

HITACHI  
Inspire the Next

# 取扱説明書

保証書・設置説明書別添付

日立IH<sup>®</sup>クッキングヒーター  
家庭用

3口IH<sup>®</sup> 鉄・ステンレス対応

型式 <sup>イ</sup> <sup>チ</sup> <sup>イ</sup> <sup>ー</sup> <sup>ビ</sup> <sup>ー</sup> <sup>イ</sup> <sup>ス</sup> <sup>イ</sup> <sup>ル</sup> <sup>イ</sup> <sup>ス</sup> <sup>イ</sup> <sup>フ</sup>  
HTB-TS73LSF  
(レンジフードファン連動)

型式 <sup>イ</sup> <sup>チ</sup> <sup>イ</sup> <sup>ー</sup> <sup>ビ</sup> <sup>ー</sup> <sup>イ</sup> <sup>ス</sup> <sup>イ</sup> <sup>ル</sup> <sup>イ</sup> <sup>ス</sup>  
HTB-TS7TLS



ステーキ

このたびは日立IH<sup>®</sup>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.63) をご覧ください。



HTB-TS73LSF

# 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。

本文中のイラストはHTB-TS73LSFで説明しています。  
HTB-TS7TLSに適温調理「炒め物・焼き物」、レンジフードファン連動の機能やボタンはありません。

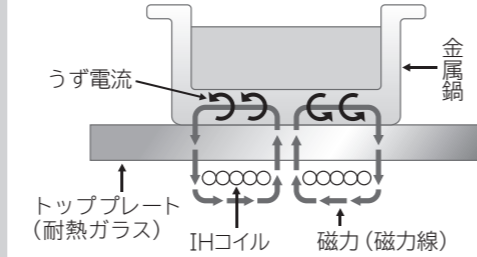
## 大火力 左・右IHヒーター

- 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、料理の仕上げ具合を見ながら火力・時間を調節してください。 →P.15

IH加熱の原理(イメージ図)



IHとは電磁誘導加熱(Induction Heating)のこと。IHコイルから発生した磁力(磁力線)が、金属製の鍋を通るとき、うず電流が発生し鍋自体を発熱させます。

## 適温調理(取扱説明書に掲載している30種類のレシピがご覧になれます(HTB-TS73LSFのみ))

- 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できます。

適温調理メニューには、「揚げ物」「炒め物・焼き物」があります。 →P.16~19 (HTB-TS7TLSに「炒め物・焼き物」はありません)



## 「ラク旨グリル」(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.33

# もくじ

### ご使用の前に

各部のなまえ・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

#### 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	16~19
適温調理 揚げる	16
適温調理 炒める・焼く (HTB-TS73LSFのみ)	18
中央IHヒーターで調理する	20~21
ゆでる、煮る、蒸す、温める	20
煮込み	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(魚焼き)	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	29~31
タイマーを使う	29
チャイルドロック	30
メロディーとブザーの切り替え	30
レンジフードファン連動 (HTB-TS73LSFのみ)	31
レンジフードファン連動の切り替えについて (HTB-TS73LSFのみ)	31

### お手入れ

お手入れをする	32~35
排気カバー・排気口	32
上面操作パネル	32
前面	32
トッププレート・プレートワーク・光センサー	33
グリルドア・ラク旨グリル・グリル受け	34・35
グリル庫内	35

### お困りのときは

お困りのときは	36~38
電源・動作	36
火力	37
グリル	37
結露	37
適温調理「揚げ物」	37
適温調理「炒め物・焼き物」 (HTB-TS73LSFのみ)	37
レンジフードファン連動 (HTB-TS73LSFのみ)	38
その他	38
音が気になる	38
お知らせ表示が出たとき	39

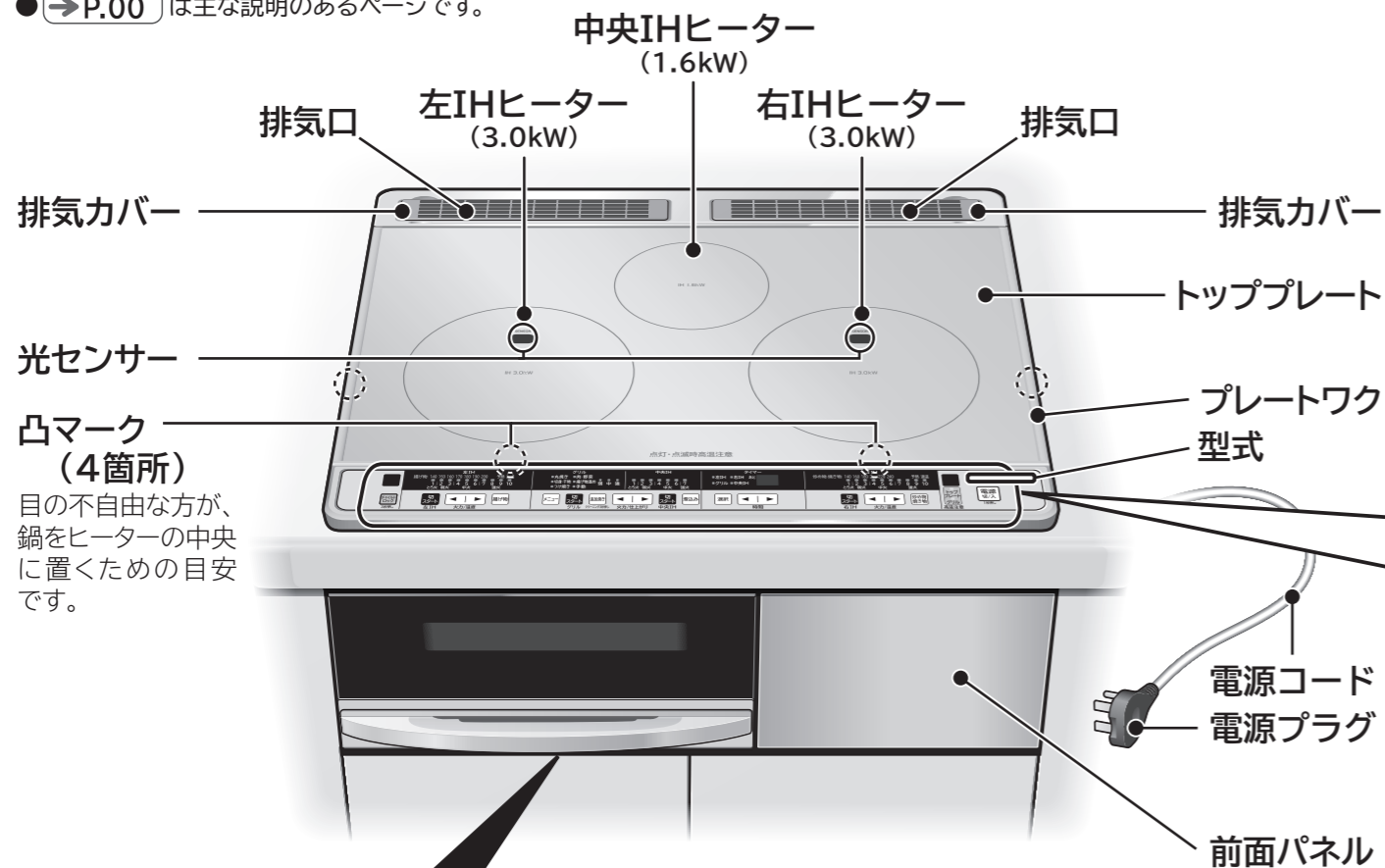
### 料理集 40~61

### 仕様・その他

仕様	62
保証とアフターサービス	62
「ご相談窓口」	63

# 各部のなまえ・操作パネル・別売品

- イラストはHTB-TS73LSFで説明しています。
- (→P.00) は主な説明のあるページです。



## グリル



## 別売品

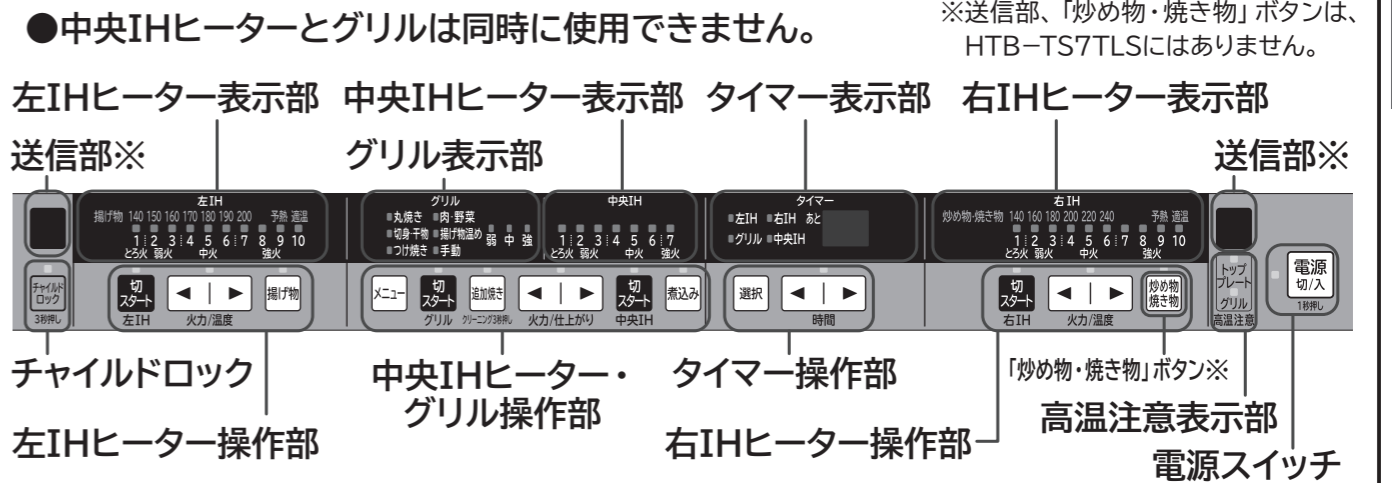
推奨天ぷら鍋(HT-N50) (2021年2月現在)  
部品番号：HT-C20TWS 010  
希望小売価格：2,860円(税込)



部品の交換・追加購入		2021年2月現在
部品名	部品番号	希望小売価格
グリルドア	HT-J7STF 014	6,270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)

日立の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。

## 上面操作パネル



### 電源スイッチ

電源の入・切を行います。

- 電源を入れたまま約10分間放置すると、自動的に電源が切れます。

### IHヒーターで調理をする (→P.13~21)

火力、温度、調理メニューの設定、スタート・切を行います。  
●火力など設定後、約15秒以内にスタートしないと、設定は取り消されます。  
設定内容や運転状態を表示部に表示します。

### グリルで調理をする (→P.22~28)

調理メニュー、仕上がり、火力、追加焼きの設定、スタート・切を行います。  
●調理メニュー、仕上がりなど設定後、約3分以内にスタートしないと、設定は取り消されます。  
設定内容や運転状態を表示部に表示します。

### グリル庫内をクリーニングする (→P.35)

グリルの庫内をクリーニングします。  
●クリーニングのときは、ラク旨グリル・グリル受けをはずしてください。

### タイマーの設定をする (→P.29)

IHヒーター、グリルのタイマー設定をします。  
●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「炒め物・焼き物」はメロディーが鳴って「適温」ランプが点灯した後、タイマー設定ができます。  
●適温調理「揚げ物」の左IHヒーターには、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」「揚げ物湯め」のグリルには、タイマーを設定することができません。

### 操作をロックする(チャイルドロック) (→P.30)

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秒押します。  
●設定内容は電源を切っても記憶しています。



# 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。

<p><b>危険</b> 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。</p>	<p><b>警告</b> 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。</p>	<p><b>注意</b> 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。</p>
---	--	---

<p><b>表示の例</b>  「警告や注意を促す」内容です。</p>	<p> してはいけない「禁止」内容です。</p>	<p> 実行しなければならない「指示」内容です。</p>
--	---	---

# 危険

## ●火災・感電・けがの原因になります。

### 本体は



分解禁止

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・やけどの原因になります。

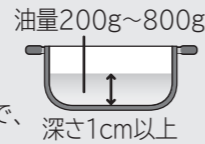
### 揚げ物を調理するときは

#### ●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



禁止

- 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



- 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



指示

- 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
- 油煙が多く出たら電源を切る

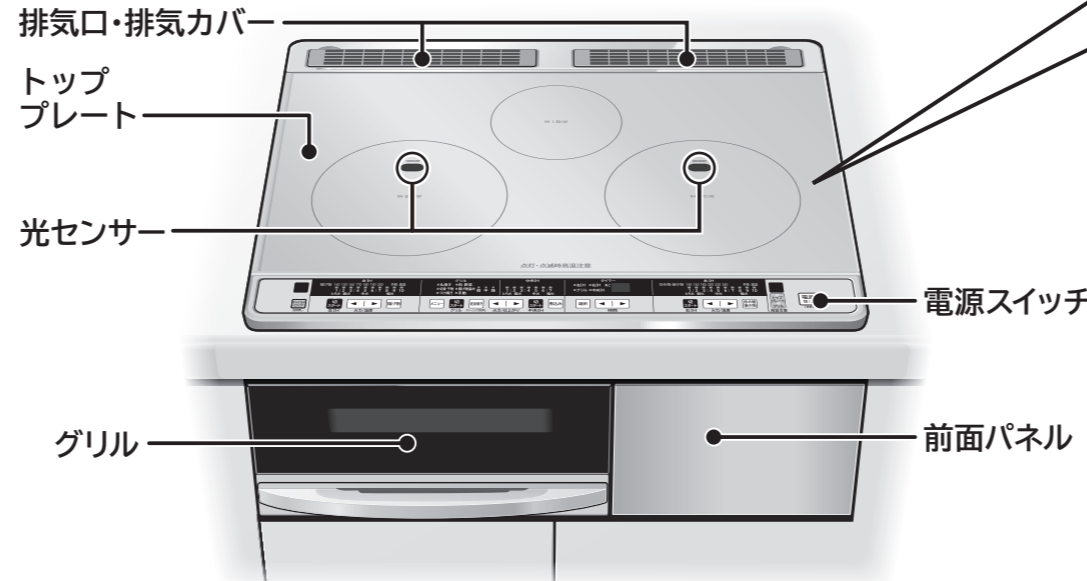
### 使用中(調理中)・使用後は



禁止

- 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

※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



指示

- 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

### トッププレートは



禁止

- 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、ひびが入ったり割れた場合は使わない
- トッププレートの上に鍋、やかん、フライパンなどの調理器具以外のものは置かない



指示

- 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

### 本体は



禁止

- 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

### 異常・故障時は



指示

- 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または「ご相談窓口」→P.63へ点検・修理を依頼する



# 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

- 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

- 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.51
- 油煙が多く出たら電源を切る

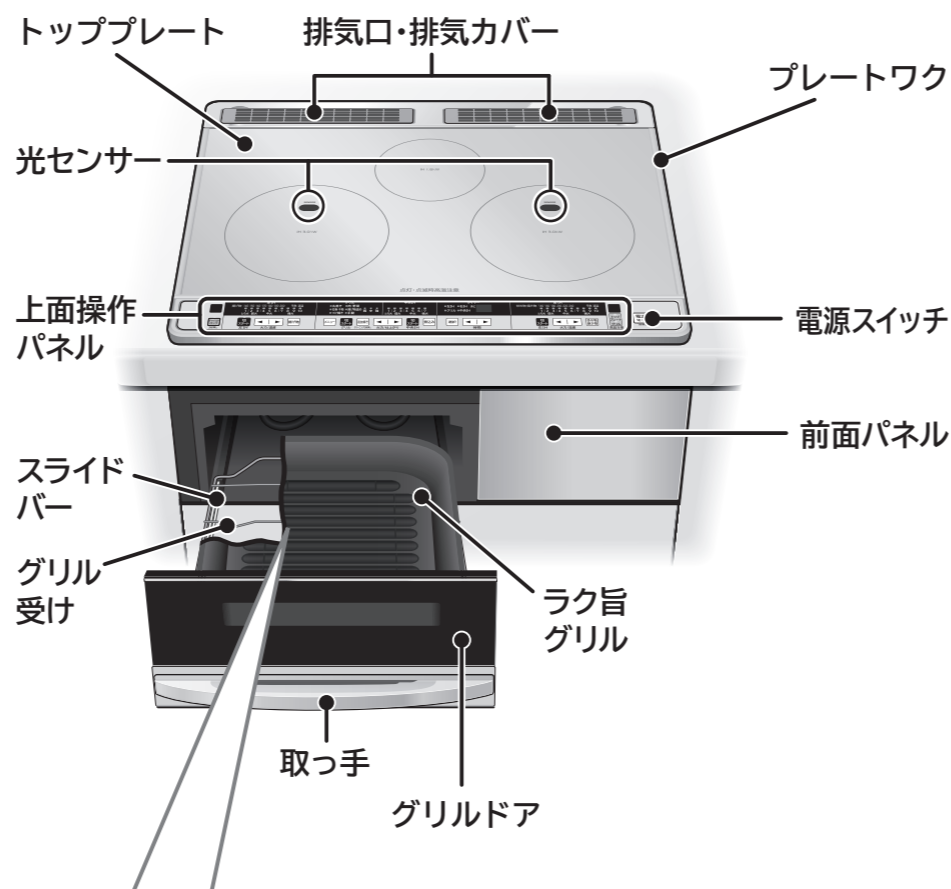
### 使用する方は

- 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。

- 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

- お手入れは、電源を切り、本体が冷えてから行う

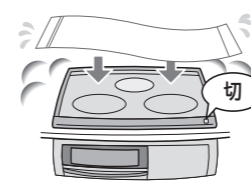


### グリルを使用中に

- 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

- 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、日立の家電品取扱店でお買い求めください。 → P.4

- 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。
- 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、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。
- 使用中や使用後は、グリルドア、ラク旨グリル、グリル受け、スライドバー、グリル庫内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
- 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には、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


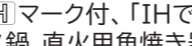
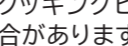

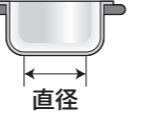

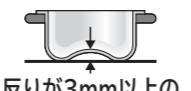


- トッププレートの上で、IHジャー炊飯器など電磁誘導加熱の調理機器を使わない  
磁力線により本製品が故障する原因になります。
- キャビネット(本体左右・下側)に調味料・食品などを置かない  
本体からの排熱により、調味料・食品などの変質の原因になります。
- 本体や排気口などに、水や調理物などをこぼさない  
水などをこぼした場合や調理物を吹きこぼした場合は、すぐにふき取ってください。キャビネット内に水や調理物が落ちる原因になります。
- プレートワクを鍋底でこすったり、プレートワクに熱い鍋を置かない  
ステンレスの傷つき・変色の原因になります。
- トッププレートの上に鍋のふたや受皿、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  
IHヒーターを通电すると加熱され、火災・故障の原因になります。
- 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)
- 光センサーに直射日光や照明が当たると誤作動することがある  
鍋の位置がずれて光センサーに直射日光や照明が当たると、鍋の温度が正しく検知できない場合や通電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。
- 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 CH-IH 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。
- ビルトインオープンレンジと組み合わせて使用の場合、グリルドアの取っ手の温度に注意する  
オープンレンジの排気でグリルドアの取っ手が熱くなる場合があります。IHクッキングヒーターを使っていないくても、オープンレンジを使うと排気カバー一部が熱くなる場合があります。
- 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。



# 使える鍋の種類・材質・形状

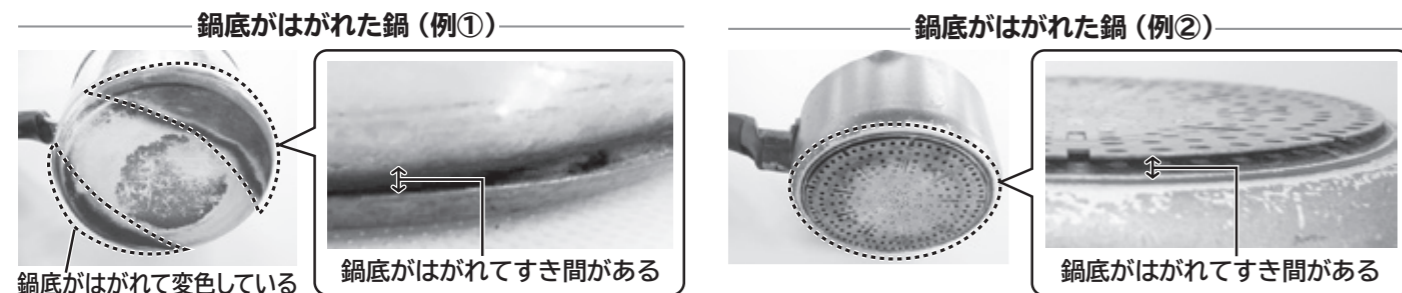
## 鍋の材質と形状で、使える○ 使えない×を確認する

●IHヒーターには、一般財団法人 製品安全協会の  または  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で使用するなど正しく安全にお使いください)

	○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、損傷の原因になります。 ●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 ●土鍋やガラス鍋、直火用魚焼き器は使わない  または  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  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 中央IHヒーター・・・12~18cm ●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 中央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。 ●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働かなかったり、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。	 反りが3mm以上のもの  丸いもの 外側に反っているもの  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。

## ご使用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」で使える鍋について


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.4)や  または  付の鍋で、次のものを使用してください。

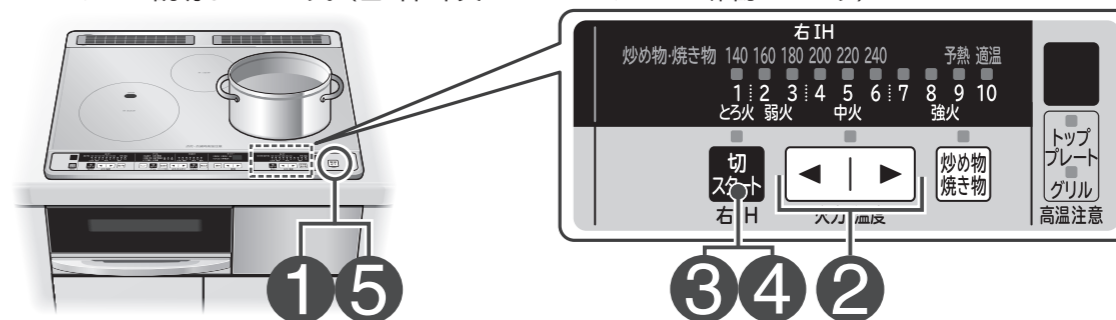
鍋底の直径	12~26cm	鍋上部の内径		16cm以上
鍋底の反り	平らなもの (反り3mm未満)	内径		
鍋底の厚さ	1mm以上			

●  または  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**  ●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・中央どの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**

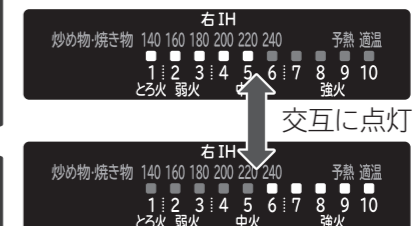
 を押し、電源を切る  
(ランプが消灯します)

## 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。



× 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。

●  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。



## 適温調理「炒め物・焼き物」で使えるフライパンについて

(2021年2月現在)

(HTB-TS7TLSに「炒め物・焼き物」はありません)

●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**  
品名：フライパン 型式：106865※  
希望小売価格：12,100円(税込)



**推奨炒め鍋**  
品名：炒め鍋 型式：106834※  
希望小売価格：13,200円(税込)



**推奨フライパン**  
品名：フライパン(7層フッ素加工) 型式：DF-24※  
希望小売価格：29,700円(税込)



**推奨卵焼き**  
品名：卵焼き 型式：106872※  
希望小売価格：6,380円(税込)



※日立の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。



# 消費電力と安全機能について

## 複数の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5.8kWまたは4.8kW（設置時に設定）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.62））
  - ・火力が上げられない。（「ピピピッ」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。
- 中央IHヒーターとグリルは、同時に使用できません。
- 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（HTB-TS7TLSに 炒め物・焼き物 はありません）											
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	
中央IHヒーター	1	2	3	4	5	6	7	-	-	-	
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	左IHヒーター 最大1.5kW		炒め物・焼き物			右IHヒーター 最大2.0kW		煮込み			中央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	1.2kW	手動	740W相当、920W相当、1.2kW			

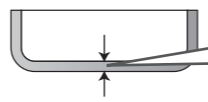
## こんなときは安全機能が働きます


対象のヒーターを右の表示で表しています  
 左：左IHヒーター 中央：中央IHヒーター  
 右：右IHヒーター グリル：グリル

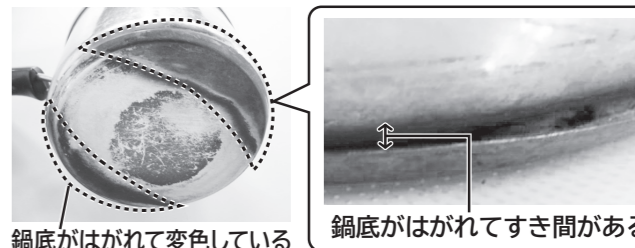
機能名	検知内容	自動停止・表示内容
鍋無し自動停止 (左 右 中央)	加熱中にIHヒーターから鍋をおろしたり、鍋の位置が大きすぎた。	約30秒後にブザーが鳴り自動的に加熱を停止します。（約30秒以内に戻せば加熱は継続されます） →P.36
金属小物検知自動停止 (左 右 中央)	IHヒーターの上に、ナイフやフォークなどの金属製小物がある。または直径（12cm未満）の小さな鍋がある。	約30秒後にブザーが鳴り自動的に加熱を停止します。（金属製小物を取り除くか、または鍋を交換してください） →P.36
揚げ物鍋反り検知自動停止 (左)	鍋底の反りや変形が大きい。	ブザーが鳴り自動的に加熱を停止します。（鍋を交換してください） →P.39
切り忘れ防止自動停止 (左 右 中央 グリル)	左・右・中央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.36
過熱防止自動停止 (左 右 中央)	鍋底温度が異常に上昇した。 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.39
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.39
高温注意表示 (左 右 中央 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表示します。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。
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)鍋でいた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

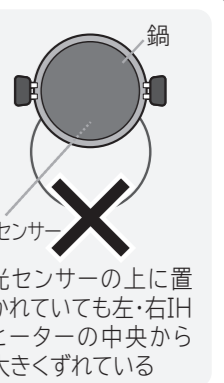
## 鍋は、IHヒーター（丸表示）の中央に置き、左・右IHヒーターの場合は、鍋底が光センサーの上にあることを確認してください

- 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左・右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、火力が弱くなる場合があります。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。  


鍋が、IHヒーターの中央に置かれている



鍋が、光センサーの上に置かれていない




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・中央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.38

- 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・中央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。

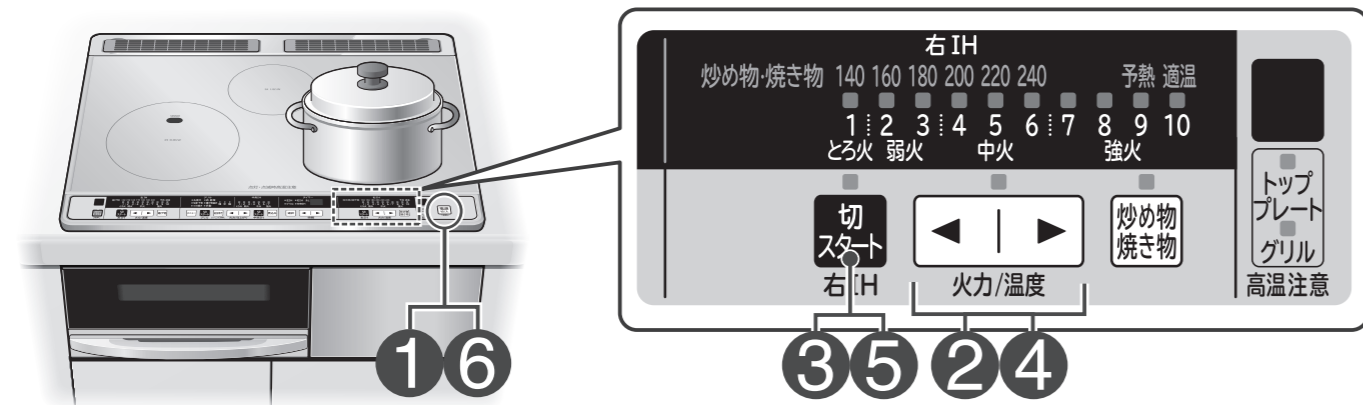
「使用前」の使いかた（ヒーターで調理する）  
消費電力と安全機能について / IHヒーターの使いかたのポイント

# ゆでる・煮る・蒸す・焼く・炒める・温める

## お好みの火力で調理します

左・右IHヒーターが  
使えます

- 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場合があります。
- 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・シューマイ						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、チョコレートを溶かすとき		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に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

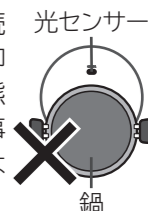
- 調理するときは食材の加熱状態を均一にするため火力を弱めにし、よくかき混ぜる水などの液体やカレー・みそ汁・吸い物・牛乳などの煮物・汁物が突然沸とう(突沸)して飛び散ったり、鍋が跳び上がることがあり、やけどやトッププレートが割れるおそれがあります。加熱した水などの液体にインスタントコーヒーなどの粉末や牛乳などの液体を入れる場合も火力を弱めにし、よくかき混ぜてください。



## 準備

材料を入れた鍋を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

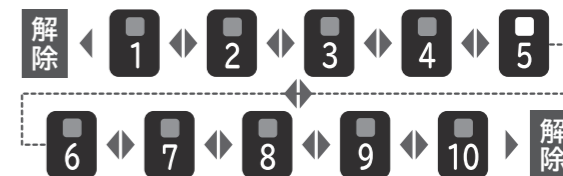
- 火力ボタンを押した後、約15秒以内に「切/スタート」ボタンを押さないとブザーが鳴り自動的に解除されます。

を押す

- 火力「5」が点灯します。



- 続けてを押すと火力は「1」～「10」まで設定できます。



## 3

を押し、スタートする

調理する  
タイマーを使うときは →P.29

## 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。

## 5

調理が終わったら

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.32,33

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。



- 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。
- 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。



## 注意

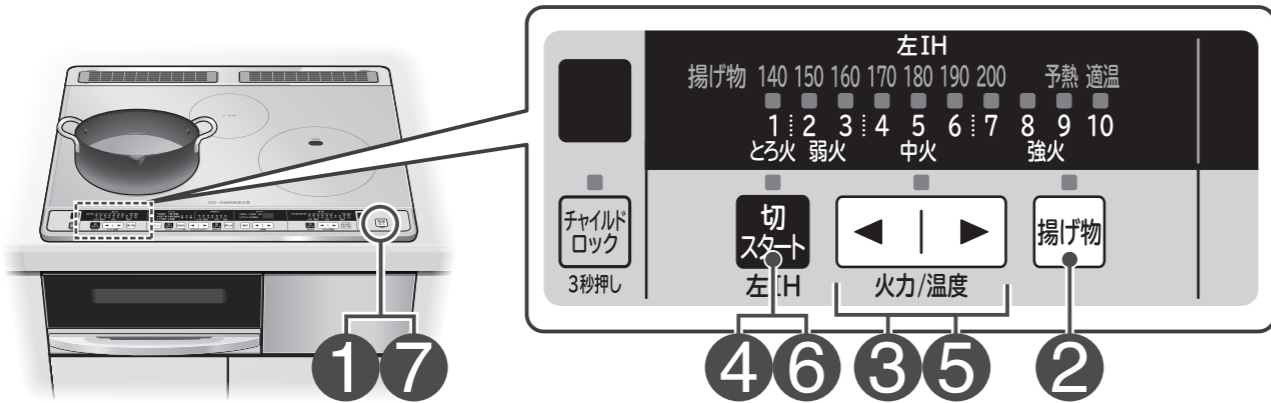
- 調理中はそばを離れず、調理の仕上がりに合わせ、火力を調節する
- 鍋底の薄いもの、鍋底が反っているフライパンや鍋などは「中火」以上で予熱すると赤熱する場合があるので注意する
- 火力が強い場合、鍋ややかんの形状などによってはふきこぼれたり、蒸気が勢いよく出るおそれがあるので、沸とうしたら火力を下げる
- 煮込みなどで長時間ご使用時は、途中でかき混ぜるなどし、ふきこぼれや焦げ付かせないようにする特にタイマーを使用するときは焦げ付きに注意する



# メニューを選んで調理する 適温調理 揚げる

予熱完了をお知らせし、調理中油温をコントロールします 左IHヒーターが使えます

- 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。



## 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	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	野菜(ししとう辛子、しその葉など)天ぷら・とうふ揚げ	野菜(ししとう辛子、しその葉など)天ぷら・とうふ揚げ	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になります。

## 警告

●火災・やけどの原因になります。

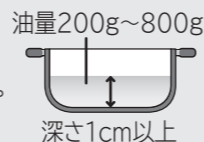
### 揚げ物調理は

●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



禁止

- 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働かないことがあり、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

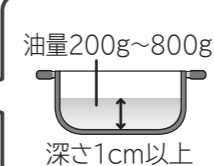


指示

- 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左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

揚げ物 を押し、「揚げ物」ランプを点灯させる

## 3

← | → 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

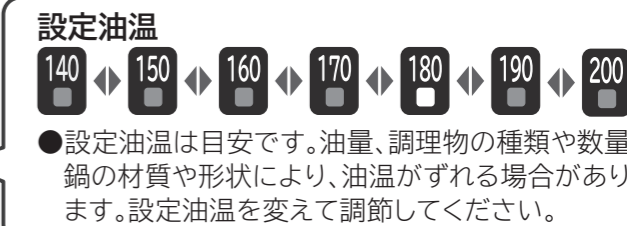
設定油温を調節するときは ← | → を押し、油温を調節する

## 6

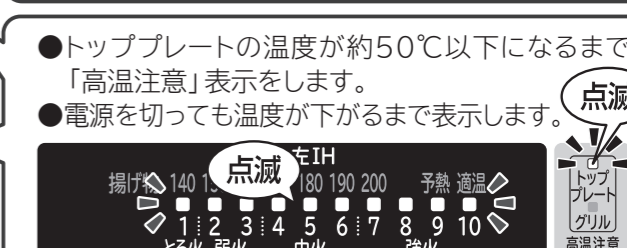
調理が終わったら 切スタート を押し、切る

## 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.32,33



●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, 33
- 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く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.32, 33
- 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。
- 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。

使いかた (ヒーターで調理する)

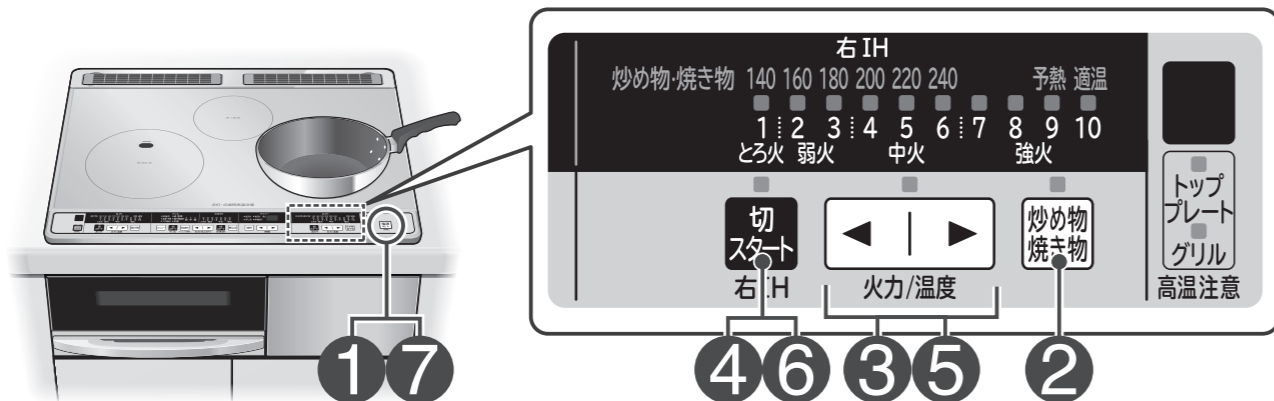
メニューを選んで調理する (適温調理) 揚げる

# 適温調理 炒める・焼く

予熱完了をお知らせし、設定温度(目安)をキープします

右IHヒーターが使えます  
(HTB-TS73LSFのみ)

- 使用できるフライパンには制限があります。→P.10
- 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場合があります。



## 警告



●指定の鍋・フライパン以外を使わない  
油が過熱され発火するおそれがあります。

## 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、33
- 設定温度は目安です。調理物の種類や分量、鍋の種類・材質・形状などにより実際の温度と異なる場合があります。お好みの仕上がりにならない場合は、 により、設定温度を調節してください。
- フライパンを連続して使用する場合(高温状態から通電をはじめた場合)などは、設定温度と実際の温度の差が大きくなる場合があります。フライパンを十分冷ましてからご使用ください。
- 調理後に適温調理をすると、本体内部が高温になっているため、鍋の温度が正しく検知できない場合があります。安全のため設定温度より低めの温度で「適温」が表示されたり、加熱を停止する場合があります。(故障ではありません)十分に本体の温度を下げてからご使用ください。お急ぎの場合は手動によるお好みの火力で調理してください。→P.14、15
- 「適温」点灯後、すみやかに調理をはじめてください。空だきの状態でフライパンを動かしたり、放置したりすると、鍋の温度が高温になることがあります。

## お願い

- 予熱途中でフライパンをとりかえたり、動かしたりしないでください。
- 油煙が多く出たら電源を切ってください。
- フライパンはIHヒーターの中央に置き、調理中はそばを離れないでください。
- 「適温」が点灯するまでフライパンに材料や水を入れないでください。
- 適温調理に適したフライパンを使用しないと、適温にならず加熱を停止する場合があります。その場合は、IHヒーターで使えるフライパンかどうかご確認のうえ、お好みの火力で調理してください。→P.10、14、15

## 準備

- 鍋の温度を正しくはかるためフライパンを右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
- フライパンに適量の油を入れる

●光センサーの上にフライパンがない状態を継続すると安全のため加熱を停止することがあります。→P.13



## 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)

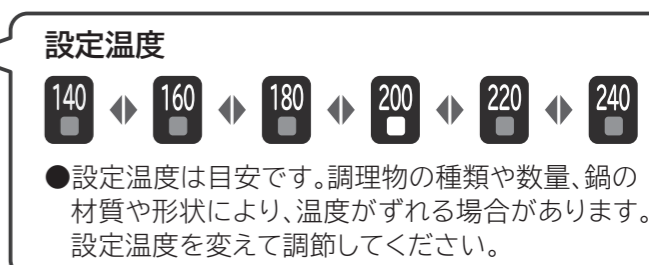
## 2

を押し、「炒め物・焼き物」ランプを点灯させる



## 3

を押し、温度を設定する



## 4

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  
タイマーを使うときは →P.29

- 適温になる前に、材料を入れないでください。
- 連続で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。

## 5

設定温度を調節するときは  
 を押し、温度を調節する  
●設定温度範囲内でも不十分な場合は、一度 を押し、お好みの火力で調理してください。→P.14、15



- 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。
- 設定時は約50秒で「適温」が点灯します。鍋の種類・材質・形状などや鍋底の初期温度によっては約4分かかる場合があります。
- 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。

## 6

調理が終わったら  
 を押し、切る

## 7

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)  
お手入れをするときは →P.32、33

- 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。



使いかた  
(ヒーターで調理する)  
メニューを選んで調理する  
適温調理  
炒める・焼く

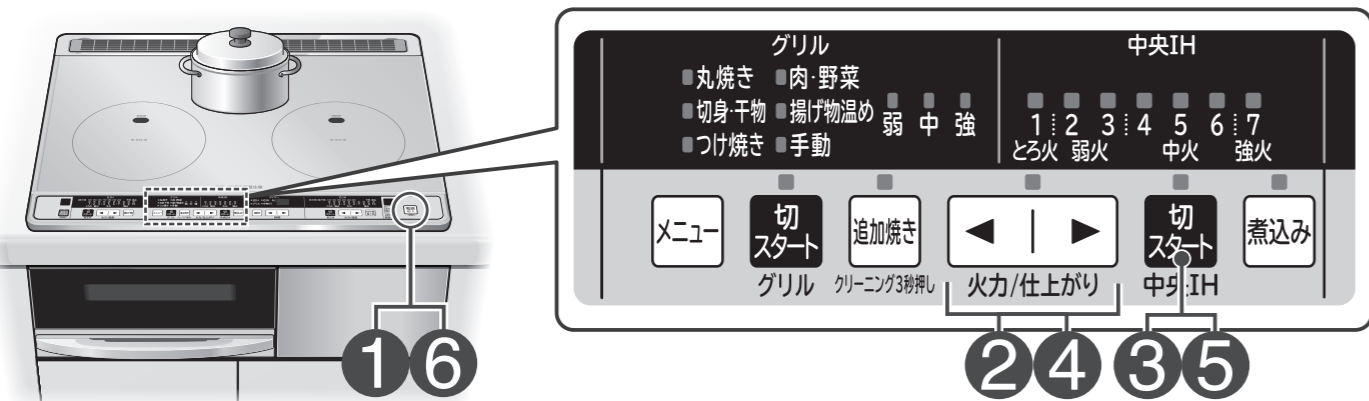
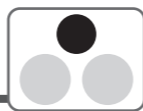


中央IH  
ヒーターで  
調理する

# ゆでる・煮る・蒸す・温める

## 好みの火力で調理します

中央IHヒーターが  
使えます



**準備** 材料を入れた鍋を中央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、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10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。

**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.29

**4** 火力を調節するときは

◀▶ を押し

●火力は「1」～「7」まで調節できます。

**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)

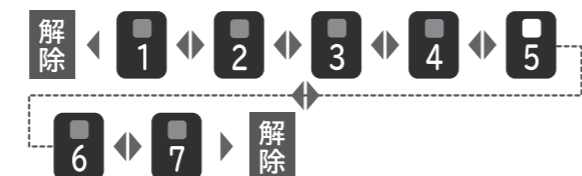
お手入れをするときは → P.32、33

◀▶ を押す

●火力「5」が点灯します。



●続けて ▶▶ を押し続けると火力は「1」～「7」まで設定できます。



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。



●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 ▶▶ を押し続け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。

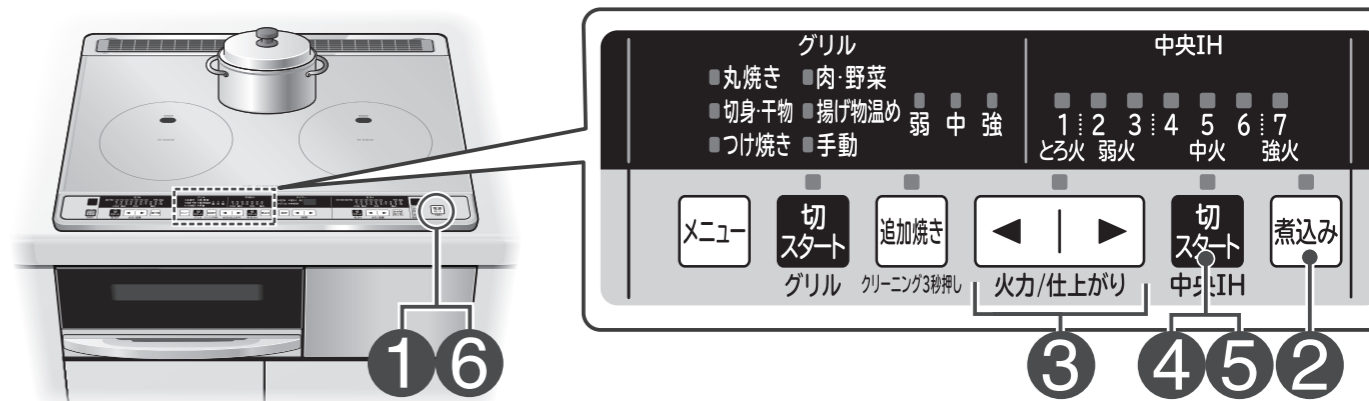


中央IH  
ヒーターで  
調理する

# 煮込み

## 煮込み加減を設定し煮込みます

中央IHヒーターが  
使えます



**準備** 沸とうさせたあたたかい調理物を入れた鍋を中央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** 煮込み を押し、「煮込み」ランプを点灯させる

**3** ▶▶ を押し、煮込み加減を設定する

**4** 切スタート を押し、スタートする

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

タイマーを使うときは → P.29

**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.32、33

お願い

- 鍋の大きさは、材料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。
- 煮汁の量は材料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。

煮込み を押す



煮込み加減を設定

弱め 点減 カレーやシチューなどとろ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 1:2 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 点減 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。

●煮込み加減は目安です。様子を見ながら調節してください。  
●煮込み中も煮込み加減を変更できます。

●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。

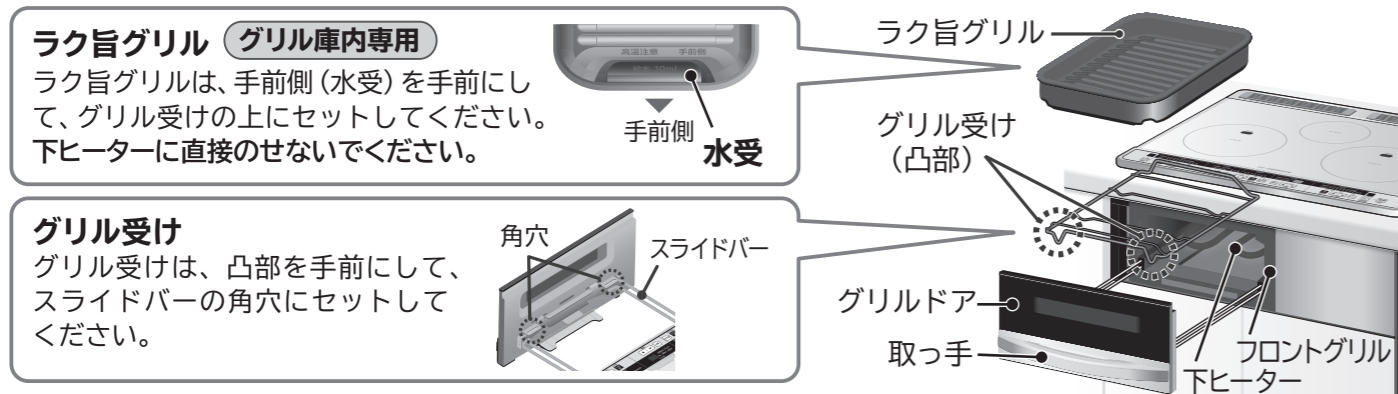


使いかた  
(ヒーターで調理する)

中央IHヒーターで調理するゆでる・煮る・蒸す・温める／煮込み

# 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。

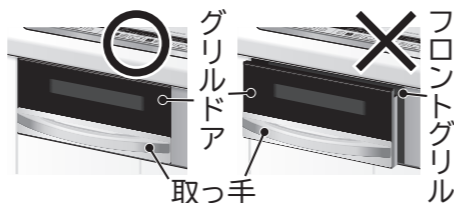
**グリル受け**  
グリル受けは、凸部を手前にして、スライドバーの角穴にセットしてください。

## 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・発火の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)  
●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、グリルドアがくもったり、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



**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.35)  
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、スライドバーを水平に保つように持ち上げながらゆっくりと開閉する



## 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(→P.35))



### 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

調理中や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

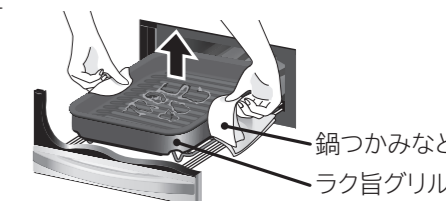
●熱に弱い化繊や熱が伝わりやすい薄いふきんなどは使わない。(やけどの原因)

### 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** ●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う  
(熱に弱い化繊や熱が伝わりやすい薄いふきんなどは、やけどの原因となりますので、使わないでください)  
●調理物を先に取り出すときは、はしやトングなどを使用し、高温部に触れないようにする  
ラク旨グリルは、冷めてから取り出す(やけどの原因)



### 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.4)  
●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。

使いかた  
(グリルで調理する)

グリルの使いかたのポイント

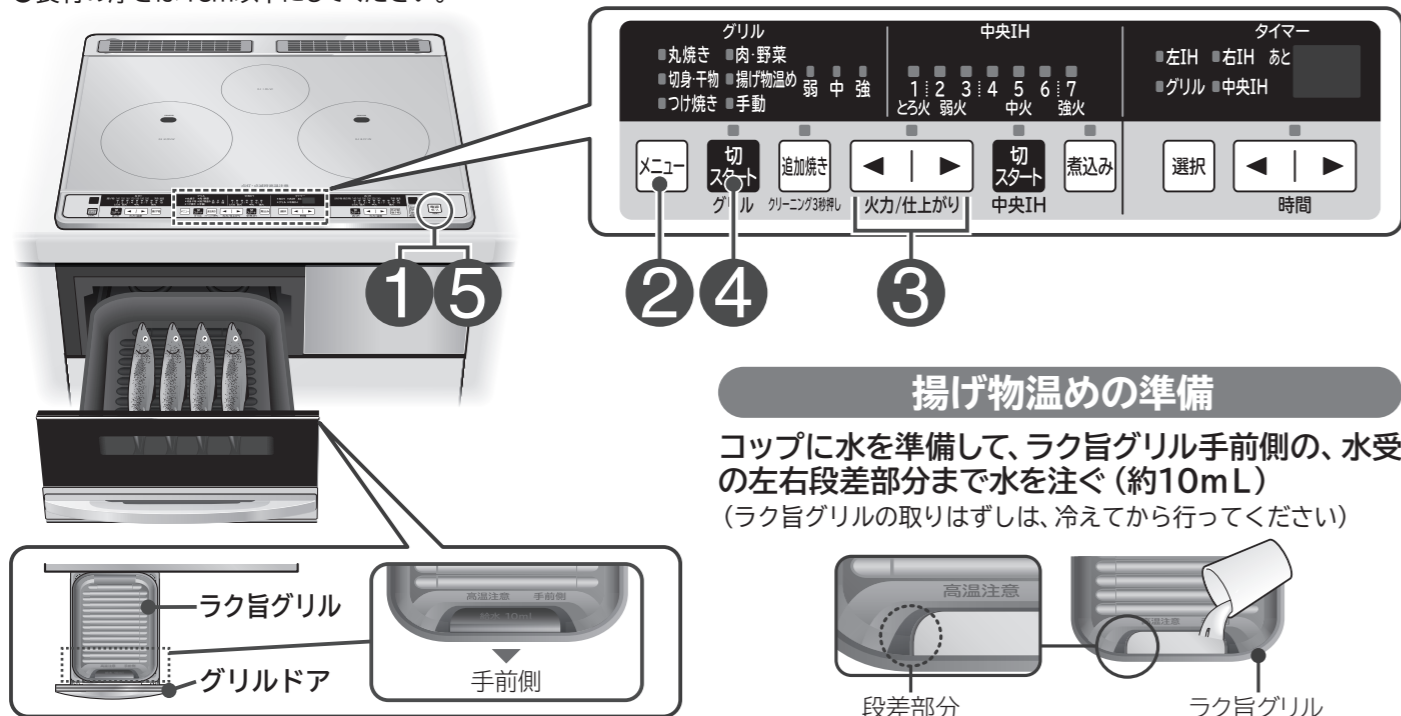


# 丸焼き、切身・干物、つけ焼き、肉・

# 野菜、揚げ物温め

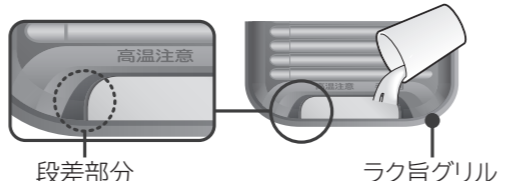
## メニューを選んで調理をします

●食材の厚さは4cm以下にしてください。



### 揚げ物温めの準備

コップに水を準備して、ラク旨グリル手前側の、水受の左右段差部分まで水を注ぐ(約10mL)  
(ラク旨グリルの取りはずしは、冷えてから行ってください)



## 丸焼き、切身・干物、つけ焼き 調理のこつ

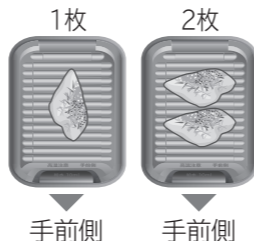
- 魚を調理する場合は、尾などの薄い部分が焦げやすいので、ラク旨グリルの手前側に尾をよせてください。
- 魚を1~3尾焼く場合は、ヒーター形状よりのせる位置で焼き色が付きにくい場合がありますので魚を中央に斜めにのせてください。
- 焦げ目のつき具合は魚の種類や大きさ、同じ大きさでも脂ののり具合、魚の温度、塩のふり加減によって異なります。(塩のふる量が多いと焦げ目が強くなります)お好みにより仕上がりを調節して調理してください。
- 水分が多い生魚(さんまやあじなど)は、調理する約10~20分前に塩をふっておくと、焼き色が付きやすくなります。
- 冷凍してある魚は、よく解凍してから焼いてください。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、仕上がりを弱め、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。お好みにより仕上がり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乗せ、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。

●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)

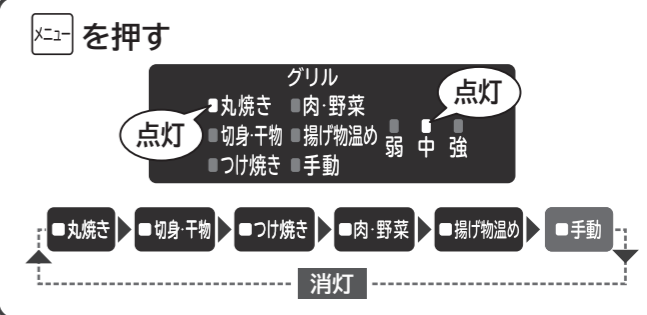


## 1

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)

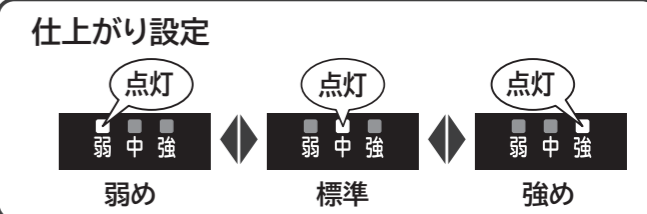
## 2

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、材料に適した仕上がりに設定する



## 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。

●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、選択 を押し、グリルのランプを点滅させてください)



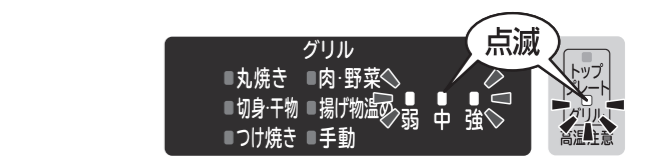
●調理が終了すると追加焼きのランプが点滅します。焼きが足りないときは、「追加焼き」で様子を見ながら、さらに焼いてください。(→P.28)

## 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.34,35)

●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。



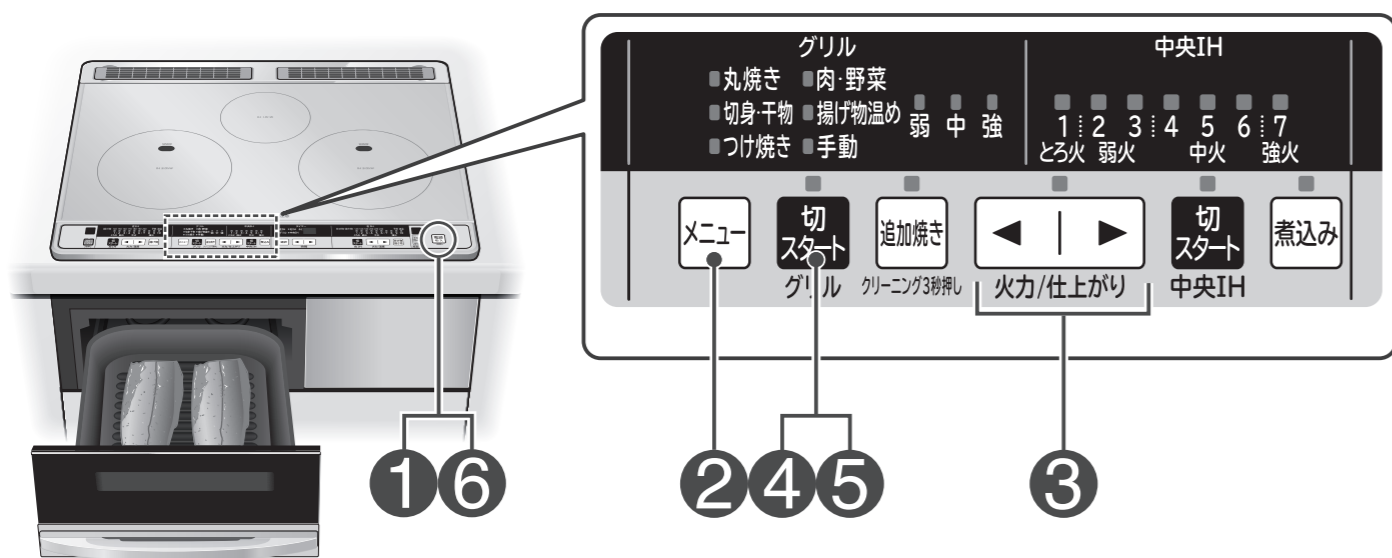
お願い ●調理中はメニューおよび仕上がりの変更はできません。

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(魚焼き)

## メニューを選んで調理をします



### 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	小あじのみりん干し	[1枚 約4g] 10枚	手動 中	約5~8分
	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5~13分
	いかのみそ漬け焼き	[1枚 約80g] 1枚	手動 中	約14~16分
	スルメ	[1枚 約70g] 1枚	手動 中	約3~5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

- 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)

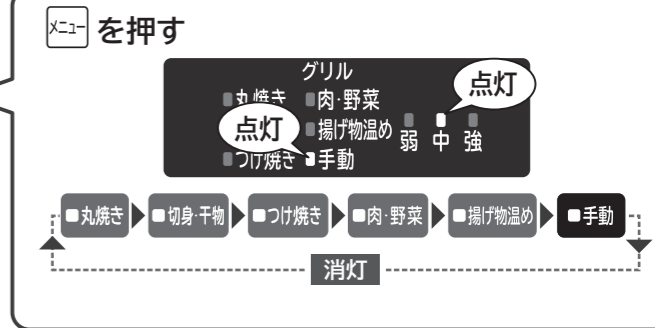


### 1

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

メニューを押す、「手動」ランプを点灯させる



### 3

◀▶を押す、材料に合った火力に設定する



### 4

切スタートを押す、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.29

- 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。

### 5

調理が終わったら 切スタートを押す、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。

- 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をします。

### 6

続けて使わないときは 電源切/入を押す、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.34、35



使いかた (グリルで調理する)

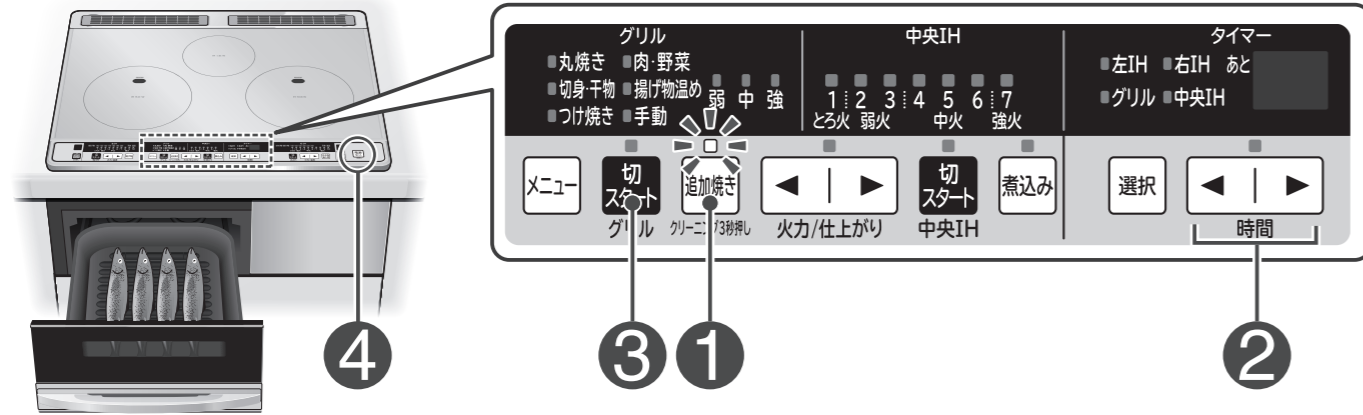
メニューを選んで調理する(手動) (魚焼き)



# 追加焼きをする

## 調理終了後、お好みで追加焼きができます

●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、「スタート」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、電源を切った場合やメニュー選択をして「スタート」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、焼き時間を設定する

3 「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。

4 続けて使わないときは

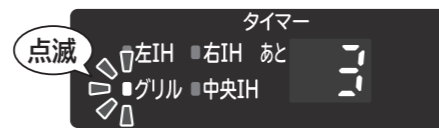
電源切入を押し、電源を切る  
(ランプが消灯します)

お手入れをするときは → P.34、35

### 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。
- タイマー表示部に「点滅」が表示された場合、「追加焼き」を押し解除して、再度設定してください。

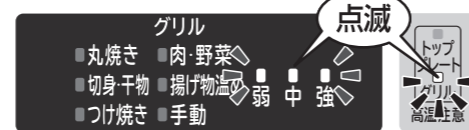
### 追加焼き時間の設定



- 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「スタート」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

## タイマーを使う

HTB-TS7TLSに適温調理「炒め物・焼き物」はありません。

●右IHヒーターでタイマーを使う場合を説明しています。



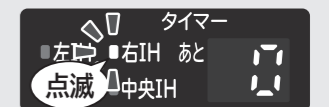
### お知らせ

- 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「炒め物・焼き物」はメロディーが鳴って「適温」が点灯した後、タイマー設定ができます。
- 適温調理「揚げ物」の左IHヒーターには、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 「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	◎火力「1」～「3」	▶ 9時間(9hと表示)	9h	9時間の場合(9hと表示)
	◎火力「4」～「10」	▶ 1時間(60と表示)	60	1時間の場合(60と表示)
右IHヒーター	◎「炒め物・焼き物」	▶ 45分(45と表示)	45	
中央IHヒーター	◎火力「1」～「3」	▶ 9時間(9hと表示)	9h	
	◎火力「4」～「7」	▶ 1時間(60と表示)	60	
	◎煮込み	▶ 2時間(2hと表示)	2h	
グリル	◎調理メニュー「手動」	▶ 29分	29	

- 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、中止したいIHヒーターまたはグリルの「スタート」を押し、加熱を停止してください。
- 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  
(グリルで調理する)

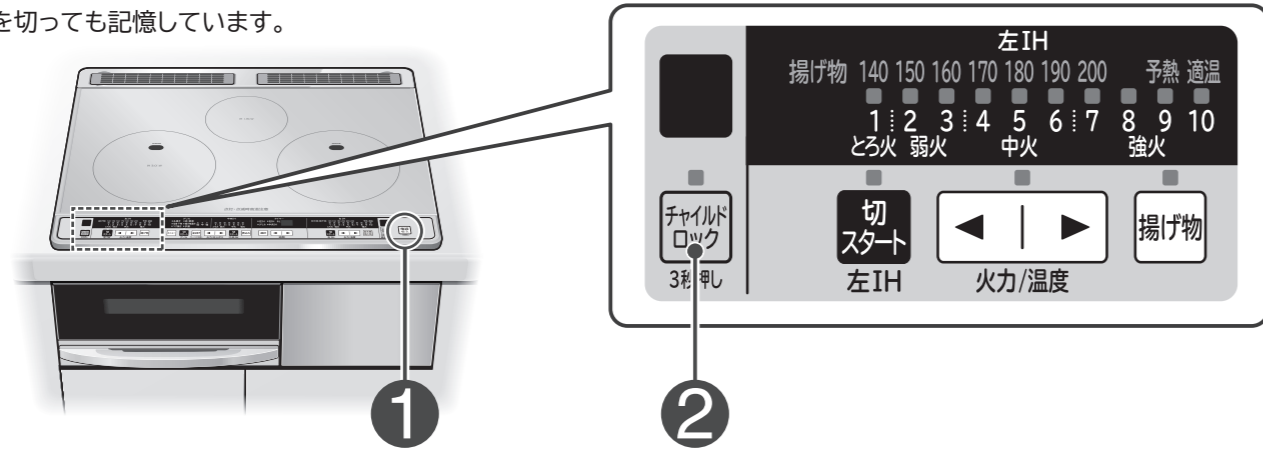
使いかた  
(いろいろな機能を使う)

追加焼きをする / タイマーを使う

# いろいろな機能を使う (つづき)

## チャイルドロック

- 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** チャイルドロック 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。

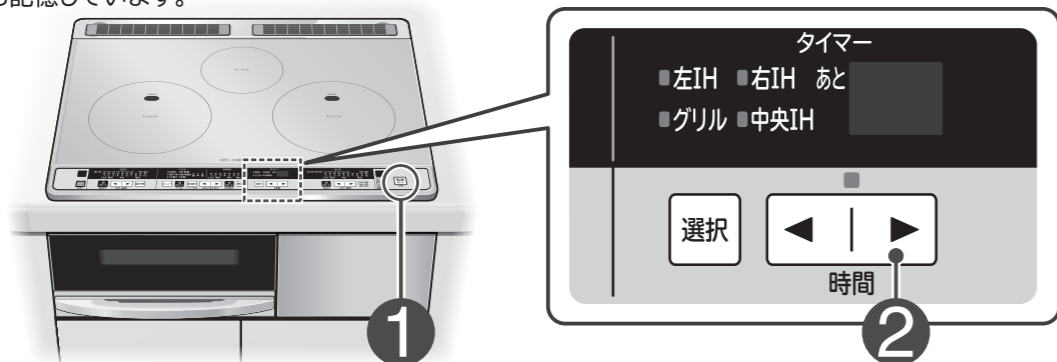
### 全てのロックを解除する

**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** チャイルドロック 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

- 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** タイマー操作部の 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。

## レンジフードファン連動 (HTB-TS73LSFのみ)

- IHヒーターやグリルの加熱スタート・停止に連動して、レンジフードファン連動対応のレンジフードファンが運転・停止するシステムです。IHクッキングヒーターで、レンジフードファンの風量を替えたり、照明の点灯 (消灯) などの操作はできません。
- 詳しくはレンジフードファンの取扱説明書をご覧ください。
- レンジフードファン連動対応のレンジフードファンについては、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。

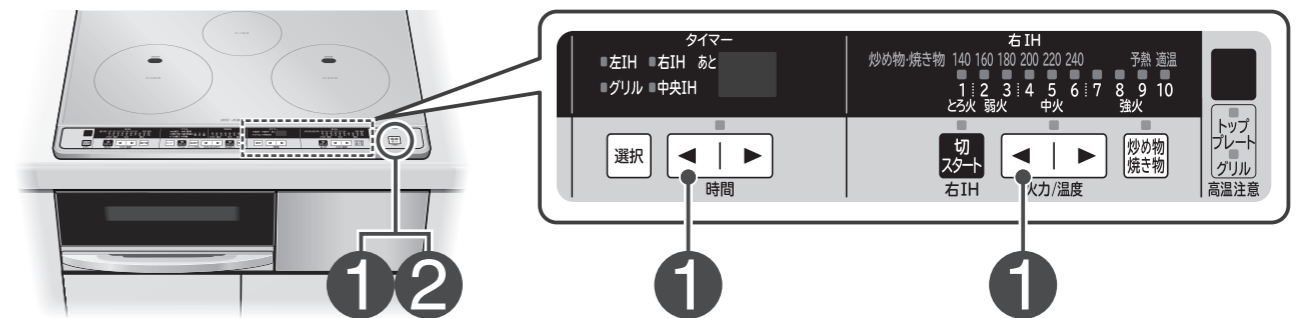
### 操作と連動する内容

IH クッキングヒーターの操作	レンジフードファンの動作
各IHヒーターまたはグリルの加熱を加熱スタートしたとき	運転を開始します。
各IHヒーターまたはグリルの加熱を停止したとき	約3分後に自動停止します。

- お願い** IH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ファンが動作しない場合があります。(送信部の確認 (P.5))
- 送信部が汚れている。
  - 送信部が鍋やフライパンの取っ手などでおおわれている。
- ※その他の理由でうまく送・受信できないことがあります。その場合は、レンジフード側で操作してください。

## レンジフードファン連動の切り替えについて (HTB-TS73LSFのみ)

- 本製品は、工場出荷時にレンジフードファンが連動するように設定されていますが、連動を停止することができます



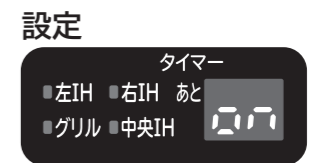
**1** タイマー操作部の と右IHヒーター操作部の を同時に押したまま 電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、電源を入れる (ランプが点灯します)

**2** 電源切/入 を押し、電源を切る (ランプが消灯します)

- タイマー表示部にoFが表示され、レンジフードファン連動の設定が解除されます。



- もう一度、操作を繰り返すと、タイマー表示部にonが表示され、レンジフードファン連動が設定されます。



使いかた (いろいろな機能を使う)

チャイルドロック/メロディーとブザーの切り替え/レンジフードファン連動/レンジフードファン連動の切り替えについて



# お手入れ



●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

- 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

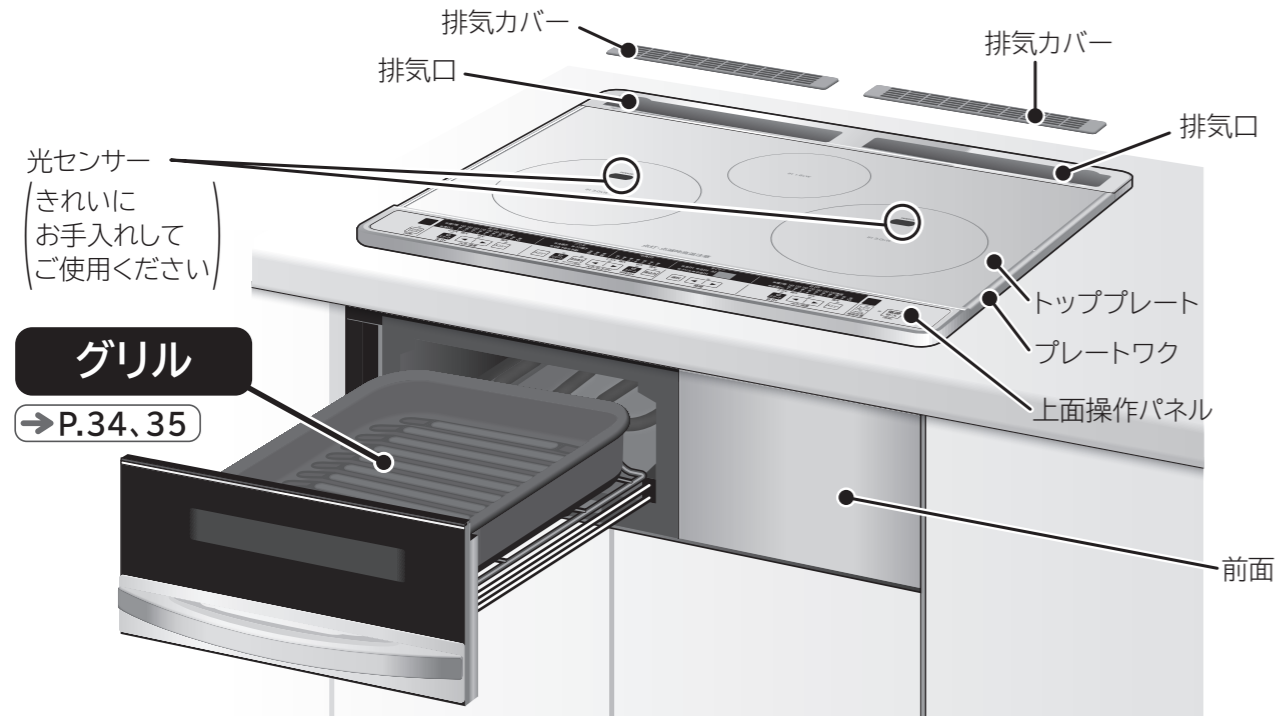
薄めた台所用洗剤(中性)とスポンジで洗う。

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汚れもお手入れしてください。

## 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。
- 排気口へ水などをこぼした場合は、底面から排出されますので、本体底面とキャビネット内をふき取ってください。



## 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。

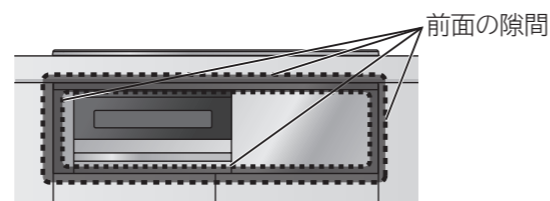
## ご注意

- 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。

## 前面

ほこり汚れ

前面の隙間にたまったほこりは、割りばしなどに布を巻いたもので、こまめにふき取る。



## トッププレート・プレートワク(ステンレス製)・光センサー

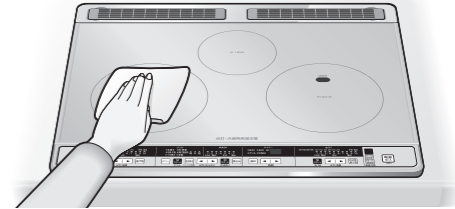
トッププレートの汚れを防止するため、市販の汚れ防止シートなどは使用しないでください。汚れや異物と同様、鍋の温度が正しく検知できず、発火のおそれがあります。

汚れたらふき取ってください。

調理物や油汚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。



油汚れ

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。

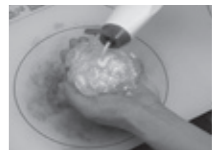
## ご注意

酸性・アルカリ性の強い洗剤(漂白剤、住宅用合成洗剤など)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。



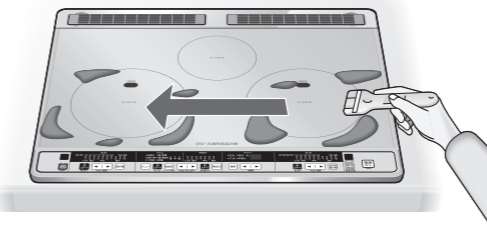
## ご注意

- 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.63)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。

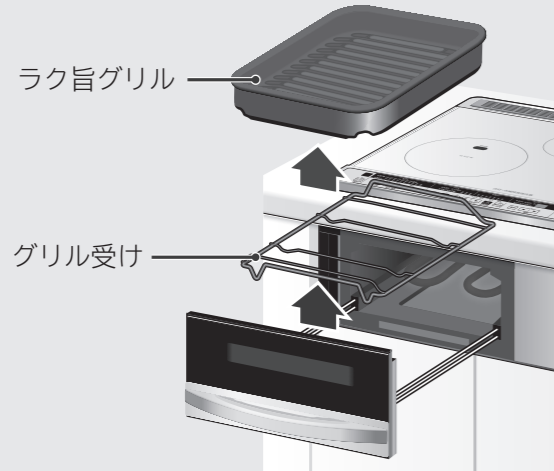
# お手入れ (つづき)

## グリルドア、ラク旨グリル、 グリル受けの取りはずしかた

**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

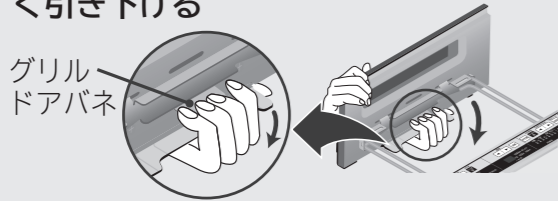


**2** ラク旨グリル、グリル受けをはずす



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。

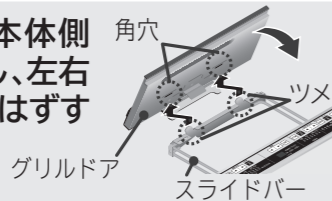
**3** グリルドアを手でささえ、取っ手の下側に手をまわし、グリルドアバネを軽く引き下げる



### 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はまずさないでください。(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箇所のツメをはずす



### 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

●スライドバーについた汚れは、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)

## ⚠ 注意

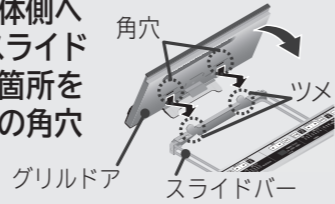


●お手入れは、

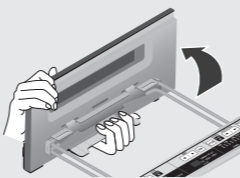
電源を切り、本体が冷えてから行う

## グリルドア、ラク旨グリル、 グリル受けの取り付けかた

**1** グリルドアを本体側へ倒すようにし、スライドバー側のツメ2箇所をグリルドア下部の角穴に差し込む

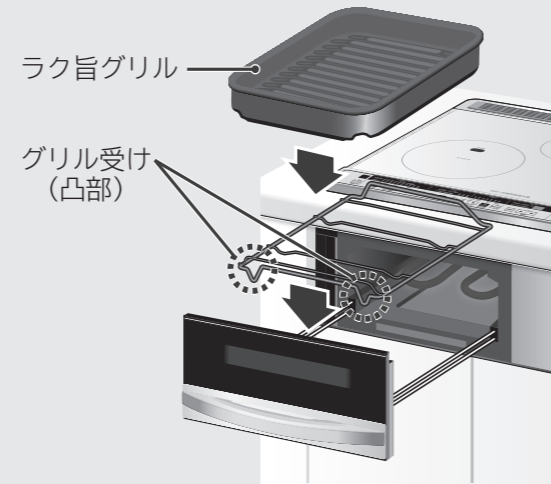


**2** グリルドアを手でささえ、垂直に起こしながらはめ込む



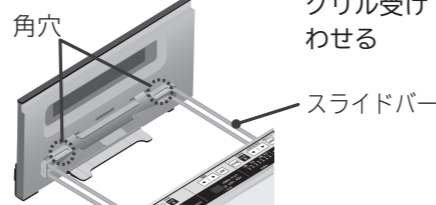
カチッと音がしてグリルドアが固定されます。

**3** グリル受け、ラク旨グリルをのせる



### ご注意

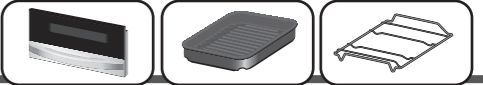
●スライドバー側の角穴とグリル受け(凸部)を合わせる



**4** グリルドアはフロントグリルに当たるまで押し閉める



## グリルドア、ラク旨グリル、グリル受けのお手入れ



薄めた台所用洗剤(中性)とスポンジで洗う。

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。

### ご注意

- 汚れがついたら、つどお手入れしてください。汚れがこびりつくと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.4
- 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.4

### 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は、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。

## 庫内クリーニング(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。グリル庫内の油汚れを乾燥させ、においを軽減することができます。(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、グリル受けをはずし、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

**追加焼き** を約3秒間押し  
●タイマー表示部に **!** を表示します。

### 3

**切スタート** を押し、スタートする  
●ブザーが鳴ったら終了です。

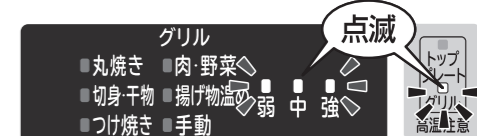
### 4

続けて使わないときは  
**電源切/入** を押し、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いてください。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 **切スタート** を押しします。
- 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。

こんなときは	ここを確認／直しかた
<ul style="list-style-type: none"> <li>●電源が入らない</li> <li>●スタートしない</li> <li>●メニューが選べない</li> </ul>	<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>・電源スイッチをブザーが鳴るまで約1秒押ししてください。</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。           </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.30)</li> <li>●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))</li> <li>●総消費電力を超えていませんか。(→P.12)</li> </ul>
●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)	<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。             <ul style="list-style-type: none"> <li>・IHヒーターは操作後約45分</li> <li>・グリルの調理メニュー「手動」は加熱後約30分</li> </ul>             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。           </li> </ul>
●左・右IHヒーターの加熱が停止した	<ul style="list-style-type: none"> <li>●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.33)</li> </ul>
●鍋が確認できない	<ul style="list-style-type: none"> <li>●使えない鍋やナイフ・フォークなどの金属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))</li> <li>●鍋がIHヒーターの上に金属小物がある場合は取り除いてください。</li> </ul>
●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)	<ul style="list-style-type: none"> <li>●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)</li> </ul> <p>例：右IHヒーターの鍋確認表示 交互に点灯</p> <p>約30秒後、ブザーが鳴り、表示が消え、加熱を停止します。</p>
●使用中に停電になった	<ul style="list-style-type: none"> <li>●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。</li> <li>●電源を入れ、もう一度初めから操作を行ってください。             <ul style="list-style-type: none"> <li>・電源スイッチをブザーが鳴るまで約1秒押ししてください。</li> </ul> </li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <p><b>警告</b> <b>禁止</b> <b>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</b></p> </div>
●タイマー表示部にと表示されている	<ul style="list-style-type: none"> <li>●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。             <ul style="list-style-type: none"> <li>・上面操作パネルの、中央ヒーター・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。</li> </ul> </li> </ul>
●表示部に表示されるが、鍋が加熱されない	<ul style="list-style-type: none"> <li>●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。             <ul style="list-style-type: none"> <li>・上面操作パネルの、中央ヒーター・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。</li> </ul> </li> </ul>

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	<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IHヒーターの場合は12～26cmのもので、鍋底の反りが3mm未満のもの、中央IHヒーターの場合は12cm～18cm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))</li> <li>●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。</li> </ul>
●IHヒーターによって火力が違う	<ul style="list-style-type: none"> <li>●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。</li> </ul>
●IHヒーターでの調理に時間がかかる	<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> </ul>
●調理のでき上がりが遅い	<ul style="list-style-type: none"> <li>●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))</li> <li>●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。</li> </ul>
●火力が上がらない	<ul style="list-style-type: none"> <li>●設定の総消費電力以上は火力が上げられません。</li> </ul>
●ラク旨グリルに材料がこびりつく	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ラク旨グリルは、消耗品です。材料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.4)</li> <li>●材料によっては、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.35)</li> </ul>
●グリルで調理中、排気口から煙が出る	<ul style="list-style-type: none"> <li>●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。</li> </ul>
●グリルで調理中、加熱が停止した	<ul style="list-style-type: none"> <li>●調理メニューの場合は、材料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。</li> </ul>
●結露	<ul style="list-style-type: none"> <li>●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。</li> <li>●蒸気を吸い込むと結露することがありますが、しばらくすると元に戻ります。</li> </ul>
●適温調理「揚げ物」	<ul style="list-style-type: none"> <li>●指定の鍋を使用していますか。(→P.10)</li> <li>●800gを超える量の油を入れていませんか。</li> <li>●熱い油・汚れた油を使っていませんか。</li> <li>●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)</li> <li>●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.33))</li> <li>●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))</li> <li>●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))</li> <li>●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。</li> </ul>
●油煙が出る	<ul style="list-style-type: none"> <li>●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)</li> <li>●再使用油は油煙が出やすくなります。</li> </ul>
●適温調理「炒め物・焼き物」	<ul style="list-style-type: none"> <li>●予熱時間が長い</li> <li>●加熱が停止する(HTB-TS73LSFのみ)</li> <li>●鍋の温度が低過ぎたり高過ぎる(HTB-TS73LSFのみ)</li> </ul>
●予熱時間が長い	<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加熱を停止する場合があります。適温調理で使えるフライパンについて(→P.10,11)</li> </ul>
●加熱が停止する(HTB-TS73LSFのみ)	<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過ぎたり高過ぎる場合があります。適温調理で使えるフライパンについて(→P.10,11)</li> </ul>

# 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。

こんなときは	ここを確認/直しかた
<b>レンジフードファン連動</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●IHクッキングヒーターのIHヒーターまたはグリルの加熱を停止しても、レンジフードファンが止まらない (HTB-TS73LSFのみ)</li> <li>●レンジフードファンが回らない (HTB-TS73LSFのみ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●レンジフードファンはIHクッキングヒーター全てのIHヒーターとグリルの加熱を停止しても約3分間動作します。すぐにレンジフードファンを止めたい場合はレンジフードファンの停止操作をしてください。</li> <li>●IHクッキングヒーターのIHヒーターまたはグリルの加熱をしているとレンジフードファンは止まりません。止める場合は、レンジフードファンの停止操作をしてください。</li> <li>●送信部または受信部が汚れていませんか。IHクッキングヒーターの送信部・レンジフードファンの受信部を掃除してください。(→P.5)</li> <li>●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.5)</li> <li>●送信部の上にフライパンなどの取っ手を向けていませんか。フライパンなどの取っ手の向きを変えてください。(→P.5)</li> <li>●レンジフードファン連動の機能を停止していませんか。レンジフードファン連動の切り替えを確認してください。(→P.31)</li> <li>●レンジフードファンの取扱説明書も合わせてご確認ください。</li> </ul>
<b>その他</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●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</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●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.36)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。</li> </ul>

## 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。

音 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。

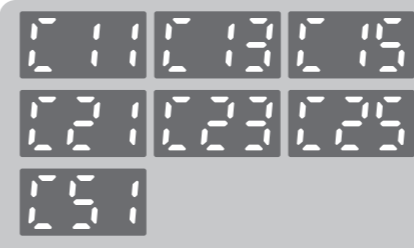

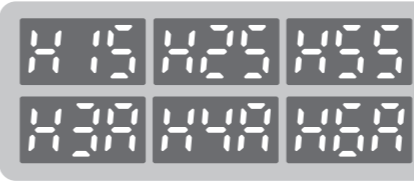


こんなときは	ここを確認/直しかた
<ul style="list-style-type: none"> <li>●電源を入・切するときや使用中に音がする (カチャ音)(カチカチ音)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●電源を入・切するときや使用中に、内部電気部品のスイッチの動作音(カチャ音)がします。</li> <li>●手動火力「1」とろ火(100W相当)はヒーターを入・切するので、入・切音(カチカチ音)がします。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>●IHヒー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)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●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・中央の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場合があります。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>●使用中にファンの音がする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●本体内部を冷やすための冷却ファンの音がします。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>●使用中にファンの音が大きくなる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●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」</li> <li>●火力によって音が変わることがあります。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>●電源を切っても音がする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●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30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。</li> <li>●使用状況により冷却ファンの音の大きさが変わります。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>●グリルドアを開閉する際に金属音がする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●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。</li> </ul>

## 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)





表示とお知らせ内容	原因	直しかた
	<ul style="list-style-type: none"> <li>●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)</li> <li>●空だきになっています。</li> <li>●炒め物の調理を行うと表示する場合があります。</li> <li>●鍋が光センサーの上に置かれていません。</li> <li>●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。</li> <li>●市販の汚れ防止シートを使用しています。</li> <li>●鍋底が12cm未満の鍋を使用しています。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●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)</li> <li>●鍋に食材を入れてください。</li> <li>●火力を下げてください。</li> <li>●鍋をIHヒーターの中央に置いてください。</li> <li>●市販の汚れ防止シートは使用しないでください。</li> <li>●鍋底の直径が12cm以上の鍋を使用してください。</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>●鍋の底に約3mm以上の反りがあったり変形しています。</li> <li>●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。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●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)</li> <li>●異物や汚れの場合はお手入れをしてご使用ください。</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>●排気カバーにほこりがたまっています。</li> <li>●排気カバーがふさがれています。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ほこりをふきとってください。(→P.32)</li> <li>●ふさがないでください。</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>●鍋の種類が違います。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●鍋の種類を確認してください。(→P.10)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>●加熱したまま連続して魚などを焼いた場合。</li> <li>●空だきになっています。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●一度加熱を停止して、グリル庫内の温度を下げてから、次の食材を入れてください。</li> <li>●食材を入れてください。</li> </ul>

## 表示を消したいときは

C11、C12、C13、C15、H15、H39、H17 の表示が出たときは左IHヒーターの  を押す。  
 C21、C23、C25、H25、H49、H27 の表示が出たときは右IHヒーターの  を押す。  
 C51、H55、H59、H57 の表示が出たときは中央IHヒーターの  を押す。  
 C3、C4 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.63)にご連絡ください。

表示とお知らせ内容	原因
 が表示	●電源電圧が異常に高い場合や低い場合。
 などのH**表示	●部品の故障が生じた場合。

●お買い上げの販売店または「ご相談窓口」(→P.63)にご連絡ください。

お困りのときは



# 料理集

## もくじ

### 右IHヒーターでの調理例

#### 適温調理「炒め物・焼き物」(HTB-TS73LSFのみ)

(レシピ名)	(設定温度の目安)	(レシピ名)	(設定温度の目安)
ビーフステーキ	42 220℃	マーボー豆腐	46 200℃
薄切りポークカツ	42 200℃	空芯菜とにんにくの炒め物	46 220℃
ポークソテー	43 180℃	野菜炒め	46 220℃
チキンソテー	43 180℃	えびチリ	47 200℃
白身魚のソテー	43 200℃	チンジャオロウスー	47 200℃
ゴーヤチャンプル	44 200℃	焼きギョウザ	48 200℃
あじフライ	44 200℃	オニオンスープ	48 200℃
焼きそば	44 200℃	大豆のキーマカレー	49 200℃
八宝菜	45 200℃	スクランブルエッグ	49 160℃
チャーハン	45 220℃	ブイヤベース	49 180℃▶140℃

### 左IHヒーターでの調理例

#### 適温調理「揚げ物」

揚げ物のコツ→P.51

(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	50 180℃	コロッケ	52 180℃
串揚げ	50 190℃	とんかつ	52 170℃
えびフライ	51 180℃	フライドポテト	52 170℃
カキフライ	51 180℃	鶏のから揚げ	53 170℃
オニオンリング	51 180℃	フライドチキン	53 160℃

#### 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。様子を見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	計量			計量	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)
食品名				食品名			
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	54 丸焼き 中	塩さんま	54 丸焼き 弱
たいの塩焼き	54 丸焼き 中	いさきの塩焼き	54 丸焼き 中
あじの塩焼き	54 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	55 切身・干物 中	あじの開き	55 切身・干物 中
塩ざけ	55 切身・干物 中	はたはた	55 切身・干物 弱
塩さば	55 切身・干物 中	ししゃも	55 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	56 つけ焼き 中	焼きとり(たれ)	56 つけ焼き 中
ぶりのつけ焼き	56 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	57 肉・野菜 強	焼き野菜	58 肉・野菜 中
焼きとり(塩)	57 肉・野菜 中	ハンバーグ	59 肉・野菜 中
鶏手羽先のつけ焼き	58 肉・野菜 中	れんこんハンバーグ	60 肉・野菜 中
鶏手羽中の塩焼き	58 肉・野菜 中	チーズ入りチキンハンバーグ	60 肉・野菜 中
牛肉串焼き	58 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	61 揚げ物温め 弱	天ぷら温め	61 揚げ物温め 中
とんかつ温め	61 揚げ物温め 中	アジフライ温め	61 揚げ物温め 中
コロッケ温め	61 揚げ物温め 中	から揚げ温め	61 揚げ物温め 中
フライドチキン温め	61 揚げ物温め 強		



# 右IHヒーターでの調理例

適温調理「炒め物・焼き物」  
(HTB-TS73LSFのみ)



## 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(スライス) …… 1かけ

- 作りかた  
①牛肉は室温に戻し筋を切り、全体を軽くたたき、塩、こしょうを両面にふる。  
②フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れて、「炒め物・焼き物」ボタンを押し、設定温度「220」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、にんにくのスライスを入れ、色づいてきたらにんにくを取り出し、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)  
④お皿に盛りつけて、取り出しておいたにんにくをのせる。



### 調理のこつ

- 焼き時間や設定温度は肉の種類や厚みによっても違うので、お好みに応じて調節してください。
- 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、アルコールを飛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。



## 薄切りポークカツ

- 材料(2人分)  
豚もも薄切り肉 …… 160g  
塩・こしょう …… 各少々  
マスタード …… 適量  
薄力粉 …… 適量  
溶き卵 …… 適量  
パン粉 …… 適量  
サラダ油 …… 大さじ2

- 作りかた  
①豚肉3枚を並べ塩、こしょうをふり、マスタードを塗って3つ折りにしたものを、4個作る。  
②①に薄力粉、溶き卵、パン粉を順につける。  
③フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れて、「炒め物・焼き物」ボタンを押し、設定温度「200」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を並べ、返しながらか中まで火を通す。



## ポークソテー

- 材料(2人分)  
豚ロース肉(1枚約100g) …… 2枚  
塩・こしょう …… 各少々  
サラダ油 …… 大さじ1½  
薄力粉 …… 大さじ2  
しょうゆ …… 大さじ1  
A みりん …… 大さじ1½  
バター …… 8g

- 作りかた  
①豚肉は筋に切り目を入れて、全体を軽くたたき、塩、こしょうをふり、薄力粉をまぶす。  
②フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れて、「炒め物・焼き物」ボタンを押し、設定温度「180」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の豚肉を入れ、焼き色がいたら裏返し、中まで火を通し、豚肉を取り出して、お皿に盛りつける。  
④フライパンの汚れをキッチンペーパーでふき、Aを入れ、ソースを作り、③にかける。



## 白身魚のソテー

- 材料(4人分)  
白身魚(たい、すずき、たらなど  
1切れ約80~100g、厚さ約2cm) …… 4切れ  
塩・こしょう …… 各少々  
薄力粉 …… 大さじ2  
オリーブ油 …… 大さじ2

### <レモンバターソース>

- バター …… 40g  
レモン汁 …… 小さじ2  
塩・こしょう …… 各少々  
パセリ(みじん切り) …… 適量



## チキンソテー

- 材料(2人分)  
鶏もも肉(1枚約100g、厚さ約2cm) …… 2枚  
ハーブ(乾燥品)(タイム・ローズマリーなど) …… 各少々  
塩・こしょう …… 各少々  
オリーブ油 …… 大さじ1  
レモン(くし形切り) …… ¼個

- 作りかた  
①鶏肉の皮にフォークなどで穴を開け、厚みのあるところは切り込みを入れて厚みを調え、ハーブ、塩、こしょうをふる。  
②フライパンを右IHヒーターの中央に置き、オリーブ油を入れる。  
③「炒め物・焼き物」ボタンを押し、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、①の皮側を下にして焼く。(鶏肉が反らないように押さえつけるとよい)  
⑤焼き色が付いたら裏返し、中まで火を通したら、焼き色を確認して器に盛りつけ、レモンを添える。

- 作りかた  
①白身魚に塩、こしょうをふり、薄力粉を全体に薄くまぶしておく。  
②フライパンを右IHヒーターの中央に置き、オリーブ油を入れる。  
③「炒め物・焼き物」ボタンを押し、設定温度「200」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、①の皮側を下にして焼く。  
⑤焼き色が付いたら裏返し、中まで火を通したら、焼き色を確認して器に盛りつける。  
⑥フライパンの汚れをキッチンペーパーでふき、バターを入れて予熱で溶かしたら、レモン汁を加えかき混ぜ、塩、こしょうで味を調えパセリを加えたら、⑤にかける。



# 右IHヒーターでの調理例

適温調理「炒め物・焼き物」  
(HTB-TS73LSFのみ)



設定温度  
の目安  
200℃

## ゴーヤチャンプル

- 材料(2人分)
- ゴーヤ ..... 1本
  - サラダ油 ..... 大さじ1
  - 豚バラ薄切り肉(一口大に切る) ..... 50g
  - 木綿豆腐(一口大に切る) ..... 1/2丁(150g)
  - 卵 ..... 1個
  - しょうゆ ..... 小さじ1
  - 塩 ..... 小さじ1/3
  - 酒 ..... 大さじ2
  - ④ 砂糖 ..... 小さじ1
  - 和風だしの素 ..... 小さじ1
  - 片栗粉 ..... 小さじ1
  - 水 ..... 小さじ1

- 作りかた
- ゴーヤを縦半分に切り、種とわたを取り、5mm幅の薄切りにして軽く塩をふり(分量外)、しんなりするまで置いた後、もみ洗いをして水気をきる。
  - フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れて、「炒め物・焼き物」ボタンを押し、設定温度「200」を選び、「スタート」ボタンを押す。
  - 表示部の「適温」ランプが点灯したら、豚肉を炒め、焼き色がついたら、ゴーヤ、豆腐の順に炒め、④の調味料を入れる。
  - 溶きほぐした卵を入れ、かき混ぜて軽く火を通す。



設定温度  
の目安  
200℃

## 焼きそば

- 材料(1人分)
- 焼きそば用めん(ソースつき) ..... 1袋
  - 野菜ミックス ..... 約250g
  - 豚薄切り肉 ..... 50g
  - サラダ油 ..... 大さじ1
  - 塩・こしょう ..... 各少々

- 作りかた
- フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れて、「炒め物・焼き物」ボタンを押し、設定温度「200」を選び、「スタート」ボタンを押す。
  - 表示部の「適温」ランプが点灯したら、豚肉、野菜ミックス、焼きそば用めん(ソース)の順に炒める。
  - 最後にソース、塩、こしょうを加える。



設定温度  
の目安  
200℃

## あじフライ

- 材料(2人分)
- あじ(開いたもの約80g) ..... 2枚分
  - 塩・こしょう ..... 各少々
  - 薄力粉 ..... 適量
  - 溶き卵 ..... 適量
  - パン粉 ..... 適量
  - サラダ油 ..... 大さじ3

- 作りかた
- あじの中骨を骨抜きで取り除き、塩、こしょうをふる。
  - ①をキッチンペーパーで軽く押さえ、薄力粉、溶き卵、パン粉を順につける。
  - フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油大さじ2を入れ、「炒め物・焼き物」ボタンを押し、設定温度「200」を選び、「スタート」ボタンを押す。
  - 表示部の「適温」ランプが点灯したら、あじの身を下に入れて入れる。
  - 焼き色がついたら裏返し、サラダ油大さじ1を加え中まで火を通す。



設定温度  
の目安  
200℃

## 八宝菜

- 材料(2人分)
- 豚ロース薄切り肉 ..... 100g
  - えび ..... 50g
  - いか(皮をむいたもの) ..... 100g
  - 干しいたけ ..... 3枚
  - にんじん ..... 30g
  - ゆでたけのこ ..... 50g
  - 白菜 ..... 200g
  - さやえんどう ..... 8枚
  - しょうが汁 ..... 小さじ1/2
  - ④ 酒 ..... 小さじ1
  - 塩 ..... 少々
  - ⑤ 酒 ..... 大さじ1/2
  - 塩 ..... 少々
  - 片栗粉 ..... 大さじ1/2
  - ⑥ [ にんにく(みじん切り) ..... 1/2かけ
  - しょうが(みじん切り) ..... 1/2かけ
  - 酒 ..... 大さじ1
  - 塩 ..... 小さじ1/2
  - 鶏がらスープの素 ..... 小さじ1/2
  - 水 ..... 100mL
  - ⑦ を合わせておく
  - サラダ油 ..... 大さじ2
  - ごま油 ..... 小さじ1
  - ⑧ [ 片栗粉 ..... 小さじ2
  - 水 ..... 小さじ2
  - ⑨ を合わせておく

- 作りかた
- 豚肉は3cmに切り、④を混ぜておく。
  - 水で戻した干しいたけを3つに切り、にんじん、ゆでたけのこ、白菜は一口大の短冊切りにする。にんじん、さやえんどうは下ゆでしておく。
  - えびは背わたを取り、いかは一口大に花切りにする。
  - ポウルに、えび、いかを合わせ⑤を混ぜる。えびといかを湯通しする。
  - フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れて、「炒め物・焼き物」ボタンを押し、設定温度「200」を選び、「スタート」ボタンを押す。
  - 表示部の「適温」ランプが点灯したら、⑦を入れ、豚肉、えび、いか、野菜の順に炒め、火が通ったら⑧の調味料を入れ、⑨の水溶き片栗粉を加え混ぜてとろみをつけ、仕上げにごま油を回しかける。



設定温度  
の目安  
220℃

## チャーハン

- 材料(2人分)
- ごはん ..... 300g
  - 焼き豚(粗みじん切り) ..... 60g
  - 長ねぎ(小口切り) ..... 1/2本
  - 卵 ..... 2個
  - 塩・こしょう ..... 各少々
  - 鶏がらスープの素 ..... 小さじ1
  - しょうゆ ..... 小さじ1
  - サラダ油 ..... 大さじ1 1/2

- 作りかた
- 深めの容器に卵を割りほぐし、ごはんをよく合わせておく。
  - フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れて、「炒め物・焼き物」ボタンを押し、設定温度「220」を選び、「スタート」ボタンを押す。
  - 表示部の「適温」ランプが点灯したら、長ねぎ、焼き豚と①の材料を入れ炒める。
  - 塩、こしょうとスープの素を入れる。
  - フライパンの中央を空け、しょうゆを入れ、チャーハン全体にからめる。



# 右IHヒーターでの調理例

## 適温調理 「炒め物・焼き物」 (HTB-TS73LSFのみ)



設定温度  
の目安  
200℃

### マーボー豆腐

- 材料(2人分)
- 木綿豆腐(さいの目に切る) …… 1丁(300g)
  - 豚ひき肉 …… 100g
  - ねぎ(みじん切り) …… 1/2本
  - ④ にんにく(みじん切り) …… 1/2かけ
  - しょうが(みじん切り) …… 1かけ
  - 豆板醤 …… 小さじ1/2
  - サラダ油 …… 大さじ1
  - 甜麺醬(テンメンジャン) …… 大さじ1
  - 酒 …… 大さじ2
  - しょうゆ …… 大さじ1
  - 砂糖 …… 小さじ1/2
  - 鶏がらスープの素 …… 小さじ1/2
  - 水 …… カップ1/2
  - ⑤を合わせておく
  - ⑥ 片栗粉 …… 小さじ2
  - 水 …… 小さじ2
  - ⑦を合わせておく
  - ごま油 …… 大さじ3/8

- 作りかた
- 豆腐は熱湯にくぐらせ湯通しておく。
  - フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れて、「炒め物・焼き物」ボタンを押し、設定温度「200」を選び、「スタート」ボタンを押す。
  - 表示部の「適温」ランプが点灯したら、④を入れ、豆板醤と豚ひき肉を炒め、肉がポロポロになったら⑤の調味料と豆腐を加え、混ぜながら全体に火を通す。
  - ⑦の水溶き片栗粉を加え混ぜてとろみがついたら、仕上げにごま油を回しかける。



設定温度  
の目安  
220℃

### 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
  - ④ たかのツメ(輪切り) …… 1本
  - ④ にんにく(スライス) …… 1かけ
  - ⑤ 酒 …… 大さじ1
  - ⑤ 塩・こしょう …… 各少々

- 作りかた
- 空芯菜はサツと水洗いし、葉と茎に分け、それぞれ長さ4~5cmに切る。
  - フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油と④を入れて、「炒め物・焼き物」ボタンを押し、設定温度「220」を選び、「スタート」ボタンを押す。
  - 表示部の「適温」ランプが点灯したら⑤の茎を入れて炒め、色が変わったら①の葉を入れて手早く炒め、⑤で味を調える。

- 作りかた
- フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れて、「炒め物・焼き物」ボタンを押し、設定温度「220」を選び、「スタート」ボタンを押す。
  - 表示部の「適温」ランプが点灯したら、野菜ミックスを入れ炒める。
  - 火が通ったら鶏がらスープの素、塩、こしょうを加え、味を調える。



設定温度  
の目安  
200℃

### えびチリ

- 材料(4人分)
- えび …… 400g
  - 片栗粉 …… 大さじ1
  - サラダ油 …… 大さじ3
  - 豆板醤 …… 小さじ1
  - ねぎ(みじん切り) …… 1/2本
  - ④ にんにく(みじん切り) …… 1/2かけ
  - しょうが(みじん切り) …… 1/2かけ
  - トマトケチャップ …… 大さじ3
  - 酒 …… 大さじ1
  - 砂糖 …… 小さじ2
  - しょうゆ …… 小さじ2
  - 水 …… 100mL
  - 鶏がらスープの素 …… 小さじ1/2
  - ⑤を合わせておく
  - ⑥ 片栗粉 …… 小さじ2
  - 水 …… 小さじ2
  - ⑦を合わせておく

- 作りかた
- えびは尾の一筋を残し殻をむき、包丁で背に切り目を入れて背わたを取る。水気をふき取り、片栗粉大さじ1をまぶしておく。
  - フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油大さじ2を入れて、「炒め物・焼き物」ボタンを押し、設定温度「200」を選び、「スタート」ボタンを押す。
  - 表示部の「適温」ランプが点灯したら、えびを入れて炒める。
  - えびが色づいたら、いったん取り出し、フライパンの汚れをキッチンペーパーでふき、サラダ油大さじ1と④の薬味を入れてから豆板醤を入れ炒める。
  - ⑤の調味料を加え、煮立ったら、えびを戻し入れ混ぜ合わせる。
  - ⑦の水溶き片栗粉を加え、混ぜてとろみをつける。



設定温度  
の目安  
200℃

### チンジャオロウスー

- 材料(2人分)
- 牛肉(細切り) …… 150g
  - ピーマン(細切り) …… 2個
  - 赤パプリカ(細切り) …… 1個
  - ゆでたけのこ(細切り) …… 30g
  - 生しいたけ(薄切り) …… 2枚
  - しょうが(みじん切り) …… 3g
  - しょうゆ …… 大さじ1/2
  - ④ 片栗粉 …… 小さじ1強
  - ごま油 …… 大さじ1/2
  - サラダ油 …… 大さじ1
  - オイスターソース …… 大さじ1/2
  - しょうゆ …… 大さじ1/2
  - 塩 …… 少々
  - ⑤ 砂糖 …… 小さじ1/2
  - 酒 …… 大さじ1/2
  - 片栗粉 …… 小さじ1/3
  - 水 …… 大さじ1
  - ⑥を合わせておく
  - ごま油 …… 小さじ1

- 作りかた
- 牛肉に④で下味をつける。
  - フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油としょうがを入れて、「炒め物・焼き物」ボタンを押し、設定温度「200」を選び、「スタート」ボタンを押す。
  - 表示部の「適温」ランプが点灯したら⑤を加えて炒める。
  - 牛肉の色が変わったらピーマン、赤パプリカ、ゆでたけのこ、生しいたけの順に加えて炒める。
  - 火が通ったら⑥を加えて混ぜ、仕上げにごま油を回しかける。



設定温度  
の目安  
220℃

### 野菜炒め

- 材料(1人分)
- 野菜ミックス …… 250g
  - サラダ油 …… 大さじ1
  - 鶏がらスープの素 …… 小さじ1
  - 塩・こしょう …… 各少々



# 右IHヒーターでの調理例

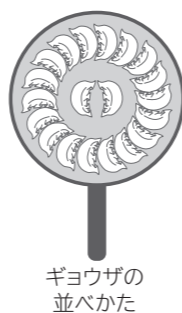
適温調理「炒め物・焼き物」  
(HTB-TS73LSFのみ)



## 焼きギョウザ

- 材料(4人分)
- 白菜 ..... 170g
  - 豚ひき肉 ..... 120g
  - にら(みじん切り) ..... 30g
  - 長ねぎ(みじん切り) ..... 25g
  - にんにく(みじん切り) ..... 1かけ
  - しょうが(みじん切り) ..... 1かけ
  - 酒 ..... 大さじ1
  - しょうゆ ..... 小さじ1
  - ごま油 ..... 小さじ2
  - 塩・こしょう ..... 各少々
  - 市販のギョウザの皮 ..... 20枚
  - サラダ油 ..... 大さじ2
  - 水 ..... 100mL(1回分)

- 作りかた
- 白菜はみじん切りにして、塩(分量外)をふり、混ぜ合わせ水が出たら水気をしぼる。
  - ボウルに①と②を入れ、粘りが出るまでよく練り、20等分する。
  - ギョウザの皮に③をのせ、ひだを取りながら包む。
  - フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れる。
  - 「炒め物・焼き物」ボタンを押し、設定温度「200」を選び、「スタート」ボタンを押す。
  - 表示部の「適温」ランプが点灯したら④を並べ、水100mLを入れふたをして中まで火を通す。
  - 水がなくなったらふたを取り外して焼き上げ、焼き色を確認して器に盛りつける。



## オニオンスープ

- 材料(4人分)
- 玉ねぎ ..... 2個(400g)
  - サラダ油 ..... 大さじ1/2
  - 薄力粉 ..... 大さじ1
  - ① 固形コンソメ ..... 2個
  - ② 熱湯 ..... 800mL
  - ③ 合わせて溶かしておく
  - 塩 ..... 小さじ3/4
  - こしょう ..... 少々
  - 粉チーズ ..... 少々

- 作りかた
- 玉ねぎは芯を取り薄切りにする。
  - フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れて、「炒め物・焼き物」ボタンを押し、設定温度「200」を選び、「スタート」ボタンを押す。
  - 表示部の「適温」ランプが点灯したら、玉ねぎをきつね色になるまで約10分炒め、薄力粉を全体にまぶす。
  - ①と②を加え煮立たせ、最後にこしょうをふる。
  - 器に盛り、粉チーズをかける。



## 大豆のキーマカレー

- 材料(2人分)
- 合びき肉 ..... 80g
  - 玉ねぎ(みじん切り) ..... 1/4個
  - 大豆(ゆで) ..... 60g
  - 枝豆(ゆで) ..... 50g
  - しょうが(みじん切り) ..... 5g
  - レーズン ..... 10g
  - オリーブ油 ..... 大さじ1
  - 市販のカレールー ..... 1かけ
  - トマトケチャップ ..... 大さじ1
  - 水 ..... カップ3/4
  - 塩・こしょう ..... 各少々
  - ガラムマサラ ..... 少々

- 作りかた
- フライパンを右IHヒーターの中央に置き、オリーブ油を入れて、「炒め物・焼き物」ボタンを押し、設定温度「200」を選び、「スタート」ボタンを押す。
  - 表示部の「適温」ランプが点灯したら、しょうがと玉ねぎを入れて炒め、半透明になったら、合びき肉を入れ、ポロポロになるまで炒める。
  - カレールー、水、トマトケチャップ、レーズン、大豆を加え煮立たせる。(カレールーの種類により、味が異なるため、お好みにより水の量を調整する)
  - 水分が飛んだら塩、こしょうで味を調べ、ガラムマサラを加え、でき上がり直前に枝豆を加える。

- <半熟卵>
- 卵 ..... 2個

- <半熟卵>
- お湯を沸騰させて、卵を入れて、約7~8分ゆでる。



## ブイヤベース

- 材料(2人分)
- あさり(殻つき) ..... 8個
  - えび(大きめ) ..... 4尾
  - シーフードミックス ..... 200g
  - 塩・こしょう ..... 各少々
  - にんにく(スライス) ..... 1かけ
  - 玉ねぎ(縦半分に切りくし型) ..... 1/2個
  - セロリ(2cm角) ..... 1/2本
  - 白ワイン ..... 50mL
  - ホールトマト缶 ..... 200g
  - 水 ..... 200mL
  - サフラン ..... ひとつまみ
  - オリーブ油 ..... 大さじ1

- 作りかた
- あさは塩水につけて砂出しをし、殻と殻をこすり合せよく洗い、水気をきっておく。
  - えびの背わたを取り、シーフードミックスは解凍し水をきり、塩、こしょうする。
  - フライパンを右IHヒーターの中央に置き、オリーブ油とにんにくを入れて、「炒め物・焼き物」ボタンを押し、設定温度「180」を選び、「スタート」ボタンを押す。
  - 表示部の「適温」ランプが点灯し、にんにくを炒め香りが出たら、玉ねぎ、セロリ、シーフードミックス、あさりの順に炒め、白ワインを入れてアルコールを飛ばし、ホールトマト、水、サフランを加える。
  - 設定ボタンで設定温度「140」に切り替えふたをして約8分蒸し焼きにする。



## スクランブルエッグ

- 材料(2人分)
- 卵 ..... 3個
  - 生クリームまたは牛乳 ..... 50mL
  - ① 砂糖 ..... 少々
  - ② 塩・こしょう ..... 各少々
  - バター(室温に戻す) ..... 5g
  - サラダ油 ..... 大さじ1

- 作りかた
- ボウルに卵を入れ溶いて、①を加えて混ぜ合わせる。
  - よく混ぜたら、生クリームまたは牛乳とバターを加える。
  - フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れて、「炒め物・焼き物」ボタンを押し、設定温度「160」を選び、「スタート」ボタンを押す。
  - 表示部の「適温」ランプが点灯したら、ボウルからフライパンに②を流し入れ、耐熱べらを使って全体を大きくかき混ぜながら好みの固さになるまで加熱する。



# 左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

- 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。
- しいたけは石づきを取り、飾り包丁を入れる。
- 卵+冷水は薄力粉と同量にし、さっくりと混ぜる。
- 天ぷら鍋に油を入れ、左IHヒーターの中央に置き、「揚げ物」ボタンを押し、設定温度「180」を選び、「スタート」ボタンを押す。
- 表示部の「適温」ランプが点灯したら①②のえびや野菜に、③をつけて揚げる。



#### 調理のこつ

- 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)
① 薄力粉	75g
② 牛乳	100mL
③ 合わせておく	
④ パン粉	50g
⑤ 乾燥パセリ	小さじ1
⑥ 合わせておく	

#### ■作りかた

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



### 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

- 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。
- ①に薄力粉、溶き卵、パン粉を順につける。
- 天ぷら鍋に油を入れ、左IHヒーターの中央に置き、「揚げ物」ボタンを押し、設定温度「180」を選び、「スタート」ボタンを押す。
- 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。



### かきフライ

#### ■材料(12個分)

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

- かきは薄い塩水でサツと洗って水気をきり、塩、こしょうをふる。
- ①に薄力粉、溶き卵、パン粉を順につける。
- 天ぷら鍋に油を入れ、左IHヒーターの中央に置き、「揚げ物」ボタンを押し、設定温度「180」を選び、「スタート」ボタンを押す。
- 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。



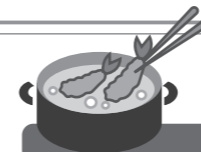
### オニオンリング

#### ■材料(1回分)

玉ねぎ	100g
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

- 玉ねぎを1cm幅の輪切りにして、ばらばらにしておく。
- ボウルに①を入れ混ぜ、②にからませる。
- 天ぷら鍋に油を入れ、左IHヒーターの中央に置き、「揚げ物」ボタンを押し、設定温度「180」を選び、「スタート」ボタンを押す。
- 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。
- お好みでトマトケチャップを添える。



#### 揚げ物のこつ

##### 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、必ず薄力粉をまが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。
- ししとう辛子…水気をふき取り、縦に切り込みを入れる。





設定温度  
の目安  
180℃

### 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。
- 3 2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。
- 4 3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、左IHヒーターの中央に置き、「揚げ物」ボタンを押し、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。



設定温度  
の目安  
170℃

### 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。
- 2 1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、左IHヒーターの中央に置き、「揚げ物」ボタンを押し、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。



設定温度  
の目安  
170℃

### 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、左IHヒーターの中央に置き、「揚げ物」ボタンを押し、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 お好みに塩またはシーズニングをまぶす。



設定温度  
の目安  
170℃

### 鶏のから揚げ

#### ■材料(4人分)

鶏もも肉(1枚約250g)..... 2枚  
 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  
 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。
- 2 1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、左IHヒーターの中央に置き、「揚げ物」ボタンを押し、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。



設定温度  
の目安  
160℃

### 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  
   牛乳..... 70mL  
 B [ 溶き卵..... 25g  
   コンスターチ..... 大さじ1  
 C [ 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  
 ◎合わせて混ぜておく  
 揚げ油..... 800g(880mL)

#### ■作りかた

- 1 Aに鶏肉を約30分つけ込む。
- 2 1の水気をふき取り、Bをからませ、◎をまぶしておく。
- 3 天ぷら鍋に油を入れ、左IHヒーターの中央に置き、「揚げ物」ボタンを押し、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、途中で裏返ししながら揚げる。(約10分)残り5本を同様に揚げる。



# 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23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」、仕上がり「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23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」、仕上がり「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23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」、仕上がり「中」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。



#### 調理のこつ

- 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」、仕上がり設定「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) お好みにより仕上がり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。



### 塩さんま

■材料(1~4尾分)  
 〈加熱時間の目安:約20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」、仕上がり「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23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」、仕上がり「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「切身・干物」



### さんまの開き

■材料(1~2枚分)  
 〈加熱時間の目安:約17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」、仕上がり「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17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」、仕上がり「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17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」、仕上がり「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14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」、仕上がり「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17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」、仕上がり「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14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」、仕上がり「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」、仕上がりに「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  
 ①しょうゆ ..... 大さじ4  
 ②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①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」、仕上がりに「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  
 ①しょうゆ ..... 100mL  
 ②みりん ..... 50mL  
 ③砂糖 ..... 大さじ2~3  
 ④サラダ油 ..... 大さじ1

■作りかた  
 ①焼きとりは合わせた①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」、仕上がりに「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

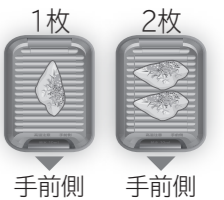
■材料(2枚分)  
 〈加熱時間の目安:約22分〉  
 鶏もも肉(皮付き)(1枚約250g) ..... 2枚  
 塩・こしょう ..... 各適量  
 ハーブ(生または乾燥品)  
 (タイム・ローズマリー・マジョラムなど)  
 ..... 各少々

■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①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」、仕上がりに「強」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。



調理のこつ

●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20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」、仕上がりに「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」



### 鶏手羽先のつけ焼き

■材料(8本分)  
 〈加熱時間の目安:約20分〉  
 鶏手羽先(1本約60g)..... 8本  
 しょう油..... 大さじ2  
 ④ 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④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」、仕上げ「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20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」、仕上げ「中」を選び、「スタート」ボタンを押し、焼く。



### 牛肉串焼き

■材料(長さ15cmの竹串8本分)  
 〈加熱時間の目安:約20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1/4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」、仕上げ「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20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1/4に切る。しいたけは長さ5cmに切り、縦1/4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」、仕上げ「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」



### ハンバーグ

■材料(4個分)  
 〈加熱時間の目安:約20分〉  
 バター..... 15g  
 玉ねぎ(みじん切り)..... 200g  
 ④ 合びき肉..... 300g  
 パン粉..... 40g  
 ④ 卵..... 1個  
 塩..... 小さじ1/2  
 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、④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」、仕上げ「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(小房にわける)・150g  
 えのきだけ(根元を切って半分の長さに切る)・150g  
 ⑤ だし汁・200mL..... ⑥ 片栗粉・小さじ2  
 しょうゆ・みりん・各大さじ1/2..... ⑦ 水・小さじ2  
 ⑤ 酒・大さじ1..... ⑦ ⑥を合わせておく  
 ⑤ しょうが汁・小さじ1  
 ⑥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⑤を入れ、「弱火」~「中火」で加熱し、きのこ類に火が通ったら、⑦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

## 調理メニュー「肉・野菜」



肉・野菜  
仕上がりの目安  
「中」

### たれの作りかた

- だし汁・200mL
- しょうゆ・小さじ2
- ◎ みりん・大さじ1
- 塩・少々
- しょうが汁・小さじ1/2
- ① 片栗粉・小さじ2
- ② 水・小さじ2
- ①②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、◎を入れ沸騰したら②の水溶き片栗粉を加え、よくかき混ぜてとろみをつける。

## れんこんハンバーグ

### ■材料(4個分)

〈加熱時間の目安:約20分〉

- ① れんこん(粗みじん切り) ..... 60g
- ① にんじん(粗みじん切り) ..... 60g
- 針しょうが ..... 適量
- ② 合びき肉 ..... 300g
- ② パン粉 ..... 20g
- ② 牛乳 ..... 大さじ3
- ② しょうが汁 ..... 小さじ2
- ② 卵 ..... 1個
- ② 塩 ..... 小さじ1/2弱

### ■作りかた

- ① ①を固めに茹でて冷ましておく。
- ② ボウルに①と②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。
- ④ ③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」、仕上げ「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。



肉・野菜  
仕上がりの目安  
「中」

## 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20分〉

- サラダ油 ..... 大さじ1
- ① 玉ねぎ(みじん切り) ..... 100g
- ① 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
- ② 鶏ひき肉 ..... 300g
- ② パン粉 ..... 40g
- ② 卵 ..... 1個
- ② 塩 ..... 小さじ1/2弱
- ② こしょう ..... 少々

### ■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、①を炒め和風だしを入れ冷ましておく。
- ② ボウルに①と②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。
- ④ ③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」、仕上げ「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「揚げ物温め」

### かき揚げ温め



### とんかつ温め



### コロッケ温め



### フライドチキン温め



### 天ぷら温め



### アジフライ温め



### から揚げ温め



〈約〇〇分は加熱時間の目安〉

弱(約9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	フライドチキン(骨付き)(1個約100g)・4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	

### ■作りかた

- ① 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けに水約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」、仕上げ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。



# 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	HTB-TS73LSF (レンジフードファン連動)	HTB-TS7TLS
電源	単相200V (50-60Hz共用)	
消費電力	5.8kW (4.8kWに切り替え可能)	
左・右IHヒーター	3.0kW (100W相当~3.0kW 10段階火力調節) ※	
中央IHヒーター	1.6kW (100W相当~1.6kW 7段階火力調節) ※	
力グ	1.25kW	
コードの長さ	3芯キャブタイヤケーブル 0.7m	
電源プラグ	250V-30A (接地極つき)	
大きさ	幅599 奥行560 高さ236 [mm]	
質量(重さ)	幅272 奥行369 高さ111 [mm] (有効高さ55 [mm]) 約19kg	

※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、お買い上げの販売店へお問い合わせください。

# 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と、大切に保管してください。

- 尚、保証期間内でも次の場合には原則として有料修理にさせていただきます。
- (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) お買い上げ後の取付場所の移動、落下、輸送等による故障及び損傷。
  - (ハ) 火災、地震、風水害、落雷、その他天災地変、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。

●保証期間は、お買い上げの日から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。

## 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。

## 修理を依頼される時は 出張修理

「お困りのときは」(→P.36~39)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	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)

## 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、贈り物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。改めて弊社ホームページをご覧ください。  
<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](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 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。	TEL 0120-3121-68 携帯電話 0570-0031-68 (有料) FAX 0120-3121-87 (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インターネットからも申し込みいただけます。

<https://kadenfan.hitachi.co.jp/afterservice/repair.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て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」へご依頼ください。	日立家電消耗品・部品直販「パーツショップ」 <a href="https://parts.hitachi-cm.com/pshop/">https://parts.hitachi-cm.com/pshop/</a>	
--------	--	--	---

## 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



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、保証書に記載されている型式を選び製造番号を入力してください。

●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。

●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。

#### 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。



## 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8年です。

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する。
- トッププレートにひび割れがある。
- ビリビリと電気を感じる。
- その他の異常や故障がある。

ご使用中

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

