るさに戻ります。

火力の目安	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
消費電力	100W相当	200W相当	300W	400W	500W	800W	1.1kW	1.4kW	1.6kW	2.0kW	2.6kW	3.0kW
ゆでる								めん類・根菜			葉菜	沸とう
煮る		カレーなどのとろみのあるもの				煮魚など						沸とう
蒸す		茶わんむし	シュウマイ				ひと煮たち	煮立てる				沸とう
焼く		卵焼き・オムレツ	ハンバーグ・ぎょうざ					肉類				
炒める		玉ねぎ	ホワイトソース	焼きそば・炒飯・野菜炒め								
温める	保温	カレーのルー	みそ汁	温め直し								

- 火力「12」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「12」の連続使用時間は最大約10分です。10分を超えると自動的に火力「11」に下がります。
- 火力「11」「12」の連続使用時間は合計で最大約15分です。15分を超えると自動的に火力「10」に下がります。
- アルミ・銅鍋などは火力「12」に設定しても最大約2.6kWとなります。

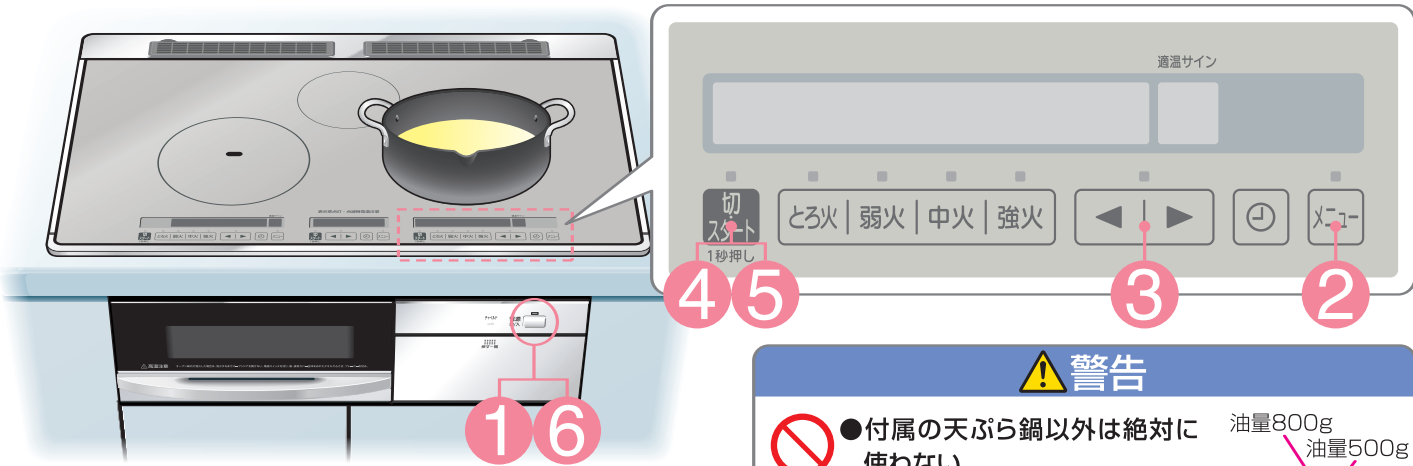
左・右・中央ヒーターで調理をする(ゆでる・煮る・蒸す・焼く・炒める・温める)／調理の種類と火力調節の目安



# 左・右ヒーターで調理をする

## 揚げる（揚げものの温度コントロール）

お知らせ ●右ヒーターで説明しています。  
●左・右ヒーターで同時に揚げものはできません。



**準備** 油を入れた付属の天ぷら鍋をIHヒーターの中央に置く

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

**2** メニューを押し、「揚げもの」を点滅させる

**3** 温度調整ボタンを押し、油温を設定する

**4** スタートを約1秒押し、通電する  
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  
●200gの油で調理する場合は調理物をこまめに裏返してください。

**5** 調理が終わったら  
スタートを押し、通電を切る

**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）

**警告**  
●付属の天ぷら鍋以外は絶対に使わない  
●油は200g(220mL)～800g(880mL)の範囲で調理する  
油量800g  
油量500g  
油量200g

メニュー選択  
揚げもの 湯わかし 保温 炊飯  
解除 ステーキ 炒めもの  
点滅  
揚げもの 湯わかし 保温 炊飯  
解除 ステーキ 炒めもの

油温設定  
150 160 170  
200 190 180

予熱中  
点滅 180 揚げもの 点灯 予熱中  
適温  
点灯 180 揚げもの 点灯 適温  
メロディー  
●予熱が終了するとメロディーが鳴って、「適温」を表示します。  
●800gの油で約10分かかります。

●トップレート温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。  
点滅  
高温注意

## 温度調節の目安

付属の天ぷら鍋・油800g(880mL)の場合

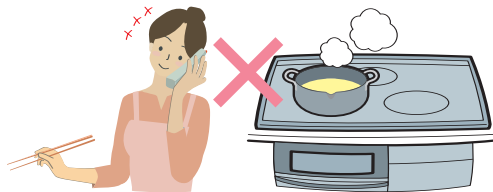
150	160	170	180	190	200
			天ぷら 手作りコロッケ エビフライ		
		冷凍食品 (コロッケ・メンチカツなど)			
	フライ 鶏の唐揚げ ドーナツ				
素揚げ・大学いも ポテトチップ 魚の丸揚げ					
野菜(ししとう辛子、しその葉など)天ぷら とうふ揚げ					

●油温設定は調理時の温度目安です。油量や材料により異なります。また材料が入っていない場合は、やや高めの温度になります。

## 警告

### 揚げものの調理中は

- 揚げものの調理中はそばを離れない
- 付属の天ぷら鍋以外は絶対に使わない  
付属の天ぷら鍋以外を使用すると温度調節機能が正しく働かないことがあり、火災の原因となります。
- 鍋底が変形したものは使わない
- 油は200g(220mL)未満では調理しない  
油は200g(220mL)～800g(880mL)の範囲で調理してください。鍋が浅かったり油量が少ないと、油が過熱され発火するおそれがあります。また油量が多すぎると、あふれてやけどや火災の原因になります。
- 油煙が多く出たら電源を切る
- 鍋はヒーターの中央に置く
- 必ず揚げものの温度コントロールを使用する



- ご注意** ■次のような場合、揚げものの鍋反り検知自動停止が作動し、通電を停止することがあります。
- ・鍋底が約2mm以上反っていたり、変形した鍋を使用した場合（鍋を交換する → P.5）
  - ・鍋底やトップレートに異物や汚れが付着している場合（お手入れをする → P.15, 39）
  - ・予熱中に油を注ぎ足した場合（揚げものの温度コントロールの設定を直す → P.18）
  - 油の種類によっては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。）
  - 付属の天ぷら鍋は絶対に空だきしないでください。
  - 再使用油は油煙が出やすくなります。
- 揚げものの調理中に隣のIHヒーターで湯をわかすなどを行う場合、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。
- 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。

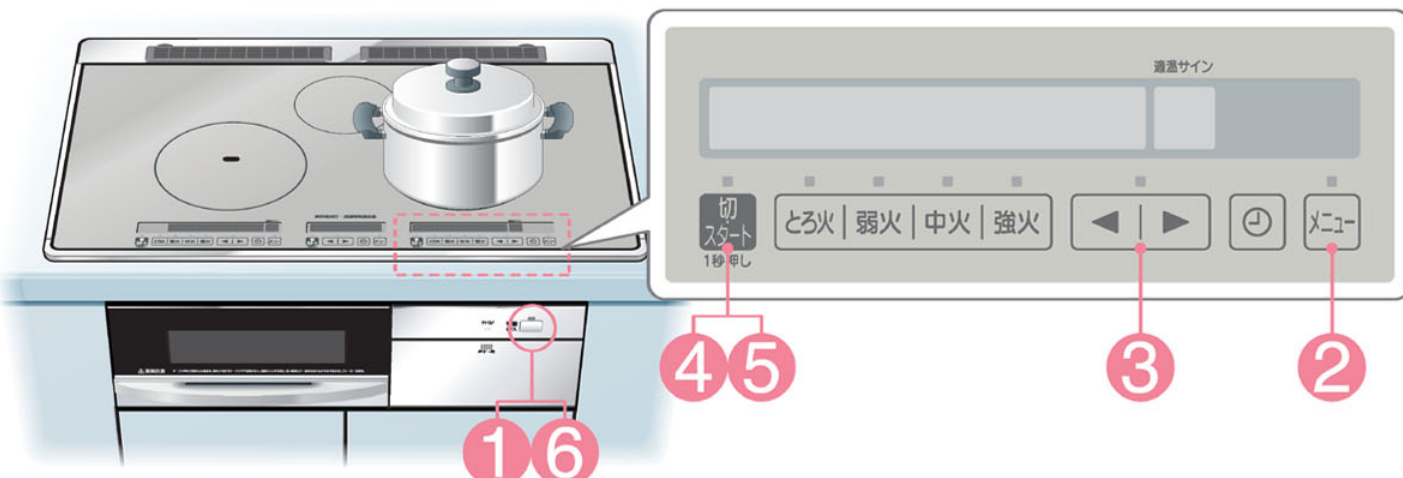
左・右ヒーターで調理をする（揚げる／温度調節の目安）



# 左・右ヒーターで調理をする (つづき)

## 保 温

- お知らせ ●右ヒーターで説明しています。  
●アルミ・銅鍋は使えません。



**準備** 材料を入れた鍋をIHヒーターの中央に置く

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

**2** メニュー を押し、「保温」を点滅させる

**3** 左右 を押し、温度を設定する

**4** 切スタート を約1秒押し、通電する

- 保温中はときどきかきまぜて、焦げつかせないようにしてください。
- 長時間保温すると焦げつく場合があります。

**5** 保温が終わったら 切スタート を押し、通電を切る

**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)

### お知らせ

- 保温できるのは、汁物 (みそ汁、スープなど) やカレー、シチューのみです。 (ごはんや炒めものは保温できません。)
- 保温できる量は約200~800gまでです。
- ※必ず調理終了後のあたたかい調理物を保温してください。

### メニュー選択



### 保温温度設定



- 温度は目安です。調理物の種類や量、鍋の材質・大きさにより実際の温度と異なる場合があります。
- 保温中も温度を変更できます。

- 最大約45分で自動的に通電を停止します。タイマーを使うときは → P.35

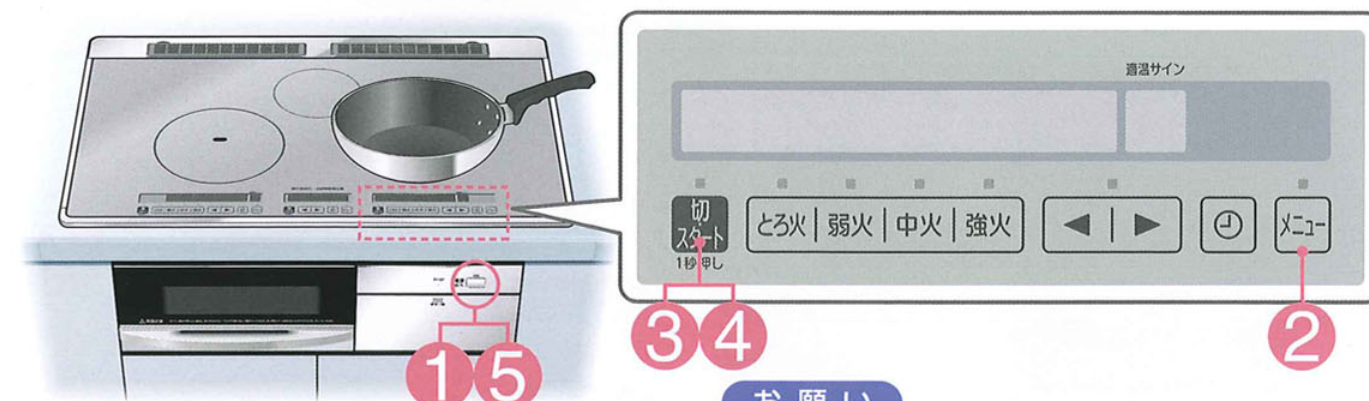
- トップレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。



## 適温サイン 炒めもの・ステーキ

材料の投入タイミングをお知らせし、一定の温度を自動で保ちます。

- お知らせ ●使用できるフライパンには制限があります。→ P.12  
●右ヒーターで説明しています。



**準備** 温度を正しくはかるため必ずフライパンをIHヒーターの中央に置く

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

**2** メニュー を押し、「炒めもの」または「ステーキ」を点滅させる

**3** フライパンに油を入れてから 切スタート を約1秒押し、通電する  
温度を正しくはかるためフライパンを中央から動かさない  
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

- 連続して調理する場合は、手早く調理物を器に盛り、フライパンを戻してください。

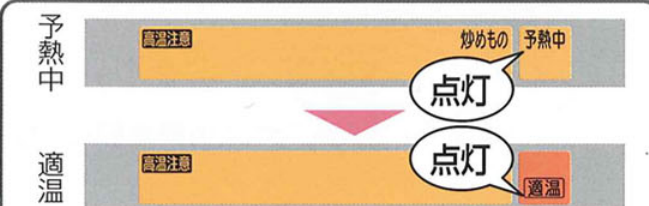
**4** 調理が終わったら、または火力を調節したい場合は 切スタート を押し、通電を切る  
●火力を調節したい場合は、お好みの火力でご利用ください。→ P.16

**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 願 い

- 「高温注意」表示が消灯しトップレートが冷めてからご使用ください。
- 熱いフライパンは十分冷ましてからご使用ください。(油が過熱され、発火するおそれがあります。)
- 予熱途中でフライパンをとりかえない、フライパンを動かさない。
- 油煙が多く出たら電源を切る。
- フライパンはヒーターの中央に置き、調理中はそばを離れない。
- 適温になるまでフライパンに材料や水を入れないでご利用ください。

### メニュー選択



- 予熱が終了するとメロディーが鳴って、「適温」を表示します。
- 推奨フライパン (推奨アルミフライパンを除く) の場合は、約1分で「適温」表示になりますが、推奨フライパン以外で適温サインに使えるフライパンは、安全に予熱を行うため約1~3分かかる場合があります。→ P.12 お急ぎの場合は、お好みの火力でご利用ください。→ P.16
- 「適温」表示後、約15分で自動的に通電を停止します。

- トップレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。



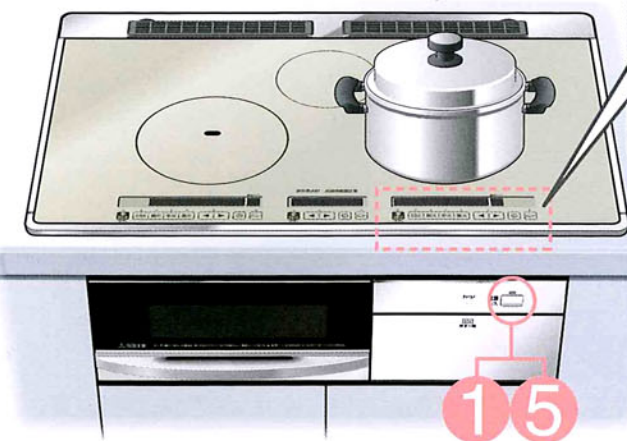
左・右ヒーターで調理をする (保温 / 適温サイン) 炒めもの・ステーキ



# 左・右ヒーターで自動調理をする

## 自動炊飯

- お知らせ**
- 右ヒーターで説明しています。
  - アルミ・銅鍋は使えません。



**準備** 材料を入れた鍋 (P.23) をIHヒーターの中央に置く

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

**2** メニュー を押し、「炊飯」を点滅させる

**3** 左右 を押し、お米の量を設定する

**4** 切スタート を約1秒押し、通電する

「高温注意」表示中は通電できません。

●炊き上げ後、蒸らしが終わると、メロディーが鳴り、自動的に通電を停止します。

**5** 自動炊飯が終わったら すぐにほぐす

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)

### ご注意

- 炊飯中は、飛まつ (泡) が飛び散ります。

### お知らせ

- 自動炊飯は、約36～40分かかります。
- 炊飯終了後、ふたが開かないときは「弱火」で少し加熱すると開けやすくなります。
- 炊飯の残時間が確定すると残時間を表示します。
- 鍋の種類によって、ごはんの芯が残るなど、うまく炊けない場合は、炊きかげんの設定を「強め」に調節してください。

### メニュー選択



### お米の量設定



### 炊きかげん設定

- お好みにより炊きかげん (鍋底の焦げ具合) が調節できます。
- 通電スタート後のランプ点滅中 (約10秒間) に



- トップレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。



## 炊飯の準備

### 1 米の量をはかる

- 1～3カップが炊けます。
- 炊き上がりをお好みのかたさにしたいときは、水量を増したり減らしたりしてください。(増減する量は10%までにしてください。)

- 米を計量カップではかるとき

- 炊飯器のカップ (180mL) → すりきりではかる
- 市販のカップ (200mL) → 180mLの目盛りに合わせる



白米	水
1カップ (180mL)	220mL
2カップ (360mL)	420mL
3カップ (540mL)	550mL

無洗米	水
1カップ (180mL)	240mL
2カップ (360mL)	450mL
3カップ (540mL)	630mL

### 2 米を研ぐ

- 十分に洗い流してください。(おこげが出来たり、ヌカ臭くなる原因になります。)
- 無洗米をご使用のときは、水を入れてにがりが強い場合は軽くすすいでください。



### 3 米を研いだらざるに上げて十分に水切りをする

- ざるに上げたまま放置しないでください。(米が割れてべちゃつきの原因になります。)



### 4 水を入れ30分以上浸し、水を含ませる (冬場は1時間以上)

- お湯は使わないでください。(芯が残る原因になります。)
- アルカリ度の高い水で炊飯すると、ごはんが黄変したり、べちゃついたりする場合があります。
- 無洗米は、必ず底からかき混ぜ米と水をなじませてください。



## 炊き込みごはんを炊くとき

- 水量…調味料の分量だけ減らす (米は水だけで浸す)
- 具…米の重さの30%程度

炊く直前に、調味料を入れてかき混ぜ、具を米の上に載せる。



### お知らせ

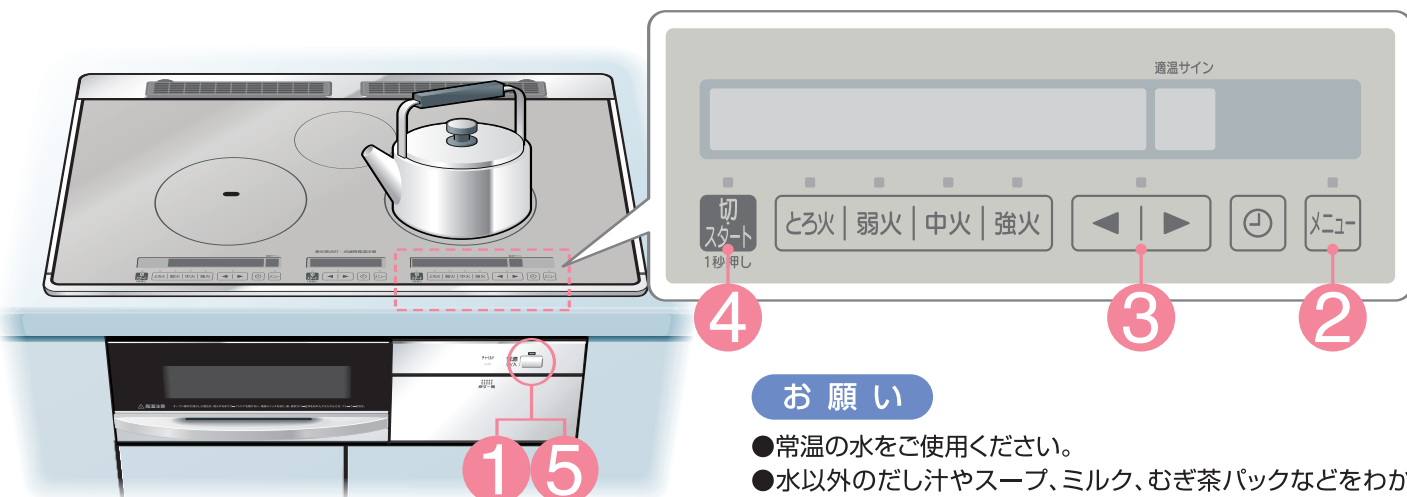
- 5分以内であれば、切スタート キーを押し、一度通電を切り、再操作できます。
- 5分以上たつと、自動では炊けません。火力調節して炊いてください。
  - 沸とうまで火力「4」、蒸気が出たら火力「1」(約15分) → 通電を切って蒸らす。



# 左・右ヒーターで自動調理をする (つづき)

## 自動湯わかし

- お知らせ ●右ヒーターで説明しています。  
●アルミ・銅鍋は使えません。



**準備** 水を入れた鍋やかんをIHヒーターの中央に置く

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

**2** メニュー を押し、「湯わかし」を点滅させる

**3** 左右 を押し、湯わかし調節をする

**4** 切スタート を約1秒押し、通電する

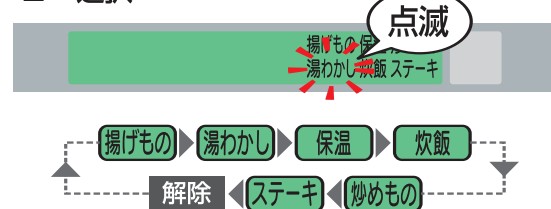
- 「高温注意」表示中は通電できません。
- お湯がわくとブザーが鳴り、約1～5分間保温します。
  - 保温が終わるとメロディーが鳴り、自動的に通電を停止します。

**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)

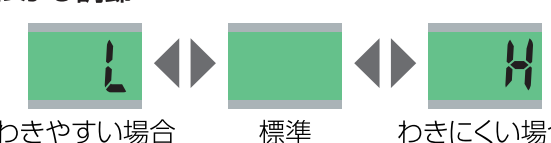
### お願い

- 常温の水をご使用ください。
- 水以外のだし汁やスープ、ミルク、むぎ茶パックなどをわかせないでください。
- 水量は1～2L (満水量の60%) までとしてください。
- 必ずふたをしてください。

### メニュー選択



### 湯わかし調節



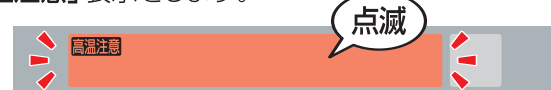
### 湯わかし中

ふたの開閉、水の追加はしないでください。お湯がわくとブザーが鳴ります。



- 鍋の材質・大きさ・水温・水量などにより、お湯がわく前にブザーが鳴ったり、わいてもすぐに鳴らない場合があります。

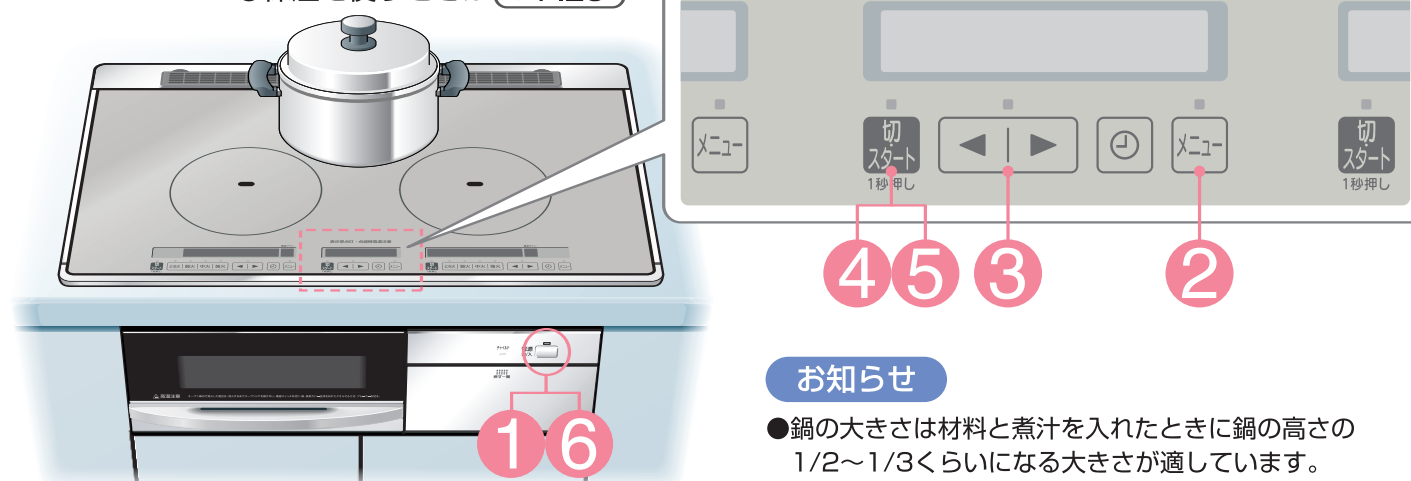
●トップレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。



# 中央ヒーターで調理をする

## 煮込み・保温

- お知らせ ●煮込みで説明しています。  
●保温を使うときは → P.20



**準備** 材料を入れた鍋をIHヒーターの中央に置く

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

**2** メニュー を押し、「煮込み」を点滅させる

**3** 左右 を押し、煮込みかげんを設定する

**4** 切スタート を約1秒押し、通電する

- 煮込み中はときどきかきまぜて、焦げつかせないようにしてください。
- 長時間煮込むと焦げつく場合があります。

**5** 煮込みが終わったら

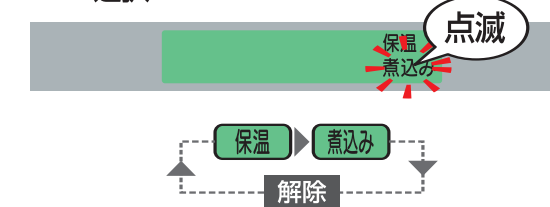
切スタート を押し、通電を切る

**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)

### お知らせ

- 鍋の大きさは材料と煮汁を入れたときに鍋の高さの1/2～1/3くらいになる大きさが適しています。
- 煮汁の量は材料がかぶるくらいが目安です。
- 調理物が沸とうしたら煮込みます。
- 煮込みできるのはカレー、肉じゃが、ポトフなどです。
- 煮込みできる量は約400～800gまでです。

### メニュー選択



### 煮込みかげんの設定

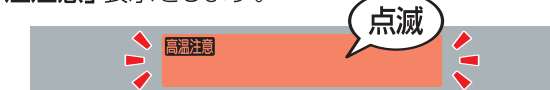


カレーやシチュー、肉じゃが、筑前煮、ポトフ、おでんなど、とろみをつけた料理や少ない量で調理するときに使います。

- 煮込みかげんは目安です。調理状態を見ながら調節してください。
- 煮込み中も煮込みかげんを変更できます。

- 最大約45分で自動的に通電を停止します。タイマーを使うときは → P.35

●トップレートの温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。



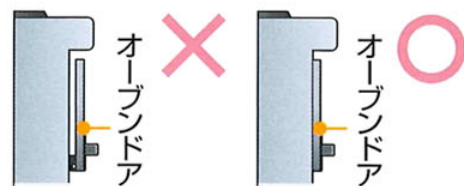
左・右ヒーターで自動調理をする (自動湯わかし) / 中央ヒーターで調理をする (煮込み・保温)



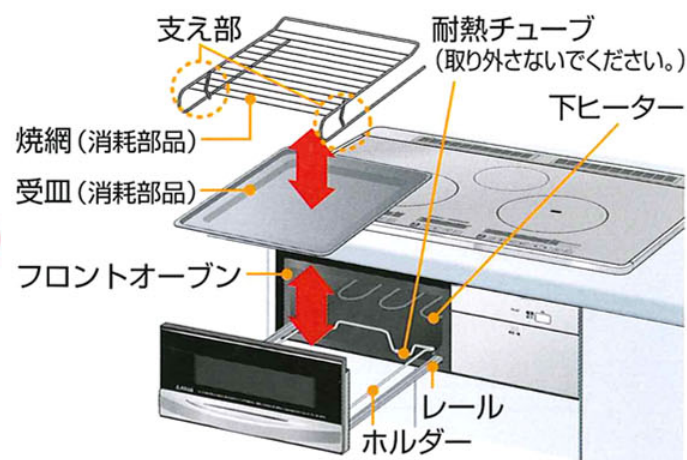
# オーブンで調理をする

## 調理をする前に

- 受皿にはアルミホイル、クッキングシート、オープンシート、グリル用の石などを入れないで使用してください。
- 焼網と受皿は必ずセットして使用してください。(やけどや火災の原因となります。)
- 受皿はホルダーにセットしてください。(ホルダーの接合部にのりあげたり、下ヒーターに直接載せないでください。)
- 焼網は支え部を手前にして受皿にセットしてください。
- オーブンドアはフロントオープンに密着するまで押し込んでください。



- ホルダー先端に取り付けているチューブは、オーブンの開閉動作を円滑にさせるためのものです。取り外さないでください。



## 注意

- オーブン使用時は必ず換気扇を使用してください。(調理中、排気口から煙が出ます。)
- オーブンドアの開閉は、オーブンドアの中央を持って行ってください。(それ以外ではオーブンドアの開閉ができない場合があります。)
- 焼網に材料を載せるときは、焼網からはみ出さないようにしてください。(材料がヒーターにつくと発火するおそれがあります。)
- 連続してご使用になる場合は、毎回焼網と受皿の汚れをきれいにし、オーブン庫内の温度を下げてから調理してください。オーブン庫内の温度が高いまま調理すると、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。(高温のためやけどに注意する。)
- 自動調理の途中でオーブンドアを開けないでください。上手に調理できません。
- 長時間オーブンを使用すると、オーブンドアの中央の下側が熱くなるのでご注意ください。
- 調理中、オーブンドアがくもったり、周りに露がついたりすることがあります。周りについた露はふきんでふき取ってください。
- オーブンドアはゆっくり開閉してください。(調理物が焼網から落ちる場合があります。)
- ガラス容器や陶器容器は、焼網からすべり落ちたり焼網の傷つきの原因となるため容器の底にアルミホイルを密着させて使用してください。
- オーブン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、吸・排気カバーの上に鍋などを置いて吸・排気口をふさぐと、オーブンドアから煙が漏れたり、オーブンドアの周囲や下側に露がついたりします。
- アルミホイルを使うときは、ヒーターに触れないように注意してください。(ヒーターにつくと発火するおそれがあります。)
- もちはヒーターに触れるので焼かないでください。焼く場合はフライパンで焼いてください。→P.55

### お知らせ

- 通電してしばらくの間、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。
- 調理中、材料の脂などが下ヒーターや受皿に落ちると、においや煙が出ることがあります。
- 調理中はヒーターがついたり消えたりしますが、温度調節しているため故障ではありません。
- 調理直後にオーブンドアを引き出すと、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。
- ヒーターのクリーニングを途中で終了したときは、ヒーターについた脂が残るため、次回調理をするとき、最初においや煙が出ることがあります。
- オーブン調理はメニューに応じて上・下ヒーターを自動的に切り替えます。メニューによっては上・下ヒーターの通電を細かく切り替えるため、ヒーターが赤くならない場合があります。
- 手動調理は上・下ヒーターの通電を細かく切り替えて両面を焼き上げるため、自動調理で調理するときよりも仕上がりに時間がかかる場合があります。

## 調理のポイント

### 魚焼き調理のこつ

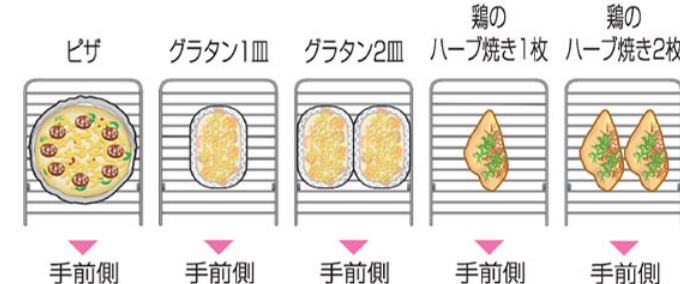
- 魚を調理する場合は、尾などの薄い部分が焦げやすいので、焼網の手前側に尾を向けてください。
- 魚を1~4尾焼く場合は、ヒーター形状により置く位置で焼き色がつきにくい場合がありますので魚を斜めに置いてください。
- 焼網にサラダ油などを塗っておくと調理物が焼網に付着しにくく、取り出しやすくなります。
- 焦げ目のつき具合は魚の種類や大きさ、脂ののり具合、魚の温度、塩のふりかけんによって違います。(塩のふる量が多いと焦げ目が強くなります。)
- 生魚(さんまやあじなど)は、焼き色がつきにくいので、調理する約10~20分前に塩をふっておきます。
- 冷凍してある魚は、よく解凍してから焼いてください。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。
- 焼網よりも大きな魚を調理する場合は、半分に切ってください。
- 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。
- 塩さんま(生)は、保存(冷蔵)期間が2日以上の場合、切身・ひものメニューで焼いてください。(皮が乾燥しているため丸焼きメニューで焼くと皮が裂けたり焦げやすくなります。)
- はらわたを取ったさんま(生)は、切身・ひものメニューで焼いてください。
- 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「仕上がり」キーで調節してください。



手前側

### 自動調理のこつ

- 冷凍食品を調理するときは、解凍せずに冷凍のまま調理してください。
- 冷凍ピザや冷蔵ピザを調理するときは、包装を外してからアルミホイルをピザのまわりにそって折り曲げてください。
- 冷凍グラタンを調理するときは、包装を外してからアルミケース皿のまま入れてください。(電子レンジ用のプラスチック容器の冷凍グラタンは、焼くことができません。)
- 焼き豚などの中まで火をとおすメニューは、食材の厚さを4cm以下にしてください。
- 調理するときの置き方は、図の例のように焼網の中央部に置いてください。



手前側

手前側

手前側

手前側

手前側

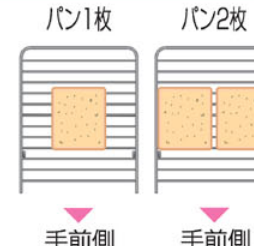
### 手動調理のこつ

- 受皿に水を入れない。
- 小さくて焼網に載せられない場合は、アルミホイルを敷いてから載せる。
- 食品やアルミホイルなどが焼網からはみ出さないように載せる。
- 器や型の高さは4cm以下のものを使う。
- ケーキを焼く場合はアルミホイルで作った型に生地を流し込んで焼く。
- グラタンやアップルパイなど器や型を使って焼くときは、器や型の底をアルミホイルで包む。
- 表面の焼き色がつきすぎるときはアルミホイルをかぶせて焼く。
- 加熱途中で様子をみながら加熱し、器や型の前後を入れかえる。
- 焼き色が濃すぎたり、薄すぎるときは温度を調節する。
- ケーキの焼き上がりの目安は竹串などを刺してみても生地がつかないとき上がり。
- 連続して焼く場合は焼き時間を短くする。

### トースト調理のこつ

- 受皿に水を入れない。
- 焼網にアルミホイルを敷いて焼くと焼き色がつきにくくなります。
- 食材の厚さは4cm以下にしてください。
- 連続して焼く場合は様子をみながら調理し、焼き時間を短くする。
- 冷凍されたパンを焼く場合は様子をみながら調理してください。

- 調理するときの置き方は、図の例のように焼網の中央部に置いてください。



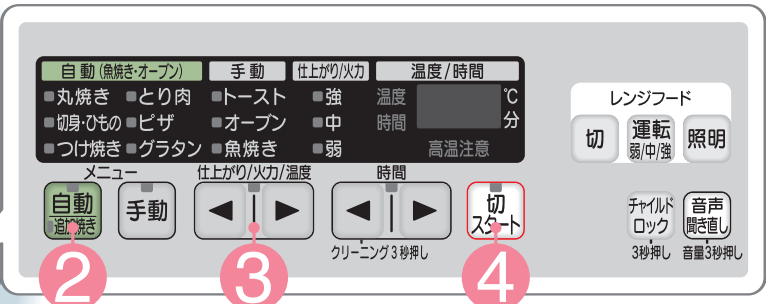
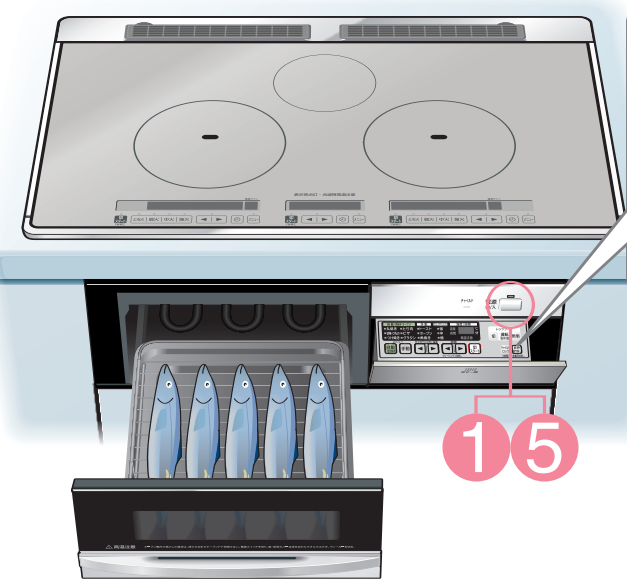
手前側

手前側



# オーブンで調理をする (つづき)

## 自動調理をする



### お知らせ


- 魚焼き自動調理は受皿に水を入れても調理できます。(水約200mL)
- 調理中はメニューおよび仕上がりの変更はできません。
- 調理物を入れたままにしておくでクリーニングや余熱で焦げ過ぎることがあります。

### メニュー選択



### 仕上がり設定



- 時間表示に「」と表示され、途中から調理の残時間を表示します。





- 調理が終了すると約5分間、自動的にヒーターのクリーニング (表示) を行い、自動のランプが点滅します。(ヒーターを加熱してヒーターに付着した脂分を焼き切ります。) 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.34
- ヒーターのクリーニングを途中で終了したい場合は、切スタートを押してください。


- 庫内の温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。





**準備** 材料を焼網の上に載せ、オーブンドアを確実に閉める。前面操作パネルを開く

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

**2**  を押し、希望のメニューのランプを点灯させる

**3** 仕上がり/火力/温度  を押し、材料に適した仕上がり設定する

**4**  を押し、通電する  
メロディーが鳴ったら終了です。  
調理物を取り出します

**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)

## 自動調理の目安

調理物に合わせてメニューと仕上がりを選んでください。  
※ [ ] は1尾 (切れ・枚・本) あたりの重さです。( ) は調理時間の目安です。目安を基準にして、大きさや数によって仕上がりを選んでください。

メニュー	つけ焼き			切身・ひもの			丸焼き		
	弱	中	強	弱	中	強	弱	中	強
魚焼き自動調理の目安	※自動調理の焼きあげ強さは、「つけ焼き」<「切身・ひもの」<「丸焼き」の順に強くなっています。								
	ぶりのつけ焼き (しょうゆ漬け) [約100g] 5切れ (約15~17分)			さんまの一夜干し [約110g] 2枚 (約16~18分)			さんまの塩焼き [約180g] 1~5尾 (1尾:約14~16分) (5尾:約18~19分)		
	さわらの西京漬け (みそ漬け、かす漬け) [約80g] 5切れ (約15~17分)			はたはた [約25g] 5尾 (約12~15分)			塩さんま (塩蔵品) [約180g] 1~5尾 (1尾:約11~13分) (5尾:約14~16分)		
	焼きとり (たれ焼き) [1本 約50g] 8本 (約13~16分)			さんまの塩焼き (はらわたなし) [約180g] 5尾 (約18~19分)			あじの塩焼き [約130g~180g] 1~5尾 (1尾:約14~16分) (5尾:約18~19分)		
				めざし [約25~30g] 5尾 (約12~15分)			はたはた (生) [約30g] 5尾 (約13~16分)		
				さばの切身 [約80~100g] 5切れ (約16~18分)			いさき [約230g] 2尾 (約16~19分)		
				ししゃも [約20g] 5尾 (約11~13分)			鯛の塩焼き [約200~400g] 1尾 (約14~17分)		
				あじの開き [約100g] 2枚 (約15~16分)			鯛の塩焼き [約400g以上] 1尾 (約17~23分)		

※ [ ] は1枚 (皿・本) あたりの重さです。( ) は調理時間の目安です。目安を基準にして、大きさや数によって仕上がりを選んでください。

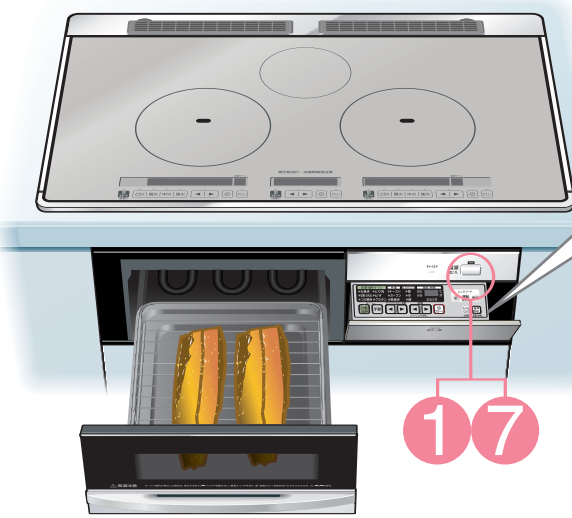
メニュー	ピザ			グラタン			とり肉		
	弱	中	強	弱	中	強	弱	中	強
オープン自動調理の目安	※自動調理の焼きあげ強さは、「ピザ」<「グラタン」<「とり肉」の順に強くなっています。								
	冷凍ピザ [1枚 直径約26cm 約300g] 1枚 (約10~13分)			冷凍グラタン [1皿 約240g] 2皿 (約22~25分)			鶏手羽先のつけ焼き [1本 約60g] 6~8本 (約20~23分)		
	冷蔵ピザ [1枚 直径約26cm 約300g] 1枚 (約10~13分)			手作りグラタン [1皿 約240g] 2皿 (約15~18分)			鶏のハーブ焼き [1枚 約250g] 1~2枚 (約16~20分)		
	手作りピザ [1枚 直径約26cm 約300g] 1枚 (約14~17分)						ローストビーフ [1本 約300g] 1本 (約16~20分)		
							ピリ辛ウィング [1本 約60g] 6~8本 (約19~21分)		
							焼きとり (塩焼き) [1本 約50g] 8本 (約14~17分)		

オープンで調理をする (自動調理をする) / 自動調理の目安



# オーブンで調理をする (つづき)

## 手動のトースト・魚焼き調理をする



**お知らせ**

- 魚焼き調理は、受皿に水を入れても調理できます。(水約200mL)
- トーストを連続して焼く場合は、約4分を目安に様子を見ながら調理してください。

**メニュー選択**

手動 → トースト → オープン → 魚焼き → 解除

オープン手動調理は → P.32

**火力設定 (魚焼き調理のみ)**

弱め      標準      強め

●タイマーを使わない場合は、**切スタート**を押してください。

●途中でタイマーを中止するときは、もう一度 **切スタート**を押して、時間を **00** に設定してください。


●設定した時間を変更したい場合は **切スタート**を押して再度設定してください。

**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。**

●調理が終了すると約5分間、自動的にヒーターのクリーニング(表示)を行います。(魚焼き調理のみ)

●ヒーターのクリーニングを途中で終了したい場合は、**切スタート**を押してください。

●庫内の温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。



**準備** 材料を焼網の上に載せ、オーブンドアを確実に閉める。前面操作パネルを開く

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

**2** 手動 を押し、希望のメニューのランプを点灯させる

**3** 仕上がり/火力/温度 を押し、材料に合わせて火力を設定する

- トーストには火力の設定はありません。

**4** 時間 を押し、時間を設定する

- 設定できる最大時間  
トースト▶10分    魚焼き▶30分

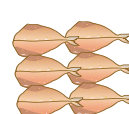




**5** 切スタート を押し、通電する

**6** 調理が終わったら 切スタート を押し、通電を切る

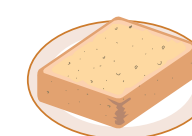
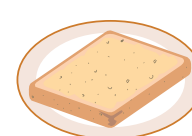
**7** 続けて使わないときは 電源切/入 を押し、電源を切る (ランプが消灯します)

## 手動調理の目安

材料に合わせてメニューと火力を選んでください。  
※ [ ] は1枚(尾・はい)あたりの重さです。( ) は調理時間の目安です。目安を基準にして、大きさや数によって火力を選んでください。

メニュー	魚焼き手動 (自動で焼けないもの)		
	弱	中	強
調理例		 小あじのみりん干し [1枚 約20~40g] 小6枚 (約5~10分)	 さんまのみりん干し [約80~160g] 中2枚 (約6~10分)
		 スルメ [1枚 約70g] 1枚 (約3~5分)	 うるめいわし丸干し [1尾 約10~15g] 5~10尾 (約5~10分)
			 いかのつけ焼き [1はい 約250g] 2はい (約10~16分)

※ ( ) は調理時間の目安です。目安を基準にして、大きさや数によって時間を選んでください。

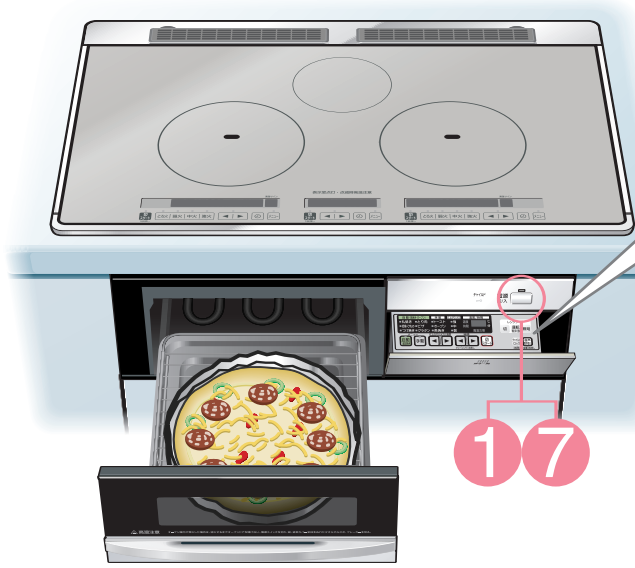
メニュー	トースト		
調理例	 4枚切 (厚み約30mm) 1~2枚 (約6~7分)	 6枚切 (厚み約20mm) 1~2枚 (約6~7分)	 8枚切 (厚み約15mm) 1~2枚 (約6~7分)

オーブンで調理をする(手動のトースト・魚焼き調理をする)手動調理の目安



# オーブンで調理をする (つづき)

## 手動のオーブン調理をする



1 7

**準備** 材料を焼網の上に載せ、オーブンドアを確実に閉める。前面操作パネルを開く

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

**2** 手動 を押し、「オープン」の位置にランプを点灯させる

**3** 仕上がり/火力/温度 を押し、メニューに合わせて温度を設定する

**4** 時間 を押し、時間を設定する

●設定できる最大時間  
オープン▶30分

**5** 切スタート を押し、通電する

**6** 調理が終わったら 切スタート を押し、通電を切る

**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)

自動 (魚焼きオープン) 手動 仕上がり/火力 温度/時間

丸焼き 鶏肉 トースト 強 温度 度分

切身・もの ピザ オープン 中 時間

つけ焼き グラタン 魚焼き 弱 高温注意

メニュー 仕上がり/火力/温度 時間 切スタート

レンジフード 切 運転 照明

チャイルドロック 音声 3秒押し 3秒押し

クリーニング3秒押し

お願い

●オーブン調理は受皿に水を入れないでください。

メニュー選択

手動 トースト オープン 魚焼き

手動 トースト オープン 魚焼き

手動 トースト オープン 魚焼き

解除

トースト・魚焼き手動調理は ▶P.30

温度設定 140 150 180 190 200 210 220 240 260 280

●タイマーを使わない場合は、切スタート を押してください。

●途中でタイマーを中止するときは、もう一度 時間 を押して、時間を 00 に設定してください。

●設定した時間を変更したい場合は 時間 を押して再度設定してください。

調理中はそばを離れず、調理の仕上がりに合わせて、調理時間を調節してください。

●調理が終了すると約5分間、自動的にヒーターのクリーニング (表示) を行います。










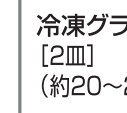
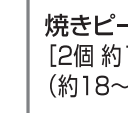






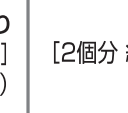

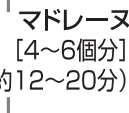
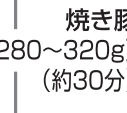
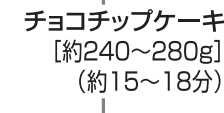

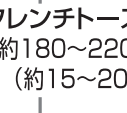


●ヒーターのクリーニングを途中で終了したい場合は、切スタート を押してください。

●庫内の温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。

温度/時間 温度 時間 点滅 高温注意

## 温度調節の目安

※ [ ] は分量です。( ) は調理時間の目安です。温度設定は調理時の目安です。材料により異なります。

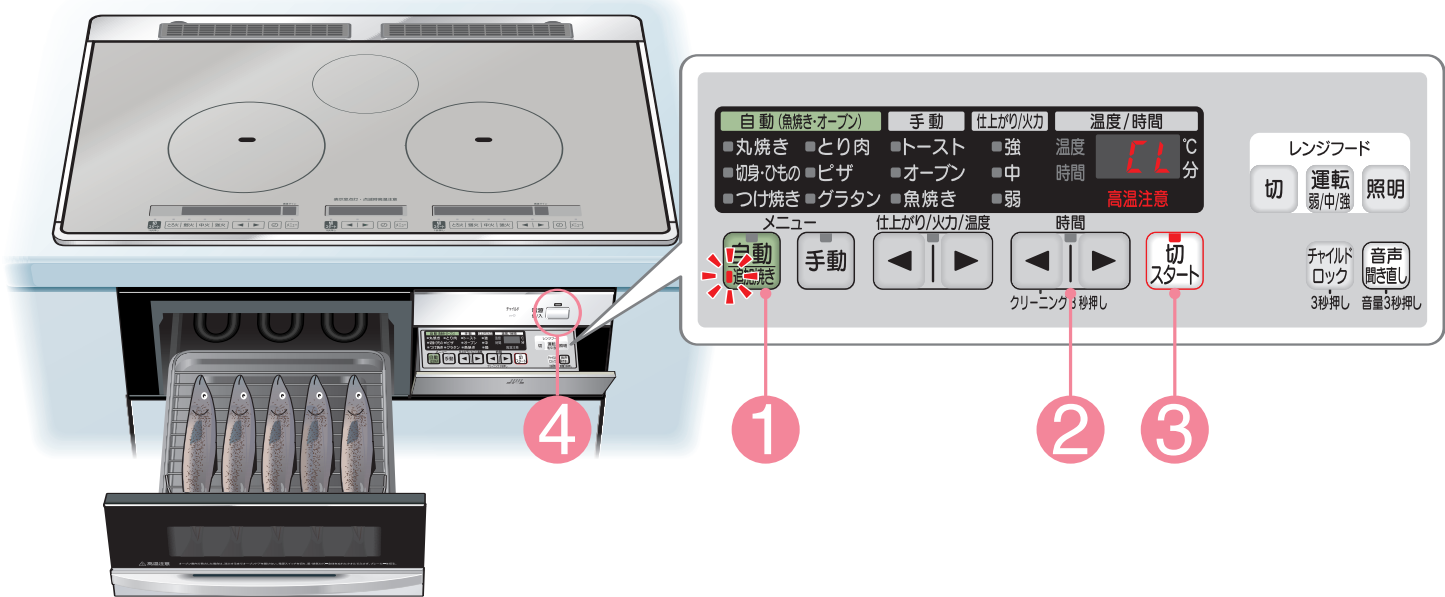
140	160	180	190	200	210	220	240	260	280
 焼きプリン [直径約7.5×4cmの スフレ型 6個] (約28~30分)	 フライ温め [1皿 約100~300g] (約12~18分)	 ピザ (冷蔵・冷凍・手作り) [約280~330g] (約13~18分)	 野菜のグラタン (手作り) [直径約22cm皿] (約20~30分)	 パエリア [直径約24cm皿] (約30分)					
		 ハンバーグあたため [約160~200g] (約16~20分)	 クッキー [16個 約100~120g] (約15~20分)	 ピリ辛ウイング [約340~380g] (約20~25分)	 手羽先 [約300~350g] (約20~25分)	 冷凍グラタン [2皿] (約20~25分)	 さつま揚げ [約160~200g] (約12~15分)	 鶏のハーブ焼き [約240~280g] (約22~25分)	
		 ブラウニー [約18×18cm] (約30分)	 冷凍焼きおにぎりの あたため [4~6個 約180~320g] (約20~25分)	 アップルパイ [直径約18~23cm皿] (約25~30分)	 焼きおにぎり [1個 約80gのもの 4~6個] (約8~12分)	 厚揚げ [約200~300g] (約16~20分)	 焼きピーマン [2個 約120~150g] (約18~20分)	 焼きなす [3個 約180~220g] (約18~20分)	
		 マドレーヌ [4~6個分] (約12~20分)	 焼き豚 [約280~320g] (約30分)	 チョコチップケーキ [約240~280g] (約15~18分)	 焼きいも [2個 約450~500g] (約25~30分)	 ラムチョップ [約340~380g] (約20~25分)	 フレンチトースト [約180~220g] (約15~20分)	 ピザトースト [約180~220g] (約14~18分)	

オーブンで調理をする(手動のオープン調理をする)/温度調節の目安



# オーブンで調理をする (つづき)

## 追加焼きをする



自動調理終了後、ヒーターの  
クリーニング中 (→P.28) にセットする

1 **自動追加焼き** を押し、  
ランプを点灯させる

2 **時間** を押し、  
時間を設定する

3 **切スタート** を押し、**通電する**  
メロディーが鳴ったら終了です。  
調理物を取り出します

4 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)

### 追加焼き時間設定

自動 (魚焼き・オープン)	手動	仕上がり/火力	温度/時間
丸焼き ■ とり肉 ■ トースト ■ 強	丸焼き ■ とり肉 ■ トースト ■ 強	温度	℃
切身・ひもの ■ ピザ ■ オープン ■ 中	切身・ひもの ■ ピザ ■ オープン ■ 中	時間	分
つけ焼き ■ グラタン ■ 魚焼き ■ 弱	つけ焼き ■ グラタン ■ 魚焼き ■ 弱	高温注意	

● 設定時間は3分から始まります。29分まで設定できます。

- 調理が終了すると約5分間、自動的にヒーターのクリーニング (表示) を行い、**自動追加焼き** のランプが点滅します。  
焼きが足りないときはもう一度追加焼きを行ってください。
- ヒーターのクリーニングを途中で終了したい場合は、**切スタート** を押してください。

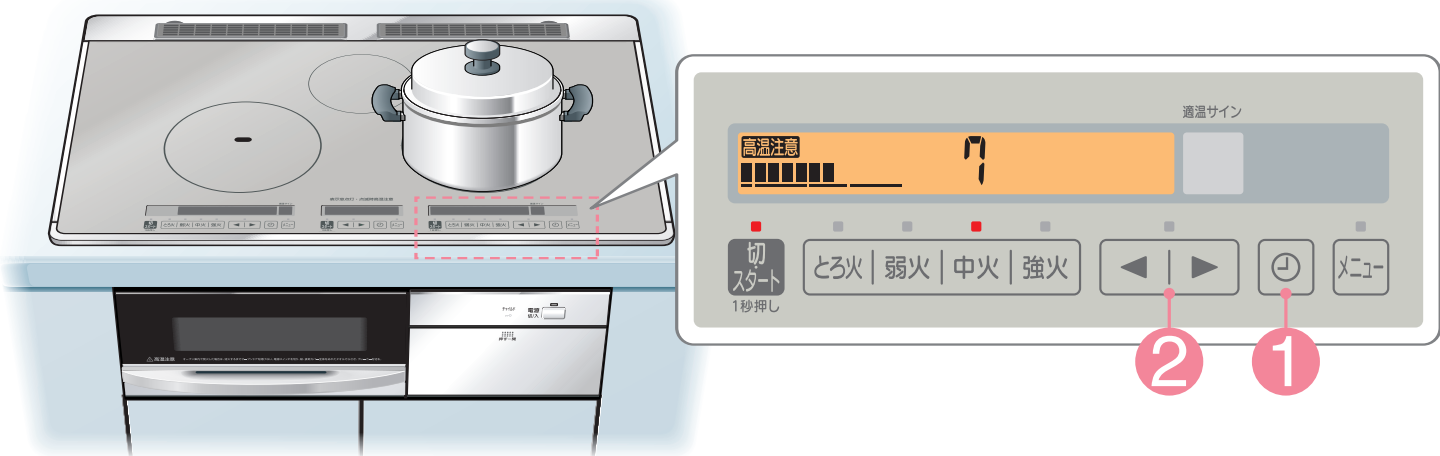
● 庫内の温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。



# 便利に使う

## 左・右・中央ヒーターでタイマーを使う

お知らせ 右ヒーターで説明しています。



電源を入れ、火力または保温・煮込みを選び、**切スタート** を押したあとの通電中 (調理中) にセットする

1 **切スタート** を押す。



2 **時間** を押し、時間を設定する

- 設定できる最大時間  
火力「1」～「5」▶ 9時間55分  
火力「6」～「12」▶ 1時間  
保温 ▶ 1時間  
煮込み ▶ 2時間



1分～1時間までは1分きざみ、1～5時間までは10分きざみ、5～9時間55分までは30分きざみで設定できます。

約3秒間待つ。メロディーが鳴り、タイマーがスタートします  
メロディーが鳴ったらタイマー終了です。自動的に通電を停止します。

- 途中でタイマーを中止するときは、**切スタート** を押してください。
- 設定した時間を変更したい場合は、タイマーを中止し、再度設定してください。

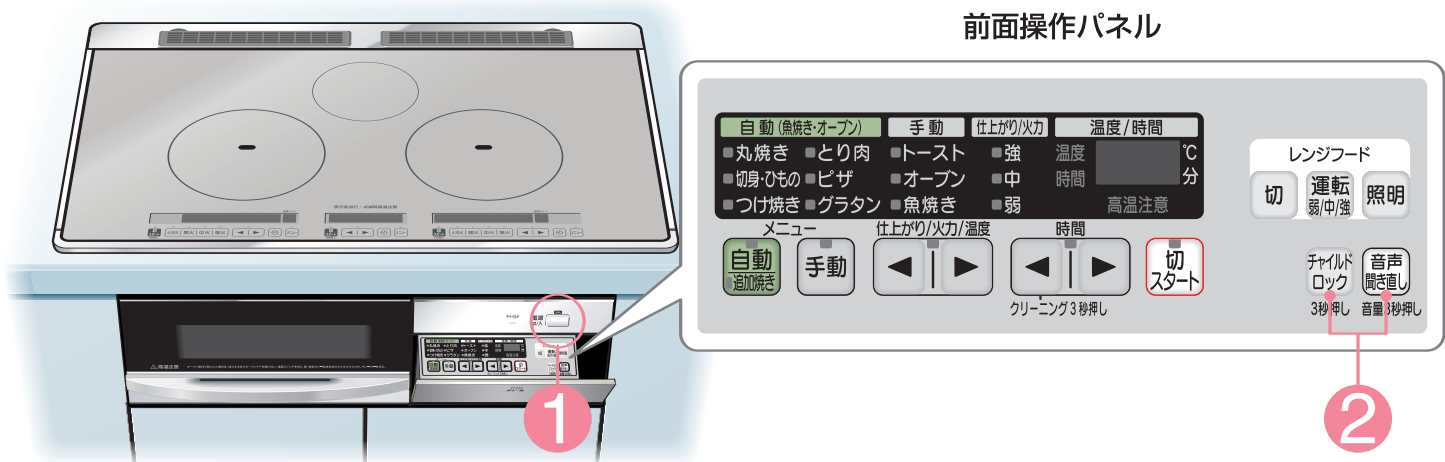
オーブンで調理をする (追加焼きをする) / 便利に使う (左・右・中央ヒーターでタイマーを使う)



# 便利に使う (つづき)

## 操作をロックする

- お知らせ
- 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。



### 操作をロックする

- 1 電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、電源を入れる(ランプが点灯します)
- 2 チャイルドロック を3秒間押し、ランプを点灯させる

### ロックを解除する

- 1 電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、電源を入れる(ランプが点灯します)
- 2 チャイルドロック を3秒間押し、ランプを消灯させる

## 音声の音量設定・聞き直し

### 音量を設定する

- 1 電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、電源を入れる(ランプが点灯します)
- 2 音声聞き直し を3秒間押し、音声聞き直し を押し、希望の音量を選ぶ  
希望の音量で3秒経過するとセット完了

### 音声を聞き直し

音声を聞き直したいときは 音声聞き直し を押し 直前の音声の内容が流れます。

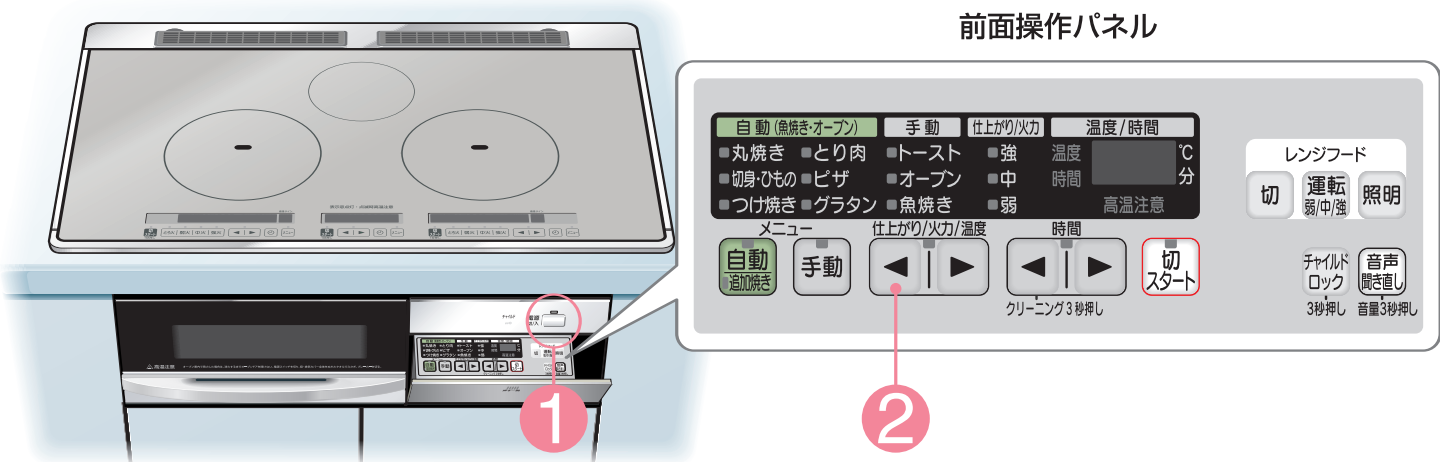
音量設定時の表示



- 3 音量「大」
- 2 音量「中」
- 1 音量「小」
- 0 音量「切」

## レンジフードファン連動システムを使う(機能付のみ)

- お知らせ
- レンジフードファン連動システムは各ヒーター、またはオープンの通電・停止に連動して、レンジフード(連動システム対応機種のみ)が運転・停止するシステムです。
  - 詳しくはレンジフードの取扱説明書をご覧ください。
  - レンジフードファン連動システム対応のレンジフードについては、お買い上げの販売店または「ご相談窓口」→P.63 にお問い合わせください。



### 操作と連動する内容

クッキングヒーターの操作	レンジフードの動作
各ヒーター、またはオープンの通電を開始したとき	運転を開始します。
各ヒーター、またはオープンの通電を停止したとき	約3分後に自動停止します。

### ⅡH クッキングヒーターの前面操作パネルでレンジフードを操作する

運転を切り替えるときは 運転弱/中/強 を押す  
押すごとにレンジフードの風量が切り替わります。

レンジフードが停止中に 運転弱/中/強 を押すと  
「弱」で運転を開始し、押すごとに風量が「弱」→「中」→「強」→「弱」と切り替わります。

### お願い

- クッキングヒーターからの信号がさえぎられるとレンジフードが動作しない場合があります。
- 送信部が汚れている。
  - 送信部が鍋やフライパンのとなりにあってなどおわれている。
  - 他のリモコンを操作している。

照明を点灯(消灯)するときは 照明 を押す

運転を停止するときは 切 を押す

## メロディーをブザーに切り替える

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

- 2 前面操作パネルの 仕上がり/火力/温度 を3秒間押し、「ピッ」と鳴ったら 切り替え完了  
●もとにもどすときも、同じ操作をします。

便利に使う(操作をロックする/音声の音量設定・聞き直し/レンジフードファン連動システムを使う/メロディーをブザーに切り替える)



# お手入れ



注意



●お手入れは、

必ず電源を切り、本体が冷えてから行う。

## ご注意

- ご使用のたびにお手入れしてください。
- ベンジン、シンナー、粉末タイプのみがき粉は使用しないでください。
- 吸・排気口に水が入らないよう、ご注意ください。

## トッププレート・プレートワク(ステンレス製)・光センサー

### ●軽い汚れ

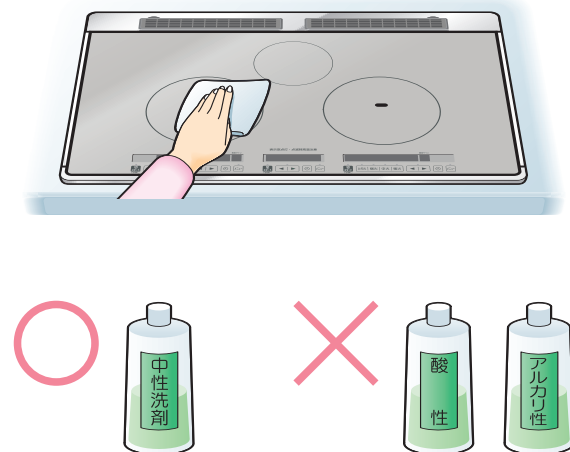
絞ったふきんでふき取り、その後乾いたふきんでからぶきする。

### ●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、その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)は使わないでください。(トッププレート・プレートワクの変色の原因となります。)



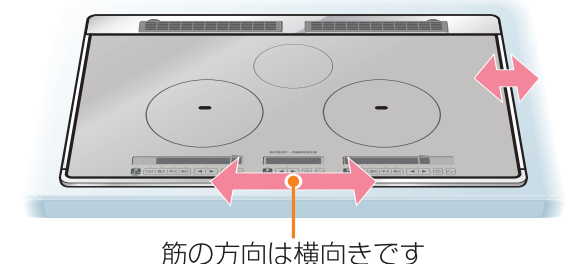
### ●落ちにくい汚れ

クリームタイプのみがき粉を丸めたラップにつけてこすり取る。

※プレートワクはステンレスの筋にそって、こすってください。

#### ご注意

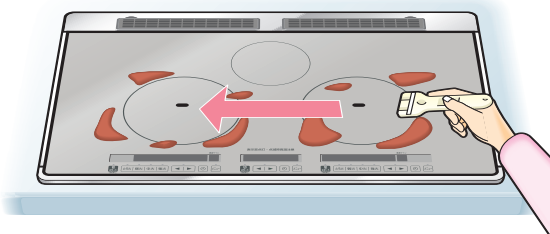
- ドライバーやフォークなど先の鋭いものや粉末タイプのみがき粉は使わないでください。
- 金属のたわし・スポンジのナイロン面、アルミホイルなどでこすらないでください。(トッププレート・プレートワクが傷つく原因となります。)



筋の方向は横向きです

### ●それでも落ちないときは

市販のセラミック用スクレーパー等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。



#### お知らせ

- 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、センサーが正しく働かない場合があります。

#### 別売品

2008年8月現在

### トッププレート専用クリーナー

- トッププレートの汚れをおとし、光沢をだし、ふきこぼれによる汚れや焦げつきを抑えます。

品名: ガラスクリーナー  
型式: HT-K1  
希望小売価格: 1,470円  
(税抜1,400円)



※お買い上げの販売店または「ご相談窓口」(P.63)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。

## 吸・排気カバー、吸気口ポケット

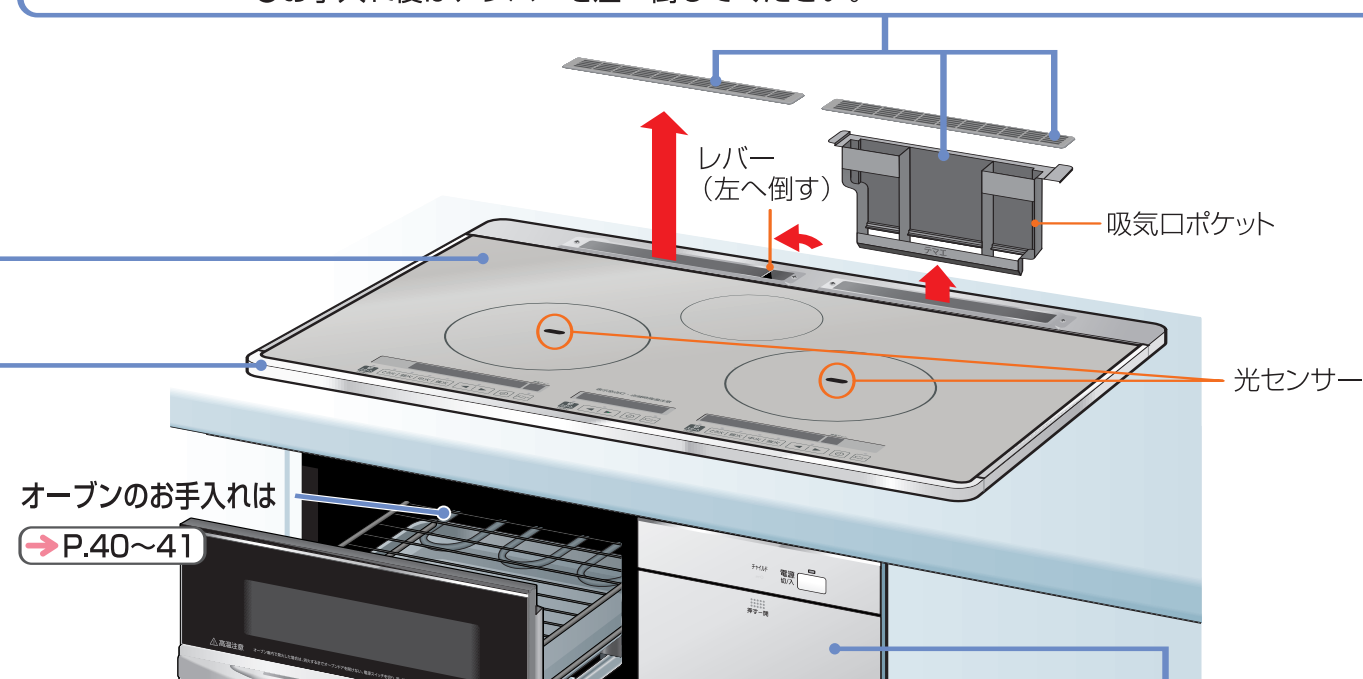
薄めた台所用洗剤(中性)とスポンジで洗う。

※たわしやみがき粉は使わないでください。

吸・排気カバーの下の油污れもお手入れしてください。

#### ご注意

- 吸・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うと、安全装置が作動して通電を停止したり、オーブン使用中にオーブンドアから煙がもれたりする場合があります。
- お手入れ後は、水気をよくふき取り、本体に必ずセットしてください。
- 吸・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。
- お手入れ後は、レバーを左へ倒してください。



オープンのお手入れは

→P.40~41

## 天ぷら鍋(付属品)

- ①薄めた台所用洗剤(中性)とお湯で洗う。
  - たわしやみがき粉は使用しないでください。

- ②鍋底や外側の異物や汚れをとる。

- 汚れがこびりついたまま使うと、油温を正しくコントロールできないことがあります。またトッププレートが汚れます。

- ③洗い終わったら水気を切り、乾いたら内側に軽く食用油をぬる。

- 洗ったままにしておくとさびます。

※天ぷら鍋に同梱の説明書をよく読んでご使用ください。

- 鍋底が反ったり、変形した場合は使用しないでください。お買い上げの販売店でお買い求めください。→P.5



## 前面操作パネル

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。故障の原因となります。
- ベンジン・シンナー・漂白剤・アルカリ性洗剤は使わない。
- 金属製のたわし・スポンジのナイロン面でこすらないでください。

お手入れ



# お手入れ (つづき)



**注意**



●お手入れは、

必ず電源を切り、本体が冷えてから行う。

## オーブドア・受皿・焼網の取り外しかた

**1** とってを両手でしっかり持ち、ゆっくり止まるまで引き出す

受皿内の脂などをこぼさないように注意してください。

**2** 焼網と受皿を外す

**3** とつての下側に手をまわし、オーブドアバネを軽く引き下げる

オーブドアバネを押さえずに無理に外すとオーブドアが破損したり、変形することがあります。

**ご注意**

オーブドアを押し倒して外さないでください。オーブドアが破損したり変形することがあります。

**4** オーブドアを本体側へ倒すようにし、左右2箇所のツメを外す

## オーブドア・受皿・焼網の取り付けかた

**1** オーブドアを本体側へ倒すようにし、レール側のツメ2箇所をオーブドア下部の角穴に差し込む

**2** オーブドアを手でささえ、垂直に起こしながらはめ込む

カチッと音がしてオーブドアが固定されます。

**3** 受皿と焼網を載せる

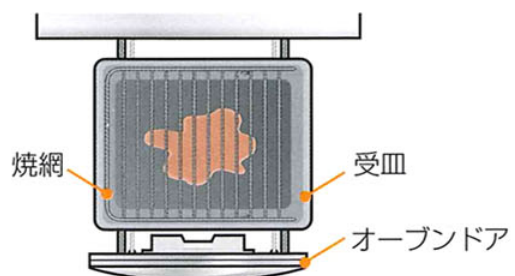
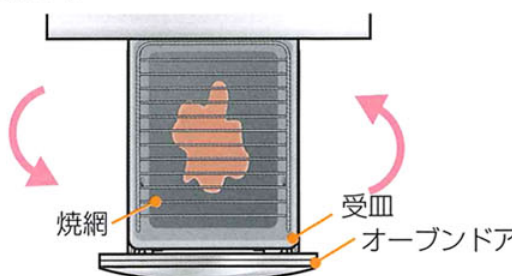
焼網は、支え部を手前にして受皿にセットしてください。焼網を逆に入れるとヒーターに当たってドアが閉まりません。

**4** オーブドアは本体の前面に当たるまで押し閉める

## 脂や汁がたまっている受皿の取り外しかた

①脂や汁がたまっている受皿の両側をしっかりと持ち、ゆっくりこぼれないように90度回転させます。

②受皿の脂や汁がこぼれないようにゆっくり持ち上げて外してください。



## オーブドアのお手入れ

薄めた台所用洗剤 (中性) とスポンジで洗う。

- お願い**
- たわし・みがき粉は使用しないでください。(表面を傷つけます。)
  - オーブドアは、食器洗い乾燥機や食器乾燥器には入れないでください。(樹脂部が変形します。)



## 受皿・焼網のお手入れ

薄めた台所用洗剤 (中性) とスポンジで洗う。

- お願い** 受皿・焼網のフッ素加工を傷めないでください。
- たわし・みがき粉は使用しないでください。(表面を傷つけます。)
  - 金属製のたわし・スポンジのナイロン面でこすらないでください。フッ素加工に傷が付いたりはがれたりすることがあります。また受皿の裏面を傷つけます。
  - 受皿・焼網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。
  - ご使用のたびにお手入れしてください。
  - 汚れがこびりつくと調理物が取りにくくなることがあります。
  - 受皿・焼網は消耗品です。フッ素加工が傷んだ場合は、お買い上げの販売店でお買い求めください。→ P.5



## オーブン庫内のお手入れ

庫内クリーニングをご使用ください。オーブン庫内の油汚れを乾燥させ、においを軽減することができます。

**準備** 焼網・受皿を取り外し、オーブドアを確実に閉める。前面操作パネルを開く

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

**2** 時間を3秒押し、表示部に「[L]」を表示させる

**3** 切スタート を押し、通電する

メロディーが鳴ったら終了です。

**4** 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)

**ご注意**

- においを軽減しますが、汚れは除去できません。
- クリーニング中は、オーブン庫内の油を焼き切るため煙が出る場合があります。必ずレンジフードを使用してください。

**ご注意**

- オーブン庫内に落ちた食品カスなどは、オーブン庫内が冷えてから手袋などをして取り除いてください。
- オーブン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。

クリーニング中は表示部に「[L]」を表示します。約11分で終了します。

- 庫内の温度が約80℃以下になるまで「高温注意」表示をします。



お手入れ



# 故障かなと思ったら

故障かなと思ったら、次のことをお調べください。

現象	原因
通電しない。	<ul style="list-style-type: none"><li>●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。</li><li>●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。<ul style="list-style-type: none"><li>・電源をブザーが鳴るまで押してください。</li><li>・電源ランプが点灯します。</li></ul>※電源を「入」の状態です約30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。</li><li>●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.36</li><li>●左・右・中央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.12)</li></ul>
使用途中にヒーターの通電が停止した。 (切り忘れ防止自動停止機能)	<ul style="list-style-type: none"><li>●切り忘れ防止自動停止機能が働いています。 各ヒーターに一定時間経過すると自動的に通電を停止する、切り忘れ防止自動停止機能が設けられています。<ul style="list-style-type: none"><li>・左・右・中央ヒーターは操作後約45分</li><li>・オープン(手動調理)は約30分</li><li>・トーストは約10分</li><li>・適温サインは適温表示後約15分</li></ul>切り忘れ防止自動停止機能が働いた時はメロディーでお知らせします。再度、通電をスタートしてください。</li></ul>
液晶表示の火力バーが交互に点灯し、約30秒後に消灯した。 (小物検知自動停止機能、鍋無し自動停止機能)	<ul style="list-style-type: none"><li>●鍋をヒーターの中央に置いていますか。</li><li>●使えない鍋を置いていませんか。→P.12 使える鍋を置いてください。</li></ul> <p>※図は火力「7」で使用了場合。</p> <div></div> <p>約30秒後、メロディーが鳴り、液晶表示が消え、通電を停止します。</p> <p>※付属の天ぷら鍋で確認しても同じ場合はお買い上げの販売店にご連絡ください。</p>
使用途中に停電になった。	<ul style="list-style-type: none"><li>●通電中のヒーターは停止し、タイマーも取り消されます。</li><li>●電源を入れ、もう一度操作を初めから行ってください。<ul style="list-style-type: none"><li>・電源をブザーが鳴るまで押してください。</li><li>・電源ランプが点灯します。</li></ul></li></ul> <div><b>警告</b>  トッププレートやオーブドアおよび庫内など高温部に触れない</div>

電源について

現象	原因
アルミ鍋、アルミフライパンを使うとずれたり浮く感じがする。 (C20Tシリーズ/C10Tシリーズのみ)	<ul style="list-style-type: none"><li>●IH加熱での「磁力の反発力」が鍋を浮かそうとするためです。鍋と調理物の重さを合わせて約1kg以上にしてください。 また、トッププレート・鍋底がぬれているときに動きやすくなるので、使用前にふいてください。</li></ul>
アルミ鍋、アルミフライパンは火力が弱くなるものがある。 (C20Tシリーズ/C10Tシリーズのみ)	<ul style="list-style-type: none"><li>●特に片方にとってがある、重量が軽いフライパン・片手鍋・雪平鍋はバランスが悪く動いたり火力がかなり弱くなるものがあります。調理物と合わせて約1kg以上にしてお使いください。火力の低下が大きい場合は、ふたをして低めの設定火力で調理してください。アルミ両手鍋は、鍋が変形しやすいので炒めものや空だきをしないでください。(使える鍋について→P.12)</li></ul>
ステンレス板を底部に貼り合わせたアルミ鍋を右ヒーターで通電すると火力が弱くなることもある。 (C20Tシリーズ/C10Tシリーズのみ)	<ul style="list-style-type: none"><li>●多数の穴が開いたステンレス板を底部に貼り合わせたアルミ鍋のステンレス板の面積が直径12cmの面積(約113cm<sup>2</sup>)に満たないとアルミの小鍋と判断して火力が弱くなる場合があります。 (使える鍋について→P.12)</li></ul>
鍋底の直径が小さかったり、鍋底が反っている鍋は火力が弱くなることもある。	<ul style="list-style-type: none"><li>●ホーロー・ステンレス製の鍋については鍋底の直径が左・右ヒーターの場合は12～26cmのもの、中央ヒーターの場合は12～20cmのもので、鍋底の反りが3mm以下のものをご使用ください。アルミ・銅鍋については鍋底の直径が15～26cmのもので鍋底の反りが1mm以下のものをご使用ください。(使える鍋について→P.12)</li></ul>
左・右・中央ヒーターで火力が違う。	<ul style="list-style-type: none"><li>●同じ鍋でも、左・右・中央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、通電できる場合とできない場合があります。</li></ul>
炒めものなどを行うと左・右・中央ヒーターの火力が弱くなることもある。	<ul style="list-style-type: none"><li>●炒めものなどを行うと、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。</li></ul>
左・右・中央ヒーターでの調理に時間がかかる。調理のできあがりが遅い。	<ul style="list-style-type: none"><li>●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。</li><li>●使える鍋を使用していますか。→P.12 使える鍋を使用してください。</li><li>●アルミ・銅鍋などは鉄・磁性ステンレスなどと比べて、火力が約20～30%弱くなります。</li></ul>

火力について

故障かなと思ったら



# 故障かなと思ったら (つづき)

	現象	原因
音について	電源を入・切すると「カチャ」と音がする。	●電源を入・切すると、内部電気部品のスイッチの動作音がします。
	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。本体内部の回路を保護するために、キー操作後冷却ファンが必ず約10分間動作します。自動的に冷却ファンは止まります。
	使用中にファンの音が大きくなったり止まることがある。	●本体内部を冷やすために冷却ファンの回転を設定火力に合わせて変えています。設定火力が大きい場合は冷却ファンが高速回転するためファンの風切り音が大きくなります。
	左・右・中央ヒーター使用中に鍋から音がする。	●鍋底が薄い鍋や多層鍋、ホーローの密着が良くない鉄ホーローなど鍋の種類によっては音（ジー音、カチカチ音）や共鳴音（キーン音、キューン音）が発生することがあります。また鍋のとってに振動を感じることもあります。これは磁力線により鍋自体が振動するため、異常ではありません。 ・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。 ・左・右・中央ヒーターを同時に使用した場合、鍋の種類によっては調理中に共鳴音「キーン」や「キューン」という音がしますが、これも磁力線により鍋が振動するためで異常ではありません。
結露について	オーブンの排気口から出た水蒸気が壁面に結露することがある。	●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。
	光センサー部が結露することがある。	●吸気口から直接蒸気を吸い込むと、結露することがありますが、しばらくするとともにもどります。
その他	自動炊飯や保温動作中に鍋をおろしても表示部に「鍋確認」と表示されない場合がある。	●自動炊飯や保温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おろしても「鍋確認」を表示しません。自動炊飯を途中で中止する場合や保温を終了する場合は、上面操作パネル部の「切/スタート」キーを押して通電を切ってください。

	現象	原因
オーブンについて	オーブン調理中、庫内で瞬間的に炎がでたり、排気口から煙が出る。	●魚の脂などがヒーターの上に直接落ちると、瞬間的に炎や煙が出ることがあります。異常ではありません。 ●魚の脂などが受皿に落ちると、瞬間的に煙が出ることがあります。異常ではありません。 ●調理を始めてしばらくの間、前回の調理でヒーターについた脂が加熱されて、においや煙が出ることがあります。異常ではありません。
	オーブン調理終了後、タイマー表示部に「L」表示が出て、排気口から熱風が出る。	●調理終了後、ヒーターのクリーニングのため、下ヒーターと触媒加熱用ヒーター、ファンに通電します。（約5分間）
	オーブンで魚を焼いたときに排気口やオーブンドアの隙間から煙や水蒸気漏れることがある。	●オーブン庫内の排気口には煙やにおいをおさえる触媒機能が入っていますが、魚などの調理物から多量の煙が発生した場合は触媒の能力を超えて排気口やオーブンドアの隙間から漏れることがありますが、故障ではありません。
レンジフードについて	レンジフードが回らない。 <small>（レンジフードファン連動システム付のみ）</small>	●送信部または受信部が汚れていませんか。 クッキングヒーターの送信部・レンジフードの受信部を掃除してください。（レンジフードの取扱説明書も合わせてご覧ください。）→P.37 ●送信部に鍋などを置いていませんか。 鍋などを送信部から取り除いてください。→P.37 ●送信部の上にフライパンなどのとってを向けていませんか。 フライパンなどのとっての向きを変えてください。→P.37
	クッキングヒーターのヒーターまたはオーブンの通電を停止しても、レンジフードが止まらない。 <small>（レンジフードファン連動システム付のみ）</small>	●レンジフードはクッキングヒーターすべてのヒーターとオーブンの通電を停止しても約3分間動作します。 すぐにレンジフードを止めたい場合はレンジフード「切」キーを押してください。 ●クッキングヒーターのいずれかのヒーターまたはオーブンの通電をしているとレンジフードは止まりません。 止める場合は、レンジフード「切」キーを押してください。



# 故障かなと思ったら (つづき)







現象		原因
自動炊飯について	炊き上がったごはんがかたすぎる／芯が残る。	<ul style="list-style-type: none"><li>●米の量、水の量がまちがっていませんか。正しくはかってください。→P.23</li><li>●炊く前に米を浸していますか。通常30分以上、冬場は1時間以上浸してください。</li><li>●炊くときにお湯を使用していませんか。お湯を使用すると芯が残ります。</li><li>●鍋の種類によっては、ごはんの芯が残るなど、うまく炊けない場合があります。炊きかげんの設定を「強め」に調節してください。→P.22</li></ul>
	炊き上がったごはんがやわらかい。	<ul style="list-style-type: none"><li>●洗米後によく水を切っていますか。十分に水を切らないと炊飯時の水量が多くなります。お米を研いだあとは、ざるに上げて十分に水切りをしてください。</li><li>●炊飯後にふたをしたまま置いていませんか。湯気が露となって落ち、ごはんがべちゃつきます。通電が終了したら、すぐにふたを開け、全体をほぐして余分な水分を逃がしてください。<ul style="list-style-type: none"><li>・ふたをしておくときは、乾いたふきんをかけてからふたをしてください。</li></ul></li></ul>
	ごはんが焦げる、こびり付く。	<ul style="list-style-type: none"><li>●炊飯に適さない鍋を使うと、ごはんが焦げついたり、こびり付きやすくなります。(うす手の鍋、ホーロー鍋など)必ずIHまたはCHHマーク付きで底の厚さ1.5mm以上の鍋をお使いください。→P.12</li><li>●無洗米は、焦げやすくなります。残り10分で通電を切り、鍋をヒーターから外して蒸らしてください。<ul style="list-style-type: none"><li>・こびり付く場合は、ぬれたふきんの上に置いて蒸らすと抑えられます。</li></ul></li></ul>
	ごはんが炊けていない。	<ul style="list-style-type: none"><li>●設定をまちがえていませんか。炊飯メニューを使い、米の量に合わせてカップ数を正しく設定してください。→P.22</li></ul>
	予熱時間が長い。通電が停止する。	<ul style="list-style-type: none"><li>●鍋底の直径が小さかったり鍋底が反っているフライパン・鍋は火力が弱くなる場合があるため、予熱時間が長くなります。またフライパン・鍋の温度が適温にならず通電を停止する場合があります。(適温サイン)で使えるフライパンについて→P.12</li></ul>
適温サインについて	鍋の温度が低すぎたり高すぎる。	<ul style="list-style-type: none"><li>●鍋の材質・大きさ・形状・置く位置により鍋の温度が低すぎたり高すぎる場合があります。(適温サイン)で使えるフライパンについて→P.12</li></ul>

現象		原因
上面操作パネルについて	上面操作パネルの表示にCPと表示されてキー操作ができない。	<ul style="list-style-type: none"><li>●上面操作パネルに調理物がふきこぼれたり、水滴などが付着していませんか。調理物や水滴などを取り除いてください。→P.48</li><li>●上面操作パネルに鍋などを置いていませんか。鍋などを取り除いてください。→P.48</li><li>●キーを長押ししていませんか。キーに約3秒以上ふれていても表示されます。→P.48</li></ul>
	上面操作パネルの表示にCPと表示される。	<ul style="list-style-type: none"><li>●上面操作部の切スタートの上に調理物がふきこぼれたり、水滴などが付着していませんか。調理物や水滴などを取り除いてください。→P.48</li></ul>
	CPと表示され通電が停止する。	<ul style="list-style-type: none"><li>●CPと表示されて約10秒後に停止します。</li><li>●上面操作パネルに調理物がふきこぼれたり、水滴などが付着していませんか。調理物や水滴などを取り除いてください。→P.48</li><li>●上面操作パネルに鍋などを置いていませんか。鍋などを取り除いてください。→P.48</li><li>●キーを長押ししていませんか。キーに約3秒以上ふれていても表示されます。→P.48</li></ul>
	上面操作部のキー操作ができない。	<ul style="list-style-type: none"><li>●指に指サックや傷テープ、手袋をしていませんか。直接指でふれてください。</li><li>●隣のキーに触れていませんか。一個づつ操作してください。</li><li>●上面操作パネルに物を置いていませんか。物を取り除いてください。</li><li>●上面操作パネルに調理物や汚れがこびりついていませんか。トッププレートのお手入れをしてください。→P.38</li><li>●切スタートを1秒以上の長押しをしていますか。ブザーが鳴るまで押してください。</li></ul>
	上面操作パネルの表示部の液晶が黒くなる。	<ul style="list-style-type: none"><li>●表示部の上に熱い鍋などを置くと液晶が黒くなる場合がありますが、しばらく放置するとともにもどります。※表示部の上に熱い鍋などを置かないでください。</li></ul>
	上面操作パネルの表示部の液晶がくもる。	<ul style="list-style-type: none"><li>●吸気口から直接蒸気を吸い込むと、液晶がくもることがありますが、しばらくするとともにもどります。</li></ul>







故障かなと思ったら（つづき）



上面操作パネルに次の表示が出たとき

表示とお知らせ内容	確認するところ	直しかた
 左・右・中央ヒーター使用時、液晶表示が赤く点灯する。	●空だきになっています。 ●炒めものの調理を行うと表示する場合があります。	●鍋に調理物を入れてください。 ●火力を下げてください。
 揚げものの温度コントロールを使用したら、左・右ヒーターの液晶表示が赤く点灯する。	●付属の天ぷら鍋の底に2mm以上の反りがあったり変形しています。 ●付属の天ぷら鍋の底やトッププレートに異物や汚れが付着している。	●反りや変形がある場合は新しい鍋をご購入ください。→P.5 ●異物や汚れの場合はお手入れをしてご使用ください。
 左・右・中央ヒーター使用時、液晶表示が赤く点灯する。	●上面操作パネルに調理物がふきこぼれたり、水滴などが付着している。 ●上面操作パネルに鍋などを置いている。 ●キーを長押ししている。	●調理物や水滴を取り除いてください。 ●鍋などを取り除いてください。 ●キーを約3秒以上ふれないでください。
 左・右・中央ヒーター使用時、液晶表示が赤く点灯する。	●吸・排気カバーにほこりがたまっています。 ●吸・排気カバーがふさがれています。	●ほこりをふきとってください。→P.39 ●ふさがないでください。
 左・右・中央ヒーター使用時、液晶表示が赤く点灯する。	●鍋の種類が違います。	●鍋の種類を確認してください。→P.12
 液晶表示が赤く点灯する。	●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にご連絡ください。

表示が出たときは・・・

の表示が出たときは左ヒーターの  を押す。



の表示が出たときは右ヒーターの  を押す。

の表示が出たときは中央ヒーターの  を押す。



上記以外の表示がでたときは、お買い上げの販売店または工事店にご連絡ください。

上記の操作をすると表示が消えます。再度通電を行い、同じ表示が出たら、お買い上げの販売店または工事店にご連絡ください。

前面操作パネルに次の表示が出たとき

表示とお知らせ内容	確認するところ	直しかた
	●通電したまま連続して魚を焼いた場合。	●いったん通電を切り、オープン庫内の温度を下げってから、次の調理物を入れる。
	●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にご連絡ください。

表示が出たときは・・・

の表示が出たときはオープンの  を押す。

上記の操作をすると表示が消えます。再度通電を行い、同じ表示が出たら、お買い上げの販売店または工事店にご連絡ください。

上記以外の表示がでたときは、お買い上げの販売店または工事店にご連絡ください。

火力の目安について

左・右・中央ヒーター

火力の目安	バックライト色	火力	消費電力
ハイパワー	ア   力	12	3.0kW
		11	2.6kW
強   火		10	2.0kW
		9	1.6kW
中   火	オ   レ   ン   ジ	8	1.4kW
		7	1.1kW
		6	800W
		5	500W
弱   火	キ   イ   ロ	4	400W
		3	300W
		2	200W 相当
と   ろ   火		1	100W 相当

※消費電力は、鉄ホーロー鍋を使った場合です。  
※中央ヒーターは火力「9」までです。  
※相当とはヒーターの入/切による平均消費電力です。

メニュー

メニュー	揚げもの	湯わかし	保   温	炊   飯	炒めもの	ステーキ	煮   込   み
最大消費電力	1.5kW	2.5kW (2.0kW)	400W	1.1kW	2.8kW	2.8kW	500W

※(   )内、鉄・ステンレス加熱時





オムレツ  
→P.55



鶏の唐揚げ  
→P.56



鮭のホイル焼き  
→P.62

左・右・中央ヒーターの調理例

スパゲティ(ミートソース).....	51
ポークカレー.....	51
あさりごはん.....	52
ピースごはん.....	52
茶わんむし.....	53
シュウマイ.....	53
空芯菜とにんにくの炒めもの.....	54
五目チャーハン.....	54
ビーフステーキ.....	55
オムレツ.....	55

揚げものの調理例

天ぷら.....	56
鶏の唐揚げ.....	56
とんかつ.....	57
揚げもののコツ.....	57

オーブン 自動調理例

さんまの塩焼き.....	58
塩鮭.....	58
焼きとり.....	58
ぶりのつけ焼き.....	58
鶏のハーブ焼き.....	59
手作りかんたんピザ.....	59

オーブン 手動調理例

ブラウニー(チョコ菓子).....	60
フライ温め.....	60
焼きプリン.....	60
野菜のグラタン.....	60
焼きおにぎり.....	60
アップルパイ.....	61
パエリア.....	61
鮭のホイル焼き.....	62
焼きりんご.....	62
さんまのみりん干し.....	62
いかのみそ漬け焼き.....	62
ひものいろいろ.....	62

標準計量カップ・スプーンでの食品の質量表(単位g)

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

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

この取扱説明書に掲載されている料理例の火力および時間などは目安です。  
〈お願い〉鍋の種類・形状・材質、また材料の量により、火力等が異なってきますので、料理の進み具合に応じて、火力や時間を調節してください。

左・右・中央ヒーターの調理例

お知らせ 火力は目安です。火力は鍋の種類・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。

ゆでる

スパゲティ(ミートソース)

材料(2人分)

スパゲティ	200g	
塩	大さじ 2	
牛ひき肉	150g	
トマトソース	1/2 缶(約150g)	
オリーブ油	大さじ 1弱	
にんにく(薄切り)	1片	
A	赤ワインまたはスープ	大さじ 2
	塩	小さじ 1/4
	砂糖	小さじ 1/4
	こしょう	少々
パセリ	少々	

作りかた

- 鍋をヒーターの中央にのせ、オリーブ油を入れてから火力を『**中火**』にする。
- ①にんにくを入れ、香りが出るまで炒めたら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**』～『**ハイパワー**』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ゆで上がった後手早くざるに上げ、水気をきって器に盛り、②をかけパセリを散らす。



1人分  
約690kcal

☆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、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

メニュー例

メニュー	沸とうまで	火力調節の目安
めん類 (うどん、そば、そうめん)	『 <b>ハイパワー</b> 』	『 <b>中火</b> 』…めんを入れてゆでる 2～10分(めんにより調節)
葉 菜	『 <b>ハイパワー</b> 』	『 <b>強火</b> 』…茎から入れる 2～3分
ゆで豚(400g)	『 <b>ハイパワー</b> 』	『 <b>弱火</b> 』 30～40分
根 菜	『 <b>強火</b> 』(材料は水から入れる)	『 <b>中火</b> 』…やわらかくなるまでゆでる

煮 る

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
カレールー.....	1箱(約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鍋をヒーターの中央にのせ、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『**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。



1人分  
約730kcal

☆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。  
☆肉や野菜を炒めるときに、焦げつかないように『**中火**』～『**弱火**』に調節してください。  
☆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

メニュー例

メニュー	沸とうまで	火力調節の目安
煮 魚	『 <b>強 火</b> 』	『 <b>弱火</b> 』…魚を入れて煮る 10～15分
肉じゃが、おでん、ポトフ	『 <b>強 火</b> 』	『 <b>弱火</b> 』～『 <b>中火</b> 』 30～90分
煮 豆	『 <b>強 火</b> 』	『 <b>とろ火</b> 』～『 <b>弱火</b> 』 2～5時間

- 長時間の煮込みには、調理タイマーが便利です。
- ※「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.15
- ひと煮立ちしたら中央ヒーターに移して煮込むと便利です。

左・右・中央ヒーターの調理例



# 左・右・中央ヒーターの調理例 (つづき)

## 炊く あさりごはん

### 材料(4人分)

米…………… カップ 2  
あさりのむき身…………… 100g  
にんじん(せん切り)…………… 小 1/2 本(約50g)  
水…………… 360mL  
A しょうゆ、酒…………… 各大さじ 1 1/2  
砂糖…………… 小さじ 1 1/2  
塩…………… 小さじ 1/2  
針しょうが、木の芽…………… 各少々

### 作りかた

- ①米は洗い、ざるにあげて水気をきっておく。
- ②あさりのむき身は薄い塩水で洗い、水気をきっておく。
- ③鍋に米を入れ、水を加えて30分以上浸す。



1人分  
約350kcal

- ④③にAの調味料を加えてかき混ぜる。
- ⑤④ににんじん、あさりをのせ(具は上にのせてかき混ぜない)ふたをする。
- ⑥ヒーターの中央にのせメニューを押し

炊飯を選び、米の量(カップ数)を2に設定する。  
⑦「切/スタート」キーを押し炊飯する。

## 炊く ピースごはん

### 材料(4人分)

米…………… カップ 2  
水…………… 420mL  
グリーンピース(さやつき)…………… 200g  
塩…………… 小さじ 1

### 作りかた

- ①グリーンピースはさやから出して洗い、塩とともに加えて、あさりごはんの要領で加熱する。



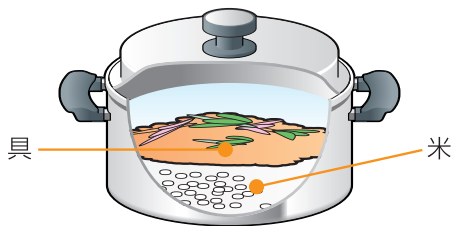
1人分  
約300kcal

## 炊き込みごはんを炊くときは

- 水量…調味料の分量だけ減らす(米は水だけで浸す)
- 具……米の重さの30%程度

炊く直前に、調味料を入れてかき混ぜ、具を米の上に載せる。

※自動炊飯の使いかたは →P.22



## 蒸す 茶わんむし

### 材料(4人分)

卵…………… 3個(約150mL)  
だし汁…………… カップ 2 1/2  
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)…………… 8枚  
ぎんなん(ゆでたもの)…………… 8個  
三つ葉…………… 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、ヒーターの中央にのせ、『強火』にする。
- ④器を並べてふたをし、沸とうしてきた



1人分  
約140kcal

- ら『弱火』にして15~20分蒸す。
- ⑤蒸し上がったなら三つ葉をのせる。

## 蒸す シュウマイ

### 材料(24個)

むきえび…………… 150g  
豚ひき肉…………… 150g  
玉ねぎ…………… 1/2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 1/2  
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、



1個分  
約50kcal

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。

☆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。

- 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、ふたをしてヒーターの中央にのせ、『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

### メニュー例

メニュー	沸とうまで	火力調節の目安
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



# 左・右・中央ヒーターの調理例 (つづき)

炒める

## 空芯菜とにんにくの炒めもの

適温サインで予熱・調理する場合 → 炒めものを選ぶ

材料(2人分)

- 空芯菜 ..... 150g
- サラダ油 ..... 大さじ 2
- A たかのツメ ..... 3~4本
- にんにく(薄切り) ..... 1片
- 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フライパンをヒーターの中央にのせ



1人分  
約140kcal

「中火」~「強火」にする。  
③サラダ油を入れて熱し、Aを入れて香りをだしてから、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。

炒める

## 五目チャーハン

適温サインで予熱・調理する場合 → ステーキを選ぶ

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) ..... 1/2本
- グリーンピース(缶詰) ..... 大さじ 1
- むきえび ..... 50g
- 酒 ..... 小さじ 1/2
- 卵 ..... 1個
- 塩 ..... 少々
- サラダ油 ..... 適量
- ラード ..... 大さじ 2
- A 塩 ..... 小さじ 1/3
- こしょう ..... 少々
- しょうゆ ..... 大さじ 1/2



1人分  
約580kcal

作りかた

- ①むき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フライパンをヒーターの中央にのせ、「中火」~「強火」にする。
- ③サラダ油を入れて熱し、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1/2量を入れ、「中

火」~「強火」で熱し、むき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フライパンを「中火」で熱し、サラダ油を入れて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。

☆ごはんは、あまり熱いうちに炒めると粘りがでて、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つきが少なくできます。

炒める

メニュー例

メニュー	予熱	火力調節の目安
焼きそば	「中火」~「強火」	「中火」~「強火」...様子を見ながら炒める
野菜炒め		
ホワイトソース	「中火」	「中火」...小麦粉をバターで炒める 「強火」...牛乳を加えて沸とうさせる 「弱火」~「中火」...かきまぜながらとろみを付ける

お知らせ

- 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。)
- 適温サイン 炒めもの・ステーキで予熱・調理することもできます。→P.21

焼く

## ビーフステーキ

適温サインで予熱・調理する場合 → ステーキを選ぶ

材料(2人分)

- 牛ステーキ肉(1枚約180gのもの) ..... 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片

作りかた

- ①牛ステーキ肉は筋を切り、軽く塩、こしょうを両面にふって置く。
- ②フライパンをヒーターの中央にのせ、「中火」~「強火」にする。
- ③フライパンが熱くなったら、サラダ油をなじませ、にんにくを入れて、色づいてきたら取り出し、牛ステーキ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)



1人分  
約840kcal

☆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。

焼く

## オムレツ

適温サインで予熱・調理する場合 → ステーキを選ぶ

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

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フライパンをヒーターの中央にのせ、「中火」で軽く熱する。
- ③多めのサラダ油をなじませ、一度油をきる。バターを入れ、「中火」~やや「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ければ、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。



1人分  
約230kcal

~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。

焼く

メニュー例

メニュー	予熱	火力調節の目安
ハンバーグ	「中火」	「中火」...片面に焼き色をつける 「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」...皮に焼き色をつける 「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

左・右・中央ヒーターの調理例



# 揚げもの調理例

揚げる

## 天ぷら

材料(4人分)

揚げ油…………… 800g(約880mL)  
えび…………… 4尾  
なす…………… 2個  
しそ…………… 4枚  
生しいたけ…………… 4枚  
三つ葉…………… 適量  
小麦粉(薄力粉)…………… 適量  
卵…………… 1個

作りかた

- ①材料は揚げやすいように準備しておく。
- ②卵+冷水は小麦粉と同量にし、さっくりと混ぜる。
- ③天ぷら鍋に油を入れ、温度「180」に設定し、液晶表示に「適温」を表示したら、②をつけて、野菜・えびを揚げる。



1人分  
約320kcal

☆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。  
☆油の表面積の1/2を目安に入れると、油の温度が下がらずカラッと揚げられます。  
☆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。  
☆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。

揚げる

## 鶏の唐揚げ

材料(4人分)

揚げ油…………… 800g(約880mL)  
鶏もも肉(1枚約250g)…………… 2枚(500g)  
しょうが汁…………… 小さじ 1  
塩…………… 小さじ 2/3  
しょうゆ、酒…………… 各大さじ 1  
片栗粉…………… 大さじ 3~4

作りかた

- ①鶏肉は、1枚を6等分にしてAにつけ込み、15~30分おく。
- 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、温度「170」に設定して、液晶表示に「適温」を表示したら、鶏もも肉を入れ、色づいてきたら裏返し、3~4分かけて揚げる。



1人分  
約300kcal

☆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、浮いてきたら出来上がりです。

揚げる

## とんかつ

材料(4人分)

揚げ油…………… 800g(約880mL)  
豚ロース肉(約100g位のもの)…………… 4枚  
塩…………… 少々  
こしょう…………… 少々  
小麦粉(薄力粉)…………… 適量  
卵(溶きほぐす)…………… 1個  
パン粉…………… 適量

作りかた

- ①豚肉は筋切りして、塩・こしょうをする。
- ②豚肉に小麦粉をまぶして、余分な粉をはたいて、溶き卵・パン粉の順につける。
- ③天ぷら鍋に油を入れ、温度「170」に設定し、液晶表示に「適温」を表示したら、②の2枚をそっと入れて色よく揚げる。



1人分  
約540kcal

## 揚げもののコツ

油の飛び散りを少なくするために

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。



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・する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。

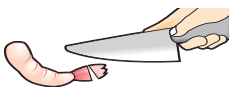
衣や生地作りに注意

- 天ぷらの衣は固すぎないように。水分の多い材料には、必ず薄力粉を薄く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。



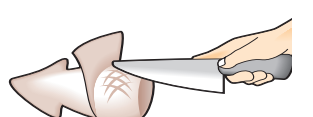
ししとう辛子

水気をふき取り、縦に切り込みを入れる。



いか

皮をむき水気をふき取り、切れ目を入れる。



揚げものに使える鍋について

- ・付属の天ぷら鍋以外は、絶対に使わないでください。(鍋底が変形したら使わないでください。)
- ・油は200g(220mL)~800g(880mL)で、必ず「揚げもの温度コントロール」を使用して調理してください。
- ・油煙が多く出たら電源を切ってください。

**警告** 付属の天ぷら鍋以外を使用すると、火災の原因になります。



# オーブン 自動調理例

## 丸焼き さんまの塩焼き

**材料**  
さんま(1尾約180gのもの) …… 1～5尾  
塩 …… 適量

**作りかた**  
①さんまは、サッと洗って水気をふき取り、全体に塩をふり、そのまま約10分おき、水気をふき取る。  
②焼網の上にのせ、メニューの「丸焼き」で焼き上げる。

☆生魚(さんまやあじなど)は、調理する10～20分前に塩をふっておきます。  
☆塩の量のめやすは、約180gのさんま5尾に対し、小さじ1½(約10g)くらいです。(魚の重さの1～2%)  
☆焼きが足りなかったときは、追加焼きで様子を見ながら、さらに焼いてください。  
☆さんまの他、あじ、いわし、にじます、あゆ、かます、小さめのたいも同様に焼けます。



## 切身・ひもの 塩鮭

**材料**  
塩鮭の切り身(1切れ約80gのもの) …… 1～5切れ

**作りかた**  
①塩鮭を焼網の上にのせ、メニューの「切身・ひもの」で焼き上げる。

☆焼きが足りなかったときは、追加焼きで様子を見ながら、さらに焼いてください。  
☆鮭の他、ぶり、さば、あじ、たちうお、たいなどの切り身に塩をしたものも同様に焼けます。



## つけ焼き 焼きとり

**材料**  
焼きとり(市販品または手作りで1本約50g) …… 2～8本  
しょうゆ …… カップ ½  
みりん …… カップ ¼  
砂糖 …… 大さじ 2～3  
サラダ油 …… 大さじ 1

**作りかた**  
①たれ焼きの場合は、合わせたAの中に30分～1時間つけ込んでおく。  
②焼きとりの汁気を切ってから焼網の上ののせ、メニューの「つけ焼き」で焼き上げる。

☆焼きが足りなかったときは、追加焼きで様子を見ながら、さらに焼いてください。  
☆塩焼きの場合は、全体に軽く塩をふってから焼き上げます。



## つけ焼き ぶりのつけ焼き

**材料**  
ぶり(1切れ約100gのもの) …… 1～5切れ  
しょうゆ …… 大さじ 4  
みりん …… 大さじ 4

**作りかた**  
①ぶりは、合わせたAに30分ほどつけておく。  
②汁気を切ってから焼網の上にのせ、メニューの「つけ焼き」で焼き上げる。

☆焼きが足りなかったときは、追加焼きで様子を見ながら、さらに焼いてください。  
☆ぶりの他、さわか、ぎんだら、さけ、さば、たい、まぐろも同様に焼けます。



## とり肉 鶏のハーブ焼き

**材料**  
鶏胸肉またはもも肉(皮つき) …… 2枚(約500g)  
塩、こしょう …… 各適量  
タイム、ローズマリー、マジョラムなどのハーブ(生または乾燥品) …… 各少々

**作りかた**  
①鶏肉の厚みのあるところに軽く切り目を入れてAをまぶす。  
②皮側を上にして焼網にのせ、メニューの「とり肉」で焼き上げる。

☆余分な脂がとれて、ヘルシー。  
☆焼網にのせた時、下ヒーターに接触していないことを確認してください。(こげ、煙の原因)



## ピザ 手作りかんたんピザ

**材料(直径26cm1枚分)**  
小麦粉(薄力粉) …… 30g  
小麦粉(強力粉) …… 70g  
砂糖 …… 大さじ 1弱  
塩 …… 小さじ ½  
ドライイースト(顆粒状で予備発酵不要のもの) …… 小さじ ⅔  
ぬるま湯(約40℃) …… 60～65mL  
オリーブ油 …… 大さじ 1弱  
打ち粉用小麦粉(強力粉) …… 適量  
オリーブ油 …… 適量  
ピザソース(市販のもの) …… 適量  
玉ねぎ(薄切り) …… ½個  
ベーコン(短冊切り) …… 30g  
サラミソーセージ(薄切り) …… 8枚  
ピーマン(輪切り) …… 小1個  
マッシュルーム缶(スライス) …… 小½缶  
スタッフドオリーブ(薄切り) …… 4個  
ナチュラルチーズ(細かく刻んだもの) …… 80g  
塩、こしょう …… 各少々  
アルミホイル …… 適量



**作りかた**  
①ポリ袋にAとドライイーストを入れて混ぜ合わせ、Bを加えてポリ袋の口を閉じ、振って粉と水分をよく混ぜ合わせる。  
②6～8分間よくこねる。(この時、ポリ袋に少し空気を入れて口を閉じると、簡単に両手でこねることができる。)  
③粉のかたまりがなくなり、生地が袋から離れて1つになったら、そのまま室温で一次発酵させる。(1.2～1.5倍になるのが目安)  
④打ち粉をしたのし台に、生地を袋から

☆焼き色は、生地の厚さ・トッピングの種類・保存状態によって変わります。お好みに合わせて焼き加減や追加焼きなどで調節してください。

出してガス抜きし、丸めて約10分休ませる。(ベンチタイム)  
⑤手にオリーブ油を付けながら、アルミホイルの上にとり出し、めん棒で生地をのばし、直径26cmくらいにする。  
⑥のばした生地にピザソースを塗り、Cを並べ、軽く塩、こしょうをしてオリーブとチーズを散らす。  
⑦メニューの「ピザ」で焼き上げる。



# オーブン 手動調理例

オーブン調理

## ブラウニー (チョコ菓子)



1個分  
約1750kcal

材料 (18cm×18cmのアルミ製型1個分)

- A** 小麦粉 (薄力粉) ..... 60g  
ココア (パウダータイプ) ..... 大さじ1½ (約9g)  
ベーキングパウダー ..... 小さじ½  
砂糖 ..... 60g  
バター (室温にもどしておく) ..... 60g  
卵 ..... 1½個  
ブラックチョコレート (粗くきざむ) ..... 60g  
**B** レーズン (粗くきざむ) ..... 40g  
くるみ (粗くきざむ) ..... 40g  
アルミホイル、オープンシート ..... 各適量

### 作りかた

- ①アルミホイルを2枚重ねにして18cm×18cmの正方形の型を作り、底面にオープンシートを敷く。
- ②チョコレートは鍋に入れ「弱火」にしてとくす。
- ③ボウルにバターを入れクリーム状になるまでハンドミキサーで練り、砂糖を加えてよく混ぜる。
- ④卵を加えて混ぜ、②を加えてさらによく混ぜる。
- ⑤**B**を加えて混ぜ、**A**を合わせ、ふるい入れてよく混ぜる。
- ⑥①の型に流し入れ、表面を平らにする。
- ⑦焼網に⑥をのせ、**【オーブン】**160℃で約12分焼き、型の前後を入れかえて、さらに6～10分焼く。

オーブン調理

## フライ温め



### 作りかた

- ①冷めた揚げもの (100～300g) を焼網に並べ、**【オーブン】**180℃で10～13分様子を見ながらあたためる。

オーブン調理

## 焼きプリン



1個分  
約130kcal

材料 (直径7.5cm×高さ4cmのスフレ型6個分)

- A** 牛乳 ..... カップ1  
砂糖 ..... 80g  
卵 (ときほぐす) ..... 2個  
バニラエッセンス ..... 少々  
カラメルソース  
**B** 砂糖 ..... 60g  
水 ..... 大さじ2  
水 ..... 大さじ1

### 作りかた

- ①カラメルソースを作る。  
鍋に**B**の水と砂糖を入れ、「中火」～「弱火」にしてあめ色になるまで煮詰めたら火を止め、水を加えて手早く混ぜる。
- ②鍋に**A**を入れ「弱火」で人肌くらいにあたため、かき混ぜて砂糖をとかし、卵を加えて裏ごししてからバニラエッセンスを加える。
- ③薄くバターを塗った型に分け入れ、焼網に並べ、**【オーブン】**140℃で25～30分様子を見ながら加熱し、荒熱がとれたら冷蔵庫で冷やす。
- ④上に①のカaramelソースをかける。

オーブン調理

## 野菜のグラタン



1皿分  
約970kcal

材料 (直径22cmの耐熱性焼き皿1皿分)

- かぼちゃ (ひと口大に切る) ..... ¼個 (約200g)  
カリフラワー (小房に分ける) 小1株 (約250g)  
玉ねぎ (薄切り) ..... ¼個 (約50g)

- ベーコン (1cm巾に切る) ..... 2枚分  
＜ホワイトソース＞  
牛乳 ..... カップ1  
小麦粉 (薄力粉) ..... 大さじ2 (約18g)  
バター ..... 大さじ2 (約24g)  
塩、こしょう ..... 各少々  
ナチュラルチーズ ..... 50g  
アルミホイル ..... 適量

### 作りかた

- ①ホワイトソースを作る。  
鍋に**A**を入れて泡立て器でダマがない程度にさっと混ぜる。
- ②「中火」にして混ぜながら煮て、沸とうしたら「中火」～「弱火」にして4～5分時々混ぜながらとろみがつくまで煮て、軽く塩、こしょうをする。
- ③鍋に水を入れ「強火」～「ハイパワー」でお湯をわかし、塩と酢を入れてカリフラワーをゆでる。
- ④鍋に水を入れ「強火」～「ハイパワー」でお湯をわかし、かぼちゃをゆでる。
- ⑤②のホワイトソースの1/3量を焼き皿に広げ、③、④をのせ、玉ねぎとベーコンを散らし、軽く塩、こしょうをする。
- ⑥残りのホワイトソースを全体にかけ、チーズを散らす。
- ⑦焼き皿の底にアルミホイルを密着させてから焼網にのせて、**【オーブン】**220℃で24～28分焼く。

オーブン調理

## 焼きおにぎり



1個分  
約160kcal

### 材料

- おにぎり (1個・約80g) ..... 4～6個  
しょうゆ ..... 大さじ2  
みりん ..... 大さじ1½  
酒 ..... 大さじ½  
サラダ油 ..... 少々

### 作りかた

- ①焼網に薄くサラダ油をぬってからおにぎりを並べ、**【オーブン】**240℃で14～16分白焼きにする。
- ②おにぎりの両面に**A**のタレをぬり、焼網に並べ、**【オーブン】**240℃で6～10分様子を見ながら焼く。

オーブン調理

## アップルパイ

材料 (直径23.5cmのパイ皿1枚分)

- 市販の冷凍パイ生地 (1枚100gのもの) ..... 3枚  
りんごのプリザーブ ..... 300～350g  
＜つや出し用卵＞  
卵 ..... ½個  
塩 ..... 小さじ¼  
アルミホイル ..... 適量

### 作りかた

- ①冷凍パイ生地は室温にもどしておく。
- ②1枚を26×26cmの正方形にのばし、その上にパイ皿をふせて型よりひとまわり大きく切る。
- ③パイ皿の上にたるませるようにして広げてのせ、ピッタリと敷いて、まわりの生地は型の縁にそって切り落とす。
- ④底全体にフォークで穴をあけてから、汁気をきったりんごのプリザーブをのせる。
- ⑤残りのパイ生地2枚を重ねて20×25cmくらいにのばし、縦11等分してひも状の生地を作る。
- ⑥8本のひもを④の上に格子状にのせ、縁につや出し用卵をぬり、残りの3本

オーブン調理

## パエリア

材料 (2人分)

- 米 ..... カップ1  
**A** サフラン ..... ひとつまみ  
水 ..... カップ¼  
ムール貝 ..... 2～4個  
あさり (殻つき) ..... 120g  
えび (有頭) ..... 2～4尾  
いか ..... ½ばい  
ブラックオリーブ ..... 4個  
**B** 玉ねぎ (みじん切り) ..... ¼個  
にんにく (みじん切り) ..... 小1片  
**C** パプリカ (赤・黄、各1cm角に切る) ..... 各½個  
トマト (湯むきし、種を取って1cmのザク切り) ..... ½個  
白ワイン ..... カップ¼  
スープ (固形スープ1/2個をとく) ..... カップ1  
塩、こしょう ..... 各少々  
レモン ..... ½個  
オリーブ油 ..... 大さじ2  
アルミホイル ..... 適量

### 作りかた

- ①米は30分くらい前に洗い、平らなざるなどに広げ、水気をきっておく。



1枚分  
約1900kcal

をまわりにのせ、フォークの背で筋をつける。

⑦表面全体につや出し用卵をぬる。

⑧パイ皿の底にアルミホイルを密着させてから焼網にのせ、**【オーブン】**210℃で約26分焼く。



### ーりんごのプリザーブー

りんご3～4個 (正味300～400g) は、6～8つ割りにし、芯と皮を取って鍋に入れ、砂糖 (100～120g) をまぶし、「弱火」にして、りんごが透き通ってきたら「中火」にして水分をとばし、レモン汁 (大さじ1) を入れ、汁気がなくなるまで煮詰め、最後にざるにあげて汁気をきり、シナモン (小さじ1/4) を加える。



1人分  
約550kcal

- ②**A**のサフランは水に約10分くらい浸し、色と香りを出しておく。
- ③ムール貝とあさは塩水につけて砂出しをしてから、殻と殻をこすり合わせてよく洗う。
- ④えびは背わたを取る。いかは内臓を抜いてから皮をむき、1cmの輪切りにし、足は食べやすい長さに切る。
- ⑤パエリア鍋にオリーブ油を「中火」～「強火」で熱し、**B**を炒め、③、④を加えてサッと炒めて塩、こしょうをし、白ワインをふる。

- ⑥⑤にアルミホイルでふたをして「弱火」にして2分ほど蒸らし、貝の口が開いたら、魚介だけ取り出す。
- ⑦⑥に**C**を加え、「中火」で炒め、①の米を加えてすき通るまで炒め、②とスープを加え、⑥の取り出した魚介を盛り、オリーブを散らしアルミホイルでふたをする。
- ⑧パエリア鍋の底にアルミホイルを密着させてから焼網にのせ、**【オーブン】**260℃で約30分蒸し煮にして火を止め、5～10分蒸らす。



# オーブン 手動調理例 (つづき)

## オーブン調理

### 鮭のホイル焼き

#### 材料 (2個分)

生鮭(1切れ80～90gのもの) …………… 2切れ  
大正えび …………… 2尾  
生しいたけ …………… 2枚  
玉ねぎ(薄切り) …………… 1/4個  
レモン(薄切り) …………… 2枚  
バター …………… 大さじ 1  
塩、こしょう、レモン汁 …………… 各少々  
アルミホイル …………… 適量

#### 作りかた

- ①生鮭は軽く塩、こしょうをし、レモン汁をふりかけてしばらくおく。
- ②大正えびは尾と一節を残して殻をむき、背わたを取る。
- ③25cm×25cmの大きさに切ったアルミホイル2枚にバター(分量外)をぬる。
- ④③に玉ねぎを等分にのせ、①・②と生しいたけをそれぞれのせ、塩、こしょうをしてレモン汁をふり、上にレモンのをせバターを散らしてアルミホイルの口を閉じる。
- ⑤焼網の上にのせ  
〔オーブン〕(280℃)で約23～27分焼く。

1個分  
約250kcal



## オーブン調理

### 焼きりんご

#### 材料 (りんご2個分) (直径22cmの耐熱性焼き皿)

りんご(紅玉、ふじなど) …………… 2個  
バター …………… 10g  
グラニュー糖 …………… 10g  
シナモンシュガー …………… 適量  
ミント …………… お好みで

#### 作りかた

- ①りんごはよく洗って横半分に切り、芯を抜く。

- ②芯を抜いたところに、バターとグラニュー糖をそれぞれ2.5g(10gの1/4)ずつ入れる。
- ③りんごが重ならないように、焼き皿に並べる。(写真参照)
- ④オーブンの焼網の中央にのせ、〔オーブン〕(180℃)で約30分焼き上げる。
- ⑤焼き上がったら、お好みで、シナモンシュガーをふりかけ、ミントを飾る。



☆焼き色は、りんごの種類や大きさなどによって変わります。お好みに合わせて、追加焼きなどで調節してください。  
☆りんごに含まれるペクチンなどの食物繊維が加熱により小さい分子となるため、吸収率が高まります。  
☆皮には強い高酸化作用があり老化を防止してくれるりんごポリフェノールが果肉の4倍も含まれます。



1人分  
約83kcal

## 魚焼き調理

### さんまのみりん干し



1人分  
約90kcal

#### 材料

さんまのみりん干し(生干し) …………… 2枚  
大根おろし …………… 適量

#### 作りかた

- ①仕上がり「強」で6～10分焼く。

## 魚焼き調理

### いかのみそ漬け焼き



1枚分  
約150kcal

#### 材料

いかのみそ漬け …………… 1枚

#### 作りかた

- ①仕上がり「強」で14～16分焼く。

## 魚焼き調理

### ひものいろいろ



1枚分  
約120kcal

#### 材料

ひもの(100～120gのもの) …………… 2～4枚

#### 作りかた

- ①焼網にひものをのせ、仕上がり「強」で8～14分焼く。

☆尾は、加熱中に反ってヒーターにつき、煙の出る原因になるので、あらかじめ切り取ってから焼くとよいでしょう。

## こんな魚のときは

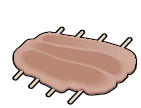
### 厚みのある魚は

厚さは4cm以下にしてください。



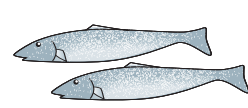
### 加熱すると反るものは

いかなどは切り目を入れ、大きなものは切り分けます。あなごなどは竹串を通します。



### 川魚は

塩を多めにふると焼きあがりがかかります。



# 保証とアフターサービス

必ずお読みください

## ■保証書(別添)

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、大切に保存してください。

- 保証期間はお買い上げ日から1年です。  
※ただし、消耗部品は保証期間内でも有料とさせていただきます。

## ■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6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。

## ■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。

## ■修理料金の仕組み

修理料金＝技術料＋部品代＋出張料

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。

## ■修理を依頼されるときは

出張修理

「故障かなと思ったら」(→P.42～49)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。

## 【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	
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	付近の目印等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	

- 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。

# 「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)

## 日立家電品についてのご相談や修理はお買い上げの販売店へ

なお、転居されたり、贈物でいただいたものの修理などで、ご不明な点は下記窓口にご相談ください。

修理などアフターサービスに関するご相談は  
エコーセンターへ  
TEL 0120-3121-68  
FAX 0120-3121-87  
(受付時間)9:00～19:00(365日)  
携帯電話、PHSからもご利用できます。

商品情報やお取り扱いについてのご相談は  
お客様相談センターへ  
TEL 0120-3121-11  
FAX 0120-3121-34  
(受付時間)9:00～17:30(月～土)、9:00～17:00(日・祝日)  
年末年始は休ませていただきます。  
携帯電話、PHSからもご利用できます。

- 「持込修理」および「部品購入」については、上記サービス窓口にて各地区のサービスセンターをご紹介します。
- お客様が弊社にお電話いただいた場合には、正確にご回答するために、通話内容を記録(録音など)させていただきます。
- 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きます。



## 仕 様

型 式	HT-C20TWFS/HT-C20TWS	HT-C20TFS/HT-C20TS
電 源	単相200V (50-60Hz共用) 5.8kW・4.8kWと切り替え式	
消 費 電 力	右IHヒーター (オールメタル対応)	3.0kW (100W相当～3.0kW 12段階火力調節) ※
	左IHヒーター (オールメタル対応)	3.0kW (100W相当～3.0kW 12段階火力調節) ※
	中央IHヒーター	1.6kW (100W相当～1.6kW 9段階火力調節) ※
	オ ー ブ ン	自動調理1.2kW (魚焼き手動調理: 600W相当、930W相当、1.2kWの3段階火力調節)
	触媒用加熱ヒーター	300W
待機時消費電力	0.05W以下 (電源「切」の状態)	
コードの長さ	3.5mm <sup>2</sup> 3芯 キャブタイヤケーブル 0.7m	
差込プラグ	250V-30A (接地極つき)	
大 き さ	本 体	幅749 奥行559 高さ231.5 (mm)
	オ ー ブ ン	幅599 奥行559 高さ231.5 (mm)
大 き さ	本 体	幅749 奥行559 高さ231.5 (mm)
	オ ー ブ ン	幅280 奥行360 高さ124 (mm)
質 量 (重さ)	約29.6kg	約28.1kg

型 式	HT-C10TWFS/HT-C10TWS	HT-C10TFS/HT-C10TS
電 源	単相200V (50-60Hz共用) 5.8kW・4.8kWと切り替え式	
消 費 電 力	右IHヒーター (オールメタル対応)	3.0kW (100W相当～3.0kW 12段階火力調節) ※
	左IHヒーター	3.0kW (100W相当～3.0kW 12段階火力調節) ※
	中央IHヒーター	1.6kW (100W相当～1.6kW 9段階火力調節) ※
	オ ー ブ ン	自動調理1.2kW (魚焼き手動調理: 600W相当、930W相当、1.2kWの3段階火力調節)
	触媒用加熱ヒーター	300W
待機時消費電力	0.05W以下 (電源「切」の状態)	
コードの長さ	3.5mm <sup>2</sup> 3芯 キャブタイヤケーブル 0.7m	
差込プラグ	250V-30A (接地極つき)	
大 き さ	本 体	幅749 奥行559 高さ231.5 (mm)
	オ ー ブ ン	幅599 奥行559 高さ231.5 (mm)
大 き さ	本 体	幅749 奥行559 高さ231.5 (mm)
	オ ー ブ ン	幅280 奥行360 高さ124 (mm)
質 量 (重さ)	約28.5kg	約27.0kg

型 式	HT-C9TWFS/HT-C9TWS	HT-C9TFS/HT-C9TS
電 源	単相200V (50-60Hz共用) 5.8kW・4.8kWと切り替え式	
消 費 電 力	右IHヒーター	3.0kW (100W相当～3.0kW 12段階火力調節) ※
	左IHヒーター	3.0kW (100W相当～3.0kW 12段階火力調節) ※
	中央IHヒーター	1.6kW (100W相当～1.6kW 9段階火力調節) ※
	オ ー ブ ン	自動調理1.2kW (魚焼き手動調理: 600W相当、930W相当、1.2kWの3段階火力調節)
	触媒用加熱ヒーター	300W
待機時消費電力	0.05W以下 (電源「切」の状態)	
コードの長さ	3.5mm <sup>2</sup> 3芯 キャブタイヤケーブル 0.7m	
差込プラグ	250V-30A (接地極つき)	
大 き さ	本 体	幅749 奥行559 高さ231.5 (mm)
	オ ー ブ ン	幅599 奥行559 高さ231.5 (mm)
大 き さ	本 体	幅749 奥行559 高さ231.5 (mm)
	オ ー ブ ン	幅280 奥行360 高さ124 (mm)
質 量 (重さ)	約24.5kg	約23.0kg

●HT-C20TWFS/HT-C20TFS/HT-C10TWFS/HT-C10TFS/HT-C9TWFS/HT-C9TFSはレンジフードファン連動システム付です。※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】

本製品は、工場出荷時総消費電力を5.8kWに設定してありますが、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不足の場合などで、ご使用上不便があるときに選べます。詳細は、お買い上げの販売店へお問い合わせください。

## 愛情点検



## ★長年ご使用のIHクッキングヒーターの点検を！

●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6年です。

ご使用の際  
このようなこ  
とはありませ  
んか。

- スイッチを入れてもヒーターが作動しないときがある。
- 焦げくさいにおいがしたり、運転中に異常な音がある。
- ビリビリと電気を感じる。
- その他の異常や故障がある。

お願い

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。

日立アプライアンス株式会社