

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。

- 保証期間はお買い上げの日から1年です。

■補修用性能部品の最低保有期間

クッキングヒーター(コンビネーションタイプ)の補修用性能部品の最低保有期間は、製造打ち切り後6年です。

- この期間は通商産業省の指導によるものです。
- 補修用性能部品とは、その部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最寄りの「ご相談窓口」(別添)にお問い合わせください。

■修理を依頼されるときは **出張修理**

「こんなときは」の項目(19~20ページ)を調べていただき、なお異常のあるときは、運転を中止し、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。ご連絡していただきたい内容

品名	日立クッキングヒーター
形名	HTC-MC4
お買い上げ日	
故障の状況	できるだけ具体的に
ご住所	付近の目印等も合わ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には、ご希望により修理させていただきます。

修理料金の仕組み 技術料+部品代+出張料

技術料	故障した製品を正常に修復するための料金です。技術者の人件費、技術教育費、測定機器等設備費、一般管理費等が含まれています。
部品代	修理に使用した部品代金です。その他修理に付帯する部材等を含む場合もあります。
出張料	製品のある場所へ技術者を派遣する場合の費用です。別途駐車料金をいただく場合があります。

愛情点検



★長年ご使用のクッキングヒーターの点検を!

●クッキングヒーター(コンビネーションタイプ)の補修用性能部品の最低保有期間は、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。
- こげくさい臭いがしたり、運転中に異常な音がある。
- クッキングヒーターにさわるとビリビリ電気を感じることもある。
- 自動的にヒーターが切れないときがある。
- 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、クッキングヒーターのブレーカーを切って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。

取扱説明書

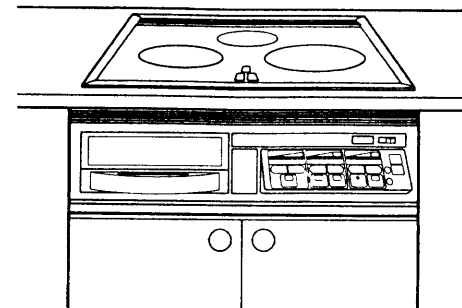
日立クッキングヒーター コンビネーションタイプ

家庭用

HTC-MC4形

HITACHI

- この取扱説明書をよくお読みになり、正しくご使用ください。
- お読みになったあとは保証書、ご相談窓口一覧表とともに大切に保存してください。



特長

- 1 インダクションヒーター(IH)**
2.5kWハイパワーIH。
- 2 お知らせ音声コール**
魚焼きや天ぷら油の温度コントロールなどの働きをお知らせします。
- 3 ワンタッチファジィグリル**
魚に合わせて、焼き加減を自動調節。ブザーと音声でお知らせします。
- 4 天ぷら油の温度コントロール**
専用なべで140°Cから200°Cまで天ぷら油の温度をコントロール。
- 5 タイマー**
全ヒーターのうち1つだけ選んでセットできます。

もくじ

安全のため必ずお守りください……	2
各部のなまえと働き……	4
お使いいただく前に……	6
なべについて……	7
ヒーターの使いかた……	8
タイマーの使いかた……	10
ワンタッチファジィグリルの使いかた……	12
グリルヒーター(手動)の使いかた……	14
天ぷら油の温度コントロールのしかた……	16
お手入れ……	18
こんなときは……	19
仕様……	20
料理例……	21
保証とアフターサービス……	裏表紙

日立冷熱株式会社
〒101-0041 東京都千代田区神田須田町1-23-2
(大木須田町ビル)
電話 (03) 3255-7201

株式会社 日立ホームテック
〒105-8430 東京都港区西新橋2-15-12
電話 (03) 3502-2111



株式会社 日立製作所
〒105-8430 東京都港区西新橋2-15-12
電話 (03) 3502-2111

安全のため必ずお守りください




絵表示について



この取扱説明書および製品への表示では、製品を安全に正しくお使いいただき、あなたや他の人々への危害や財産への損害を未然に防止するためにいろいろな絵表示をしています。







その表示と意味は次のようになっています。内容をよく理解してから本文をお読みください。

 警告	この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う可能性が想定される内容を示しています。
 注意	この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が傷害を負う可能性が想定される内容および物的損害のみの発生が想定される内容を示しています。

絵表示の例

-  この記号は注意(危険・警告を含む)を促す内容があることを告げるものです。図の中や近傍に具体的な注意内容が描かれています。
-  この記号は禁止の行為であることを告げるものです。図の中や近傍に具体的な禁止内容が描かれています。
-  この記号は行為を強制したり指示する内容を告げるものです。図の中や近傍に具体的な指示内容が描かれています。

 警告	
改造はしない 修理技術者以外の方は、絶対に分解したり、修理をしない 火災・感電・けがの原因 修理はお買い上げの販売店または日立家電品のお客様ご相談窓口にご相談ください 	カーテンなど可燃物の近くで使用しない 火災の原因 
定格容量に合った(200V-30A用)コンセントを単独回路で使用する 他のコンセントと併用すると配線部が異常発熱して発火の原因 	トッププレートに衝撃を加えない 万一ひびが入ったり割れた場合、そのまま使用すると過熱や異常動作、感電の原因 このような場合は、コンセントからプラグを抜いて使用を中止し、すぐに修理を依頼してください 
アースを確実に取り付ける 故障・漏電による感電の原因 アースの取り付けは販売店にご相談ください 	吸排気口やすき間にピンや針金などの金属物等、異物を入れない 感電や異常動作によるけがの原因 
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 感電・ショート・発火の原因 	子供だけで使用させたり、幼児の手の届くところで使用しない 感電・やけど・けがの原因 
コードを傷つけたり、破損させたり、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、重いものをのせたり、はさみ込んだりしない 感電・火災の原因 	天ぷら調理中は本体から離れない 火災の原因 
单相交流200V以外の電源は使用しない 感電・火災の原因 	トッププレートの上に物を置かない 火災の原因 特に可燃物や引火物(ふきん・紙・アルミホイル・油など)は絶対に置かない 
水をかけない 感電・ショートの原因 	使用中や使用後しばらくは各部分にふれない 高温のためやけどの原因 
	使用後はスイッチの「切」を確認する 火災の原因 

 注意	
プラグを抜くときは、コードを持たずに必ずプラグ部分を持って引き抜く 感電・ショート・発火の原因 	グリル使用中は本体から離れない 調理物が発火する原因 
キッチンユニットの前に物を置かない 火災の原因 	使用中や使用直後は、金属部にふれない 高温のためやけどの原因 
トッププレートの上で直接調理しない 発火・異常動作の原因 	心臓用ペースメーカーをご使用の方は、本製品のご使用にあたって医師とよくご相談ください 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るため 〔インダクションヒーター(電磁調理器)の場合〕 
缶詰やアルミ箔など、なべ以外のものはのせない 破裂したり、赤熱して、けがややけどの原因 	グリルは必ずグリル皿を使用する 火災の原因 
吸排気口をふさがない 火災の原因 	長期間使用しないときは必ず専用回路のブレーカーを切る 絶縁劣化による感電や漏電火災の原因 
必要以上に加熱しない 過熱により発火の原因 	

■天ぷらなど揚げもの調理をするときは

- 必ず右ヒーターで付属の天ぷらなべを使用し、指定の分量の油を入れてください。
なべが浅ったり油の分量が少ないと、油が過熱して発火する恐れがあります。また、油の分量が多すぎるとあふれてやけどや火災などの原因になります。
- 調理中その場を離れるときや調理後は必ず通電を止め、なべをヒーターからおろしてください。
通電を止めた後でも、余熱で油温が上がります。

■次のような使いかたはしないでください

- ヒーターの上での魚焼き、しょうゆなどがたれる料理
 - ホイル焼き
 - 煮こぼれ
 - グリルの空焼き
- トッププレート上やその周辺、及び排気カバー上には次のものは置かないでください
- 可燃物や引火物
ふきん・紙・アルミホイル・アルミパック・油など
 - 密封した缶詰類
 - 磁気の影響を受けやすいもの
キャッシュカード・磁気テープ・自動改札、用定期券・時計・ラジオなど

■調理以外の用途に使用しないでください

火災・故障の原因になります。

■使用時以外は必ず電源スイッチを切ってください

長期不在のときは、専用回路のブレーカーを切ってください。

■グリルを使用するときは

- グリルの窓(ガラス)に水をかけないでください。
高温になっているところに水をかけると割れることがあります。
高温になっているところに水をかけると割れることがあります。
- グリル使用中に調理物が発煙・発火したときは、必ずヒーターを切り、炎が消えるまで扉を開けないでください。
扉を開けて空気が入ると、炎が大きくなる原因になります。
- やけどに注意してください。
グリルを使用すると、グリル部付近(ドア・グリルケースまわりなど)とグリル上部のカウンタートップ(天板)などが高温になります。魚を取り出すときなどは特にご注意ください。
- グリル皿を勢いよく引き出したり、持ち上げて引き出したりしないでください。
途中で止まらず、グリル皿を落としてしまうことがあり、けがややけどの原因になります。
- グリル皿には水以外のもの(例えばグリル石など)を入れて使用しないでください。
脂が過熱し、燃えることがあります。
- グリル皿は魚などの脂がたまらないように、使用のつど掃除してください。
脂が発火することがあります。続けて使用する場合もそのつど脂を取り除き、水を入れなおしてください。
- グリルケース内に油汚れや食品くず、ふきんなどがたまりやすいことを確認し、定期的にお手入れしてください。
使用中に燃え出すことがあります。

各部のなまえと働き

排気口 (排気カバーの下)
●熱風が出ます。

高温注意ランプ

左ヒーター
(クイックラジエントヒーター1.8kW)
●通電すると約4秒で赤くなります。

中央ヒーター
(クイックラジエントヒーター1.2kW)
●通電すると約4秒で赤くなります。

トップレート

排気カバー

右ヒーター
(ハイパワーインダクションヒーター2.5kW)
●通電しても赤くなりません。

温度センサー (内蔵)

時間表示ランプ
(電源ランプ兼用)

電源スイッチ
●料理が終わったら「切」にする。

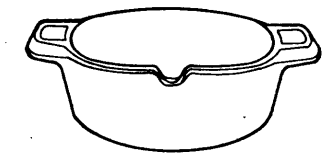
グリル
(シーズヒーター1.2kW)

グリルドア

パネル
(左ヒーター, 右ヒーター, 中央ヒーター, グリルヒーター, タイマー用)

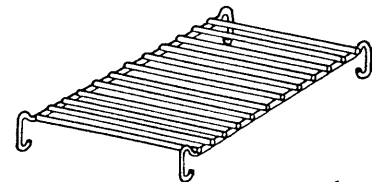
付属品

天ぷらなべ

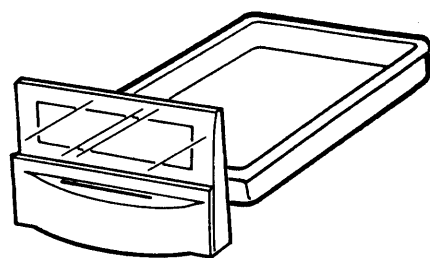


右ヒーターで、天ぷら調理をするときに使う専用なべです。
※天ぷら調理のときは、必ずこのなべをご使用ください。

焼網



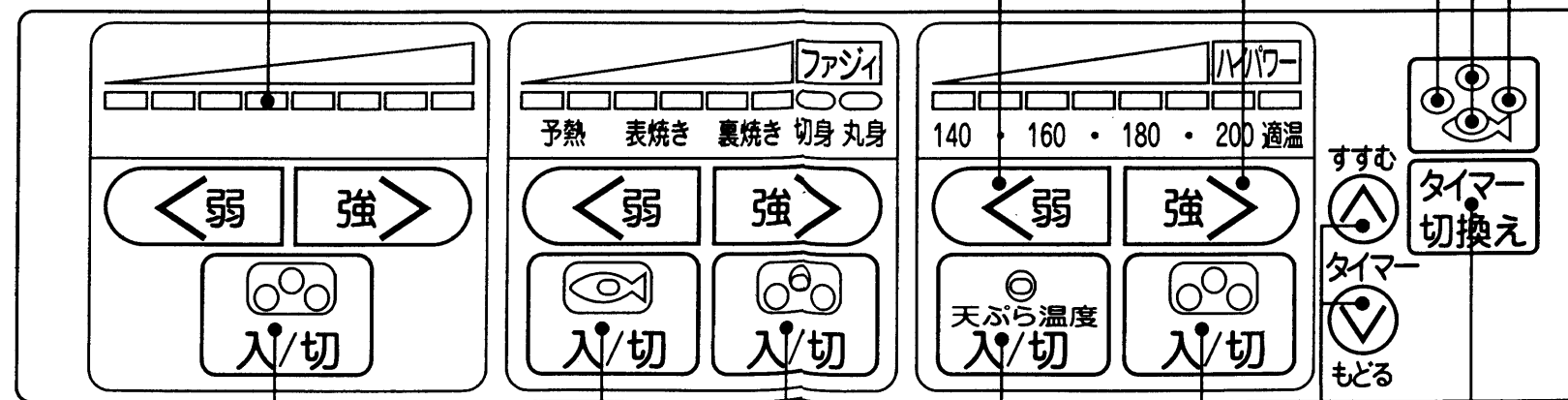
グリル皿



火力表示ランプ

火力調整キー

タイマー
切換えランプ



左ヒーター入/切キー

グリル入/切キー

右ヒーター入/切キー

タイマーキー

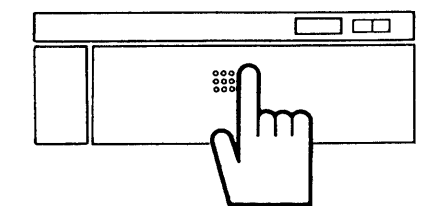
中央ヒーター
入/切キー

天ぷら温度
入/切キー

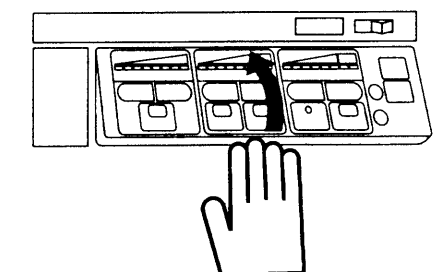
※ヒーターの入/切キーは約1秒間(ピツと音がするまで)押ししてください。(8ページ参照)

パネルの開閉

パネルの上部を押して開ける。



カチッと音がするまで押し続けて閉める。



お使いいただく前に

余熱注意機能(高温注意ランプ)

- プレート面の温度が約80°Cに下がるまでランプでお知らせします。ヒーターを使用しているときは点灯します。ヒーターが「切」のとき、ヒーターのプレート面が約80°C以上になっていると点滅します。(電源スイッチを切っても点滅する)

お知らせ機能

- 3つのヒーターを同時に使用すると自動的に、右ヒーターの火力をオレンジ色のランプまで下げます。火力を上げようとするとき「ピピピッ」右ヒーターの火力は上げられません。」とお知らせし、火力を上げることはできません。
- グリルヒーターを手動(オレンジ色のランプ)で使用中にファジィグリルを使おうとすると、「ピピピッ」とお知らせし、ファジィグリルを使用することはできません。
- 煮込みタイマー使用中、火力を4番目以上(右ヒーターは3番目以上)に上げようとするとき「ピピピッ」とお知らせし、火力を上げることはできません。

ワンタッチファジィグリル

- 魚の大きさ、量に合わせてファジィ制御が焼き加減を上手に調節します。



魚を入れるときや、焼きあがり、音声と表示でお知らせします。(12・13ページ参照)
焼き加減がお好みに合わないときは、手動で焼いてください。(14・15ページ参照)

温度コントロール(右ヒーターのみ) ※付属の天ぶらなべを必ずご使用ください。



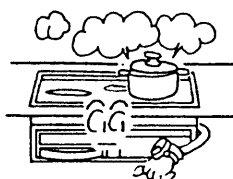
- 温度センサーが天ぶら油の温度を検知し、140, 150, 160, 170, 180, 190, 200°Cの7段階に調節します。(16・17ページ参照)

調理タイマー (どのヒーターでも、1つだけ選んでセットできます)



- 1~59分、(グリル、右ヒーターのハイパワーは20分)まで1分単位でセット。自動的に通電をストップし、ブザーでお知らせします。火力目盛り「3」以下のときは煮込み用として、1~5時間まで10分単位で使用できます。(10・11ページ参照)

切り忘れ防止機能



- 1時間(グリル、右ヒーターのハイパワーは20分)通電すると、自動的に通電を停止します。

なべについて

(適したなべを上手に使い分けことが、クッキングヒーターを使いこなすポイントです。なべのサイズ、形、材質が合わないと熱効率が悪く不経済になったり、調理ができなかったり、また、トッププレートの破損原因になります。)

	○ 適したなべ	△ 適さないなべ
大きさ	<ul style="list-style-type: none"> ●なべ底の平らな部分が、トッププレートの発光部分と同じ大きさか、やや大きめのなべ。 	<ul style="list-style-type: none"> ●なべ底の平らな部分が、トッププレートの発光部分より大き過ぎたり、小さ過ぎるなべ。
底の形	<ul style="list-style-type: none"> ●なべ底は2mm以上の厚手なべ。 ●中央部凹が1mm以下のなべ。 	<ul style="list-style-type: none"> ●底に凹凸があるものは、安定性も悪く危険です。また、トッププレートが損傷することがあります。
材質	<p>〈クイックラジエントヒーター〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ステンレス、鉄、銅などの金属製のなべ。 <p>〈インダクションヒーター〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ●磁石のつくもの/鉄、鉄ホーロー、鋳鉄、ステンレス(※18-10, 18-8)、鉄をステンレスではさんだもの。 	<p>〈クイックラジエントヒーター〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ●土なべ。 ●打ち出しで作られたアルミ、銅等のなべ。

※ステンレスなべ類、クラッドなべ(多層なべ)は、底の厚みや面積により電力が低下したり、使えない場合があります。

× 使えないなべ

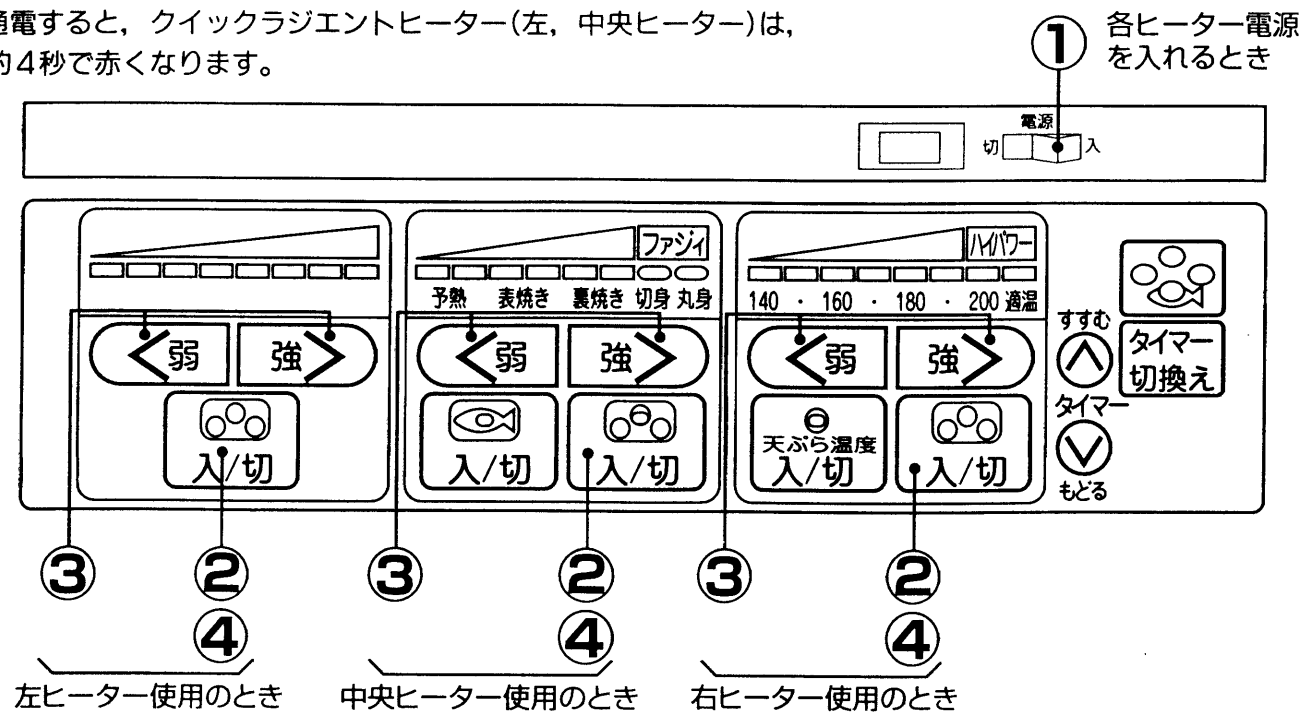
<p>〈インダクションヒーター〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ●アルミ、銅、底に銅やアルミをはったもの。銅やアルミをステンレスではさんだもの。陶磁器、土なべ、耐熱ガラス類。 <p>底の直径が12cm以下のなべ 底の丸い中華なべ</p>	<p>〈クイックラジエントヒーター〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ●耐熱ホーロー以外のホーローなべ。超耐熱ガラス以外のガラスなべ。ガス用クッキングパン。
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

ご注意

- ヒーターに適さないなべをご使用になると、効率が悪くなるだけでなく、機器の保護のため温度センサーが作動し、湯が沸かなかつたり、調理がうまくできなくなることがあります。
 - なべ底が1mm以下の薄手のなべの場合、底が変形しなべの中の湯がこぼれることがあります。また、なべの傷みも早く、使用できなくなる場合もあります。
 - なべ底の水分や汚れ、異物などは必ずふきとってからご使用ください。
 - 右ヒーターと左ヒーターを同時にご使用になったときに、なべの種類によってビリビリ音が発生する場合があります。(磁力線によりなべ自体が振動するため)
- インダクションヒーター用としてなべ類をお買い求めになる場合は
- 磁石のつくステンレス(18-10, 18-8)、鉄をステンレスではさんだものをお勧めします。
 - なべ類には材質、底の厚さ、寸法、容量などの品質表示がついていますので確認してからお買い求めください。
 - 耐熱ホーロー以外のホーローなべは、底がはげ落ちたり、トッププレートが損傷することがあります。

ヒーターの使いかた

- 通電すると、クイックラジエントヒーター(左, 中央ヒーター)は、約4秒で赤くなります。



余熱を利用しましょう

クイックラジエントヒーターを「切」にしてもすぐには、ヒーターの温度が下がりません。この熱を上手に利用しましょう。

- 「ふきこぼれ」「煮込みすぎ」「こげ」のないようガスコンロより早めに火力を調節したり、ヒーターを切ってください。節電にもなります。
- 強火調理のあとなら余熱でいり玉子やハンバーグソースなどが上手に仕上がります。中火・弱火料理のあとはテーブルが整うまでの汁ものの保温などに利用できます。

同時に使用できるヒーターの組み合わせ

ヒーターをすべて同時に使用すると、定格容量を超えますので、自動的に次のような制御をします。

- 左ヒーター、中央ヒーター(グリルヒーター)、右ヒーター同時のとき
右ヒーターの火力はハイパワー(赤のランプ)にはできません。右ヒーターの火力を上げようとするとき「ピピピッ」右ヒーターの火力は上げられません。」とお知らせします。
- 右ヒーターの火力がハイパワー(赤ランプ)のとき
左ヒーターと中央ヒーター(グリルヒーター)を同時に使用すると、右ヒーターの火力は自動的にオレンジのランプに下がり「ピピピッ」右ヒーターの火力を下げます。」とお知らせします。

例 右ヒーターを使用する場合

1 電源スイッチを入れる

2 入/切キーを約1秒間押す

●中央ヒーターの場合は、オレンジのランプが6ヶ点灯する。

3 火力調節をし、調理をはじめる

火力を弱くする 火力を強くする

4 調理が終わったら、入/切キーを押す

消灯

火力調節について

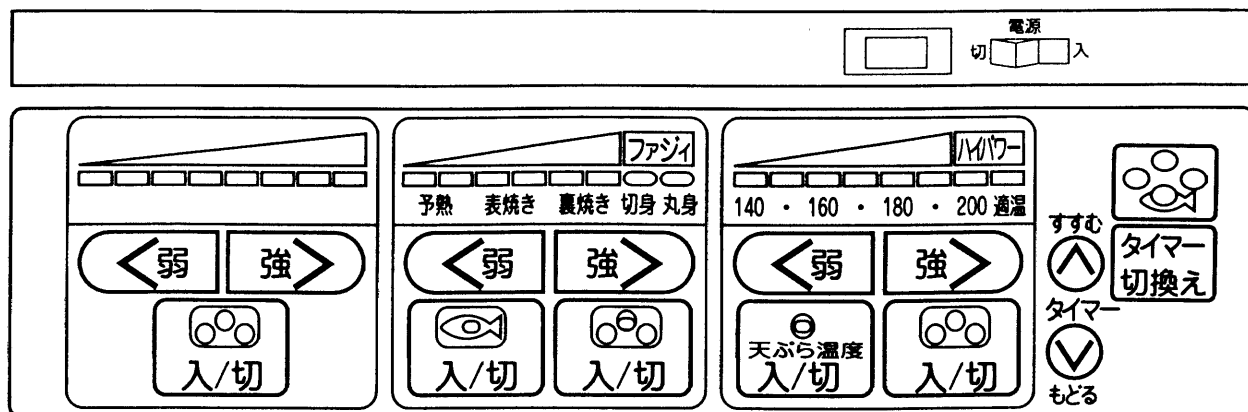
火力調節の目安 (●火力が強すぎるとふきこぼれることがありますので、調理に合わせて、火力を調節してください。)



- クイックラジエントヒーターは、調理中点滅します。(トッププレートの温度をコントロールするため)
- 各ヒーターとも連続して1時間(右ヒーターのハイパワーは20分)通電すると切り忘れ防止機能が働き、自動的に通電を停止し、「ピピピッ」とお知らせします。再び通電するときは、入/切キーを押してください。

- 高温注意ランプが点滅する。(ヒーターのプレート面の温度が約80°C以上のとき)
- ハイパワーで右ヒーターを長時間使用したり、炒めもの調理をおこなうと自動的に火力をオレンジのランプに下げることがあります。

タイマーの使いかた (どのヒーターでも、1つだけ選んでセットできます。)



タイマーセット時間	火力調節できる範囲
■ 1時間未満にセットしたとき (1分から59分まで1分単位)でセット	グリル以外の全ての火力範囲
■ 1時間以上にセットしたとき (1時間から5時間まで10分単位でセット)	右ヒーターは左から2番目、左、中央ヒーターは3番目まで

★火力を4番目(右ヒーターは3番目)以上に合わせたときは、1時間以上のセットはできません。
★1時間以上にセットしてスタートさせた後に、火力を上げようとすると…**ビビビッ**「火力は上げられません。」とお知らせし、火力を上げることができません。
★グリルヒーター(手動時)、右ヒーターハイパワーは、20分まで、1分単位でセットできます。

セット時間を変更する場合

タイマーキーをもう一度押し、あらためて時間をセットする。押すと設定は「0:00」にもどります。

■タイマーを使っている途中で調理をやめる場合は入/切キーを押す。表示が「0:00」になり、通電を停止する。
■天ぶら油温度コントロールのときとワンタッチファジィグリルをご使用のときはタイマーセットはできません。

タイマーセットはヒーターを使用していなければ使用できません。使用しているヒーターの状況により下記の通り設定してください。

■ヒーターを1ヶ所使っている場合

■複数のヒーターを使っている場合

タイマー切換えキーを押し、使いたいヒーターを選ぶ
(押すごとにタイマー切換えランプが切り換わります)
(ランプがついた所のヒーターがタイマーを使用できます)

左ヒーター

右ヒーター

中央ヒーター

グリル

●一番最初に通電したヒーターから切換えランプは点灯します。

時間をセットし、タイマーをスタートする

コロンが点灯

セットした時間を表示

すすむ
↑
タイマー
↓
もどる

スタートするとコロンが点滅

すすむ
↑
タイマー
↓
もどる

タイマーキーをはなすと約2秒後に**ビビ**と知らせスタートする

すすむまたはもどるを押し時間をセットする。調理が進むにつれて、残り時間を表示する。

すすむ
↑
タイマー
↓
もどる

1分単位または10分単位

■ 1分～59分の場合(1分単位)
0:00 → 0:01 …… 0:58 → 0:59 → 0:00

■ 1時間～5時間の場合(10分単位)
0:00 → 0:01 …… 0:59 → 1:00 …… 1:10 …… 5:00 → 0:00

■ 1分～59分の場合
0:59 → 0:58 …… 0:00

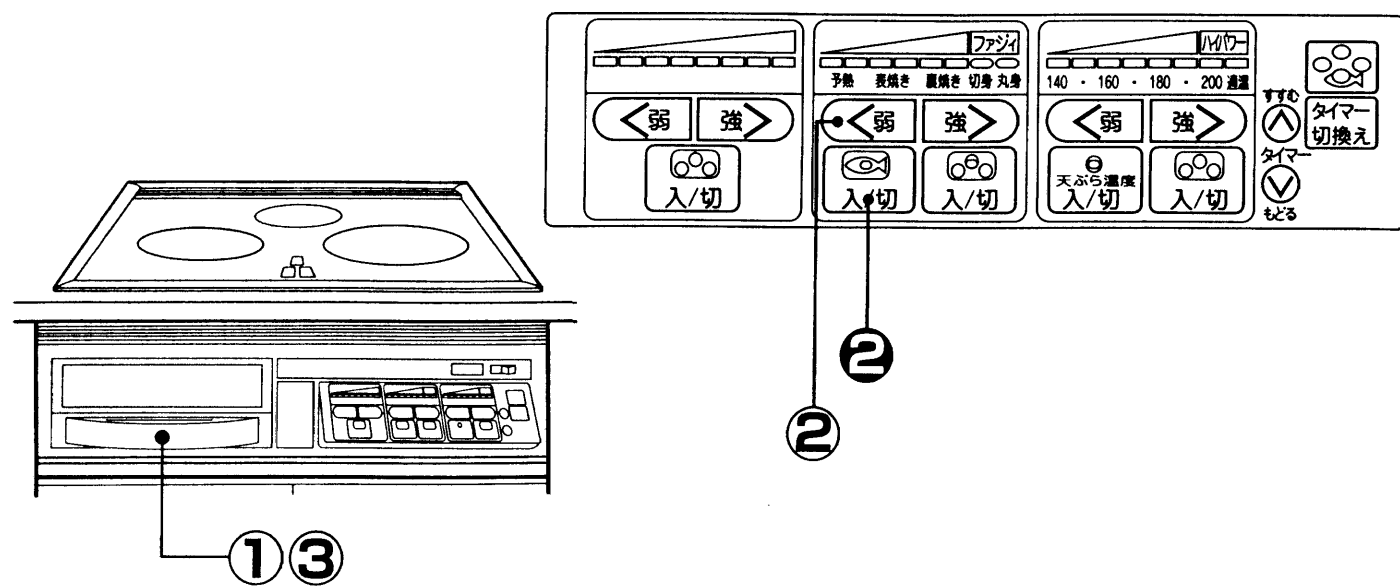
■ 1時間～5時間の場合
5:00 → 4:50 → 4:40 …… 1:00 → 0:59 → 0:58 …… 0:00

表示が「0:00」になると

ビビッ

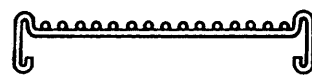
と知らせ、通電を停止する。

ワンタッチファジィグリルの使いかた



1 焼網をセットする

焼網は必ず、図のように高くしてセットしてください



※魚が肉厚で、ヒーターに接触してしまう場合に限り、焼網を逆にして低くセットしてください。

2 グリル入/切キーを約1秒間押す(予熱)

丸身魚の場合	切身魚の場合 (あじのひらき、ししゃもなどの干物も同じ)

グリル入/切キー②を押したあと火力調節キー②(火力を弱める方)を押す。

「グリル皿に水を入れてください。」と知らせる。

約200ml(コップ1杯分)の水を入れ、グリル皿を閉める。
予熱が始まる(約4分間)

ご 注 意

- グリル皿には必ず約200ml(コップ1杯)の水を入れてください。床面が過熱したり、魚など調理物から出た脂に引火したりすることがあります。
- グリル皿のドアはグリルケースに突き当たるまで差し込み、確実に閉めてください。きちんと閉まっていないと、キッチンのカウンタートップ(天板)などが過熱し危険です。
- グリルヒーターを「入」にしたまま放置しないでください。魚など調理物が燃え出し、グリル排気口より炎が出て危険です。
- 魚を入れるときと裏返すときは、必ず5秒以上グリルドアを開けたままにしてください。
- グリル皿は、ドアのとってを持って止まるまで静かにまっすぐ引き出します。
- グリル皿を取り出すときは、止まるまでまっすぐ引き出してから、そのまま少し持ち上げて取り出します。

こんな魚はいっしょに入れて!

種類の違う魚 大きさの違う魚

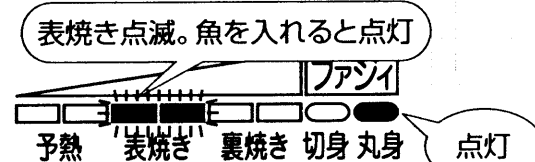


3 予熱が終わったら魚を入れる(例丸身魚の場合)

音声とランプで知らせますので、下記の手順でおこなってください。

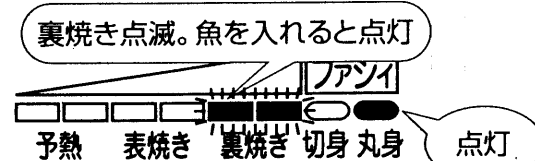
①予熱が終わったら→魚を入れる

「魚を入れてください。」



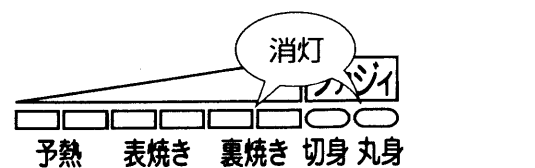
②表が焼けたら→魚を裏返す

「魚を裏返してください。」



③焼き上がったら→魚を取り出す

「魚が焼けました。」



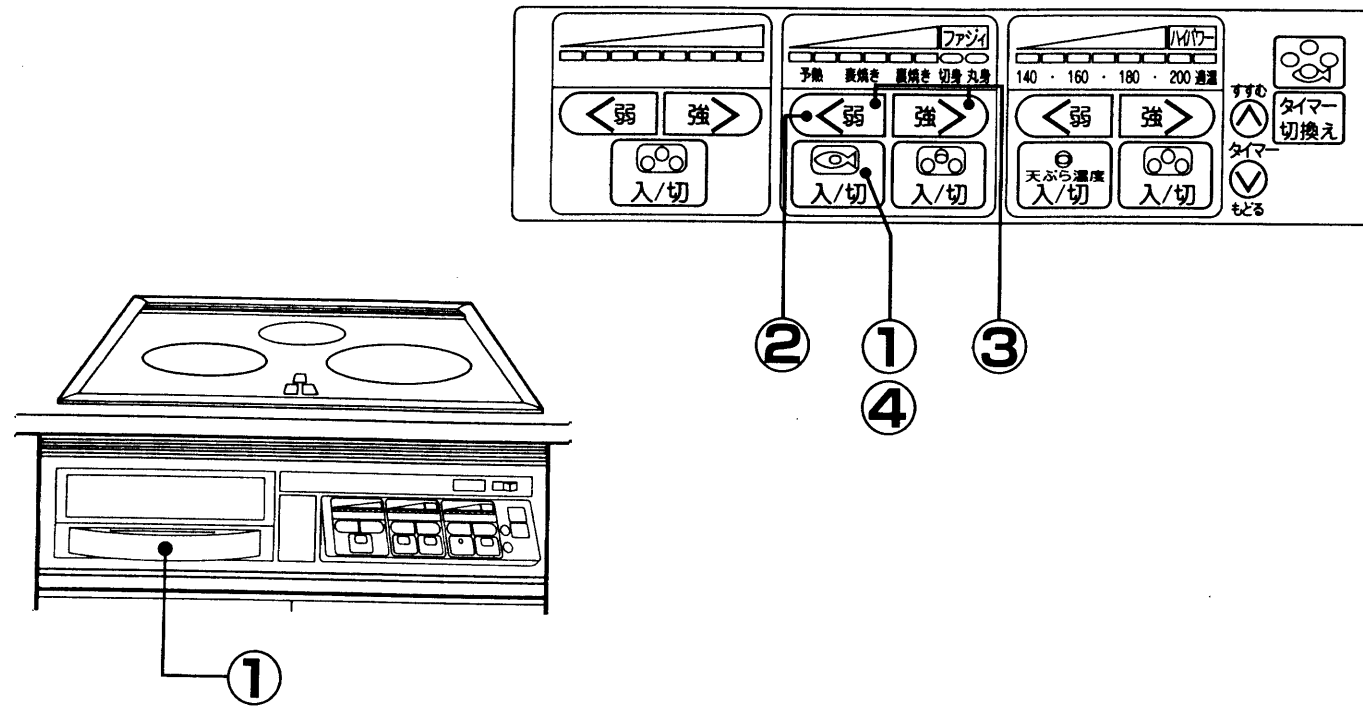
魚の裏返しを忘れると……自動的にグリルヒーターの通電を停止します。裏側を焼くときは、グリルを「入」にして、手動で焼いてください。

焼け具合がお好みに合わなかったときは……手動で焼いてください。

使用後は

自動的に通電を停止する。

グリルヒーター(手動)の使いかた



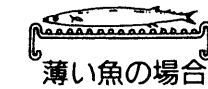
ご 注 意

- グリル皿には必ず約200ml (コップ1杯)の水を入れてください。
床面が過熱したり、魚など調理物から出た脂に引火したりすることがあります。
- グリル皿のドアはグリルケースに突き当たるまで差し込み、確実に閉めてください。
きちんと閉まっていないと、キッチンのカウンタートップ(天板)などが過熱し危険です。
- グリルヒーターを「入」にしたまま放置しないでください。
魚など調理物が燃え出し、グリル排気口より炎が出て危険です。
- グリル皿は、ドアのとってを持って止まるまで静かにまっすぐ引き出します。
- グリル皿を取り出すときは、止まるまでまっすぐ引き出してから、そのまま少し持ち上げて取り出します。

こんな魚のときは

肉厚の魚は

焼網の高さを変えてください。



いかは

丸まらないように皮をむいて切れ目を入れます。
姿焼きは、ふくらんで焦げつきうまくなりません。



川魚は

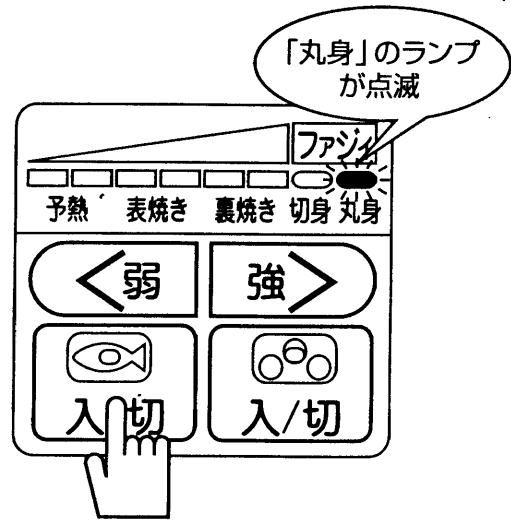
塩を多めにふると、焼きあがりきれいです。



少し鮮度のおちた魚は皮がしなびてしまったら、さっと水につけてから焼くと皮がパリッと焼けます。

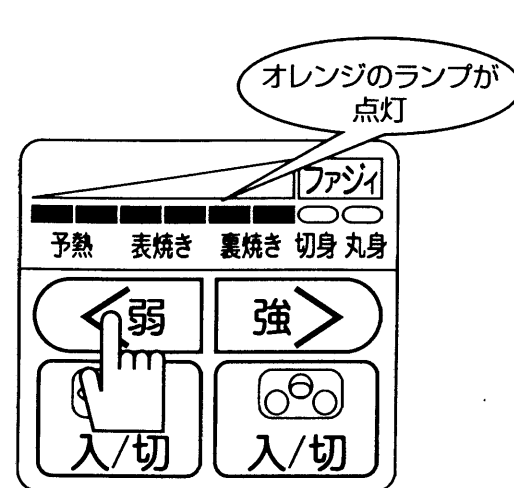


1 魚を入れ、グリルヒーターの入/切キーを約1秒間押す

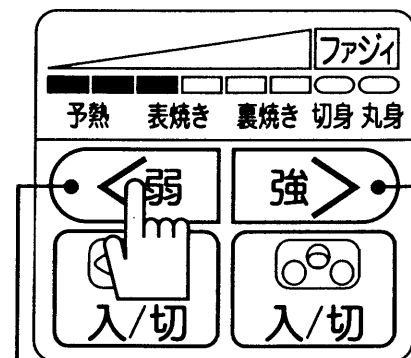


約200ml (コップ1杯分)の水を入れる。

2 <弱>キーを2回押して手動にする



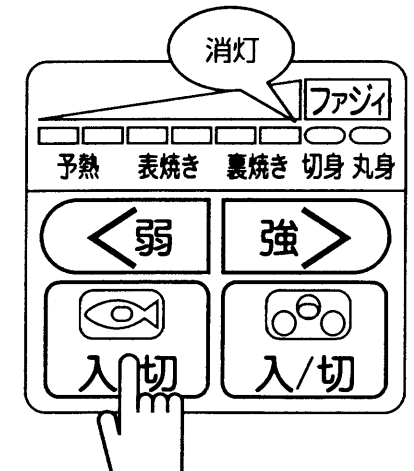
3 火力調節をし、調理をはじめる



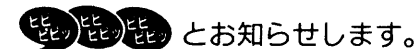
火力を弱くする

火力を強くする

4 調理が終わったら入/切キーを押す



- 連続して20分間通電すると切り忘れ防止機能が働き、自動的に通電を停止し、

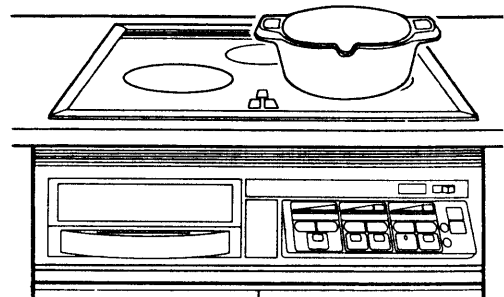
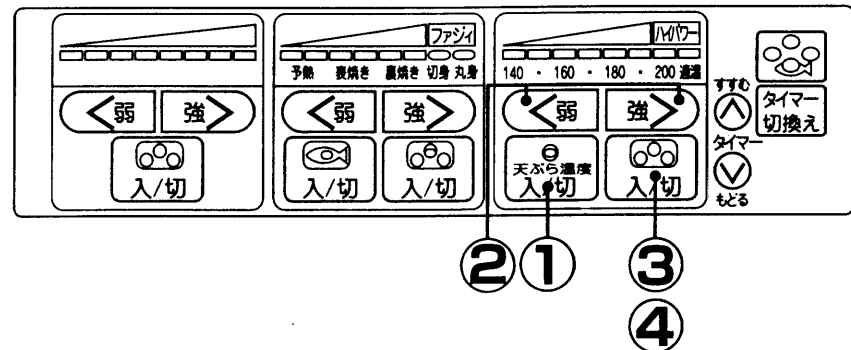


再び通電するときは、入/切キーを押してください。

天ぷら油の温度コントロールのしかた

次の場合には、天ぷら油の温度コントロールが、正しくできない場合があります

- 付属の専用なべを使わないとき。
- 油の量が少ないとき。
- トッププレート表面に異物が付着しているとき。
- 温度の高い油を使用したとき。

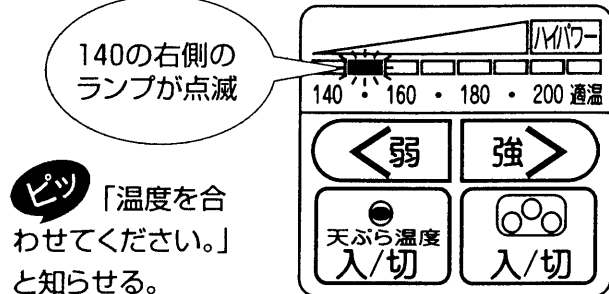
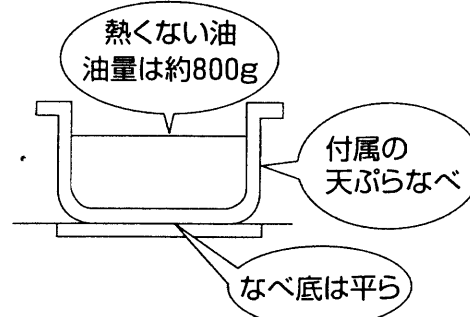


警告

天ぷら調理中は本体から離れない
火災の原因

天ぷらを揚げる (油量が少なかったり、底に凹凸やそりのあるなべを使うと、油温が高くなり過ぎ危険です。付属の天ぷらなべをお使いください。)

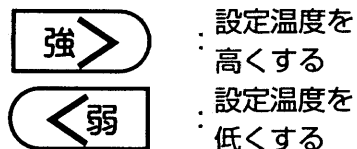
1 右ヒーターになべをのせ 天ぷら温度入/切キーを押す



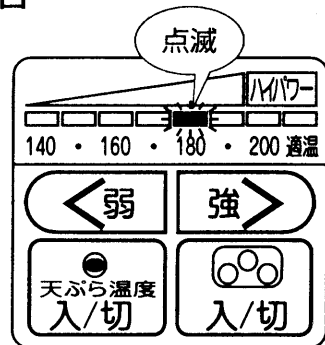
「温度を合わせてください。」と知らせる。

2 油温を設定する (火力を調節する)

140°C, 150°C, 160°C, 170°C, 180°C, 190°C, 200°Cに設定できる。



例：180°Cの場合



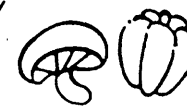
● 天ぷら温度コントロールは、ヒーターを「切」の状態ですと働かないと働きません。

- 温度表示の数字は目安です。なべの材質、形状、油量により温度は異なります。
- 油温は油量が少ないと設定温度より高くなり、多いと低くなります。

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とる

- 特にしいたけやピーマンなど / (水気が残っていると / 破裂することがある)



いかやゆで卵などは揚げすぎない

- 長時間揚げると破裂 / (特にけんさきいかやす / るめいかなどは注意)

● なべの中に揚げ忘れがないか、常に確認を /

衣や生地作りに注意

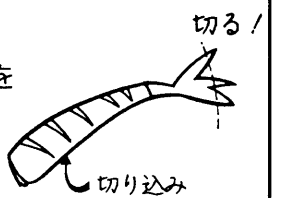
- 天ぷら衣は固すぎないように / (水分の多い材料には、必ず薄力粉 / をうすくまぶしてから衣をつける)

- 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 /

特に下ごしらえの必要な材料

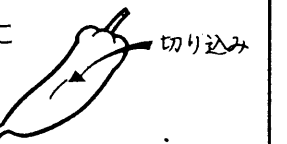
えび

尾の先を切って水分を出す



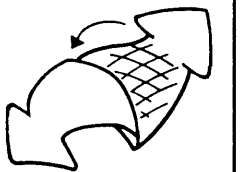
ししとう辛子

水気をふき取り、縦に切りこみを入れる



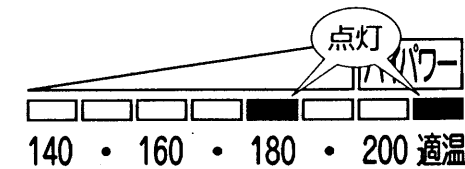
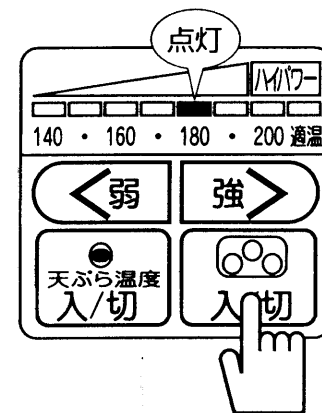
いか

皮をむき水気をふき取り、切り目を入れる



揚げるときはその場を離れない(離れるときは、ヒーターを「切」にし、なべをおろす)

3 入/切キーを約1秒間押す

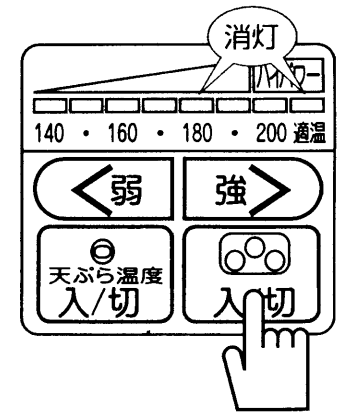


設定した油温になると「天ぷらを揚げられます」と知らせ(適温)ランプが点灯する。

天ぷらを揚げる

油温は、室温や油の量で変わる。油温が下がると適温ランプが点滅し、上がると点灯して揚げどきを知らせる。

4 調理が終わったら 入/切キーを押す



● 調理中に油温を変えるときは、火力調節キーで変更できます。設定しなおしてください。

● なべをのせたままにしておくと、余熱で油温が上がり危険です。

お手入れ

お手入れするときは

- 必ず、高温注意ランプが消えたことを確かめ、電源スイッチを「切」にしてからおこなってください。
- ベンジン、シンナー、みがき粉は使用しないでください。(薄めた台所用洗剤(中性)を使用してください。)

- 必ず、高温注意ランプが消えたことを確かめ、電源スイッチを「切」にしてからおこなってください。
- 排気口に水が入らないようにしてください。
- いつまでも快適にご使用いただくためには、日頃のお手入れが大切です。

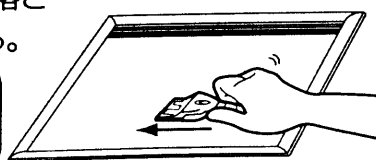
トップレート

ぬれ布きんでよくふきとり、その後乾いたふきんでふきとる。

- 煮こぼれなどは、そのままにしておくことびりついて取れなくなります。ご使用のたびにこまめにお手入れしてください。
- 汚れのひどいときは食器用洗剤を布に直接つけてふきとり、もう一度ぬれ布きん、乾いたふきんの順でふく。
(ドライバーなど先の鋭いものや目のあらいみがき粉はガラス面を傷つけるので使わない。)

煮こぼれがこびりついてしまったときは

- 市販のガラスセラミック用スクレパー等で煮こぼれ部分だけを軽く削り落とし、その後よくふきとる。
(矢印方向だけに動かしてください。トップレートに傷がつきます。)



※セラミックガラストップレートクリーナーなどをお使いになると汚れがよくとれますが、あまり強くこすると表面の印刷までいっしょに摩耗する場合がありますので注意してください。

- トップレート専用ガラスクリーナー(別セットHT-K1)を用いれば、トップレートの汚れをきれいに落とし光沢を出し、ふきこぼれによる汚れや焦げつきを防ぎます。

日立製品取扱店でお求めください。



品名：ガラスクリーナー
形式：HT-K1
標準価格：¥1,400円(税別)

(トップレートのワクの部分及び排気カバーを磨きますと、表面をいためますので使用しないでください。)

操作パネル

やわらかい乾いた布でふく。

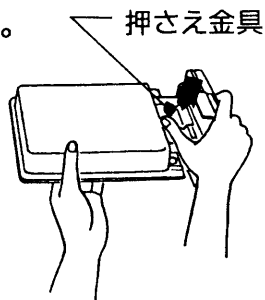
(たわしなどの固いものでふくと傷をつけるので使わない。水にぬらさない。故障の原因になる。)

グリル皿・焼網

食器用洗剤とスポンジで洗う。

- グリル皿のドアははずせませす。

(グリル皿を逆さにして図のように持ち、押さえ金具を矢印方向に押し出すとはずれる。皿、ドアを落とさないよう注意する。)



排気カバー

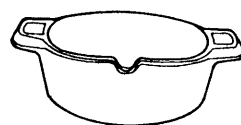
本体からはずし、食器用洗剤とスポンジで洗う。

- お手入れ後は、本体にセットしておく。

天ぷらなべ

- ①中性洗剤とお湯で洗い、早目に水分を切る。
(なべ底に異物がある場合は取り除いてください)
- ②内側に軽く食用油をぬる。(サビの防止)

(使った油は別の容器に移して保管してください。たわし、みがき粉(クレンザー)は、使用しないでください。)



こんなときは

警告



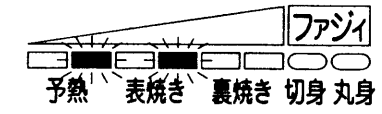



改造はしない
修理技術者以外は、絶対に分解したり、修理をおこなわない
火災・感電・けがの原因
修理はお買い上げの販売店日立住宅設備相談窓口にご相談ください

●ヒーターが周期的に切れたり、ついたりする。	➡	●トップレートの温度の上がり過ぎを防ぐため故障ではありません。
●停電になった	➡	●電源ランプが消え、すべての動作が取り消されます。再通電後、もう一度セットしてください。
●通電しない	➡	●200V電源が入っていますか。 ●電源スイッチが「切」になっていませんか。 ●ブレーカーが落ちていませんか。 ●入/切キーを1秒間押ししましたか。
●自動的にヒーターが切れる	➡	●1時間以上連続して通電すると、切り忘れ防止機能が働いて自動的に通電を停止します。(グリルヒーター、右ヒーターのハイパワーは20分)
●ヒーター部での調理に時間がかかる ●料理のできあがりが遅い	➡	●なべ底に異物が付着していませんか。 ●ヒーターに適したなべを使っていますか。(7ページ参照)
●右ヒーター使用時、右ヒーターの火力表示が点滅し、エラー表示と警告ブザーが鳴る 「ピピピピ……………」	➡	●温度センサーの故障です。 ➡ ●お買い上げの販売店へご連絡ください。
F:21 		
F:25 	➡	●排気口がふさがれている。 ➡ ●排気口をふさがないでください。 ●ハイパワーでの使用時間が長い。 ➡ ●1分ほど休んでから、再通電してください。
F:26 	➡	●なべの種類が違う(銅、アルミなべ等) ➡ ●インダクションヒーターに適したなべを使用してもう一度ご確認ください。取扱説明書7ページの「なべについて」を参照してください。
E:21 	➡	●なべ底が変形していたり、空焼きになっている。 ➡ ●平らななべを使用してください。(7ページ参照) ●炒めもの調理をおこなった。 ➡ ●1分ほど休んでから、再通電してください。
E:22 	➡	●通電している途中でなべをずらしたり、はずしたりした時間が30秒以上になった。 ➡ ●なべを戻して、再通電してください。

※右ヒーター入/切キーを押すと、エラー表示が解除されます。再度通電を行い、同じエラー表示が出ましたら、お買い上げの販売店へご連絡ください。

※上記表示以外のエラー表示が出ましたら、お買い上げの販売店へご連絡ください。

こんなときは

<p>●グリルヒーターの火力表示が点滅し、エラー表示され、警告ブザーが鳴る「ピピピピ……………」</p> <p>F:01</p>  <p>予熱 表焼き 裏焼き 切身 丸身</p>	<p>●温度センサーの故障です。 ➡ ●お買い上げの販売店へご連絡ください。</p>
<p>F:02</p>  <p>予熱 表焼き 裏焼き 切身 丸身</p>	<p>●グリル皿に水が入っていない。(高温検知) ➡ ●グリル皿に水を入れてください。</p>
<p>E:01</p>  <p>予熱 表焼き 裏焼き 切身 丸身</p>	<p>●ワンタッチファジィグリル使用時に魚を入れていない。 ➡ ●もう一度やり直してください。</p>
<p>E:02</p>  <p>予熱 表焼き 裏焼き 切身 丸身</p>	<p>●ワンタッチファジィグリル使用時に魚を裏返していない。 ➡ ●手で魚を焼き直してください。</p>

※グリルヒーター入/切キーを押すと、エラー表示が解除されます。再度通電を行い、同じエラー表示が出ましたら、お買い上げの販売店へご連絡ください。

仕様

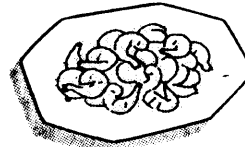
電源	単相200V(50-60Hz)-4800W	
消費電力	左ヒーター	1,800W, 約90W~1,800Wまで8段階火力調節
	右ヒーター	2,500W, 約160W~2,500Wまで8段階火力調節
	中央ヒーター	1,200W, 約60W~1,200Wまで6段階火力調節
	グリルヒーター	1,200W, 約60W~1,200Wまで6段階火力調節(ワンタッチファジィグリルつき)
コードの長さ	0.6m	
差込プラグ	単相200V用 250V-30A(接地極付) Ⓜ	
大きさ	本体	幅59.8cm 奥行54.2cm 高さ23.0cm
	グリル	幅22.6cm 奥行33.6cm 高さ10.5cm
質量(重さ)	約23kg	

料理例

ここで紹介する料理例の火力・調理時間は目安です。材料の大きさや状態・室温などで変わってきますので、でき具合を見ながら調節してください。

えびのチリソース炒め

右ヒーター使用



材料(4人分)

えび	200g
酒	少々
塩	少々
こしょう	少々
片栗粉	小さじ1
ねぎ	1/4本
にんにく	5g
しょうが	2g
豆板醤	小さじ1/2
ごま油	小さじ1/2
サラダ油	大さじ3
トマトケチャップ	大さじ2
酒	小さじ1
砂糖	大さじ1/2
しょうゆ	小さじ1
塩	小さじ1/4
水	カップ1/4
片栗粉	小さじ1
水	小さじ2

下ごしらえ

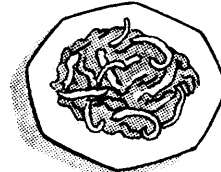
- えびに④で下味を付け軽くもみ、片栗粉をふってえびにからませます。
- ねぎ、にんにく、しょうがは共にみじん切りにします。
- ⑤の合わせ調味料の材料をよく混ぜ合わせておきます。
- ⑥は溶いておきます。

作りかた

- ①フライパンをハイパワーで熱し、サラダ油大さじ2を入れます。えびを加えて、約1分早く炒め、色が変わったらすぐ取り出します。
- ②同じフライパンにサラダ油大さじ1を足して豆板醤を入れ、水気を飛ばすように炒めます。
- ③②に下ごしらえしたねぎ、にんにく、しょうがを炒め合わせて香りを出します。
- ④③に⑥を加え、大きく混ぜながら1~2分煮たさせます。
- ⑤①のえびを④に戻し入れ、汁をからめながらさっと煮たてます。(煮すぎると身が縮むので注意)
- ⑥⑤に⑦を加え、手早く底から混ぜてひと煮立ちしたらヒーターを切ります。
- ⑦仕上げにごま油を振って器に盛りつけます。

牛肉とピーマンの細切り炒め

右ヒーター使用



材料(4人分)

牛薄切り肉	200g
酒	小さじ1
しょうゆ	小さじ2
こしょう	少々
溶き卵	1/2個
片栗粉	小さじ2
サラダ油	大さじ2
サラダ油	大さじ3
ゆでたけのこ	200g
ピーマン	200g
ねぎ	1/2本
酒	小さじ1
しょうゆ	小さじ2
砂糖	小さじ1
かき油	小さじ4
こしょう	少々
スープ	大さじ4
水溶き片栗粉	小さじ4
ごま油	小さじ2

下ごしらえ

- 牛肉は7~8cm長さの細切りにしてボールに入れ、④を加えてよくからめ、下味をつけておきます。
- ピーマンはへたと種をとり、たけのこと共に牛肉と同じ幅の細切りにします。ねぎはみじん切りにしておきます。
- ⑤の合わせ調味料を混ぜ合わせておきます。

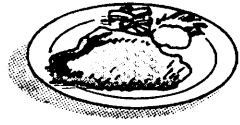
作りかた

- ①フライパンをハイパワーで熱し、サラダ油大さじ3を入れます。みじん切りしたねぎを炒めて香りがでたら、下ごしらえした牛肉、たけのこ、ピーマンを2~3分早く炒め合わせます。
- ②①に⑤を加え、なべ底から大きくからめるように混ぜてヒーターを切ります。
- ③仕上げにごま油を振って器に盛りつけます。

料理例

ビーフステーキ

右ヒーター使用



材料(4人分)

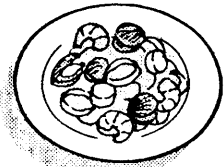
牛ステーキ肉……………4枚
 塩(1枚につき)……………各小さじ½
 粗びきこしょう……………適量
 サラダ油(1枚につき)……………各大さじ1
 ●つけ合わせ
 クレソン、マッシュポテト、にんじんのグラッセ
 など……………各適量

作りかた

- ①牛肉はすじ切りをし、肉たたきなどでたたいてから塩、こしょうします。
 - ②フライパンをハイパワーで十分に熱し、1枚につきサラダ油大さじ1を入れ、薄く煙が立ったらステーキ肉を入れます。
 〈厚さ1.5cm, 1枚150g~200gの場合の焼き加減〉
 *レア……………ハイパワーで表・裏を各40秒ずつ焼きます。
 *ミディアム……………ハイパワーで表・裏を各40秒ずつ焼き、弱火に下げて表裏を各1分ずつ焼きます。
 *ウェルダン……………ハイパワーで表・裏を各40秒ずつ焼き、弱火に下げて表・裏を各1分半~2分ずつ焼きます。
 - ③焼き上がったらヒーターを切り、器に盛ってつけ合わせを添えます。
- 応用として
 〈トルネードステーキ〉
 牛ヒレ肉の周囲にベーコンを巻いて同様に焼き、ブラウンソースをかけます。
 〈シャリアピンスステーキ〉
 牛ランプ肉にすりおろした玉ねぎをまぶしておいてから焼きます。仕上げに炒めて塩味をつけた玉ねぎをのせます。

海の幸のグルメワインバター風味

右ヒーター使用



材料(4人分)

いか……………1パイ
 えび……………8尾
 ホタテ貝柱……………4個
 殻つきあさり……………20個
 にんにく(みじん切り)……………3片
 ブロccoli……………1株
 ホイルコーン……………大さじ4
 オリーブ油……………100cc
 白ワイン……………150cc
 塩、こしょう……………各少々
 バター……………大さじ3~4
 ●飾りつけ用
 かいわれ大根、プチトマト、パセリ……………各少々

下ごしらえ

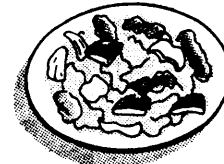
- あさは殻の表面を洗って塩水につけ、砂を吐かせます。
- いかは足とはらわたを取って皮をむき、5~6mm幅の輪切りにします。
- えびは殻と尾を取り、背ワタをようじで引き抜きます。
- 貝柱は縦に2つ割りにします。
- ブロッコリーは塩ゆでにし、小房に分けます。

作りかた

- ①フライパンをハイパワーで熱し、オリーブ油を入れ、みじん切りにしたにんにくを入れて炒めます。薄いきつね色になったらあさを加えます。
- ②ふたをしてフライパンを揺すりながら口が開くまで待ちます。
- ③口が開き始めたら、白ワイン100ccをさっとふりかけ塩、こしょうし、約3分水分がなくなるまで煮つめたらヒーターを切り、あさをいったん取り出しておきます。
- ④同じフライパンを使ってハイパワーで熱し、バターを入れ、いか、ホタテ、えびを約1分早く炒め合わせる。火がだいたい通ったら白ワイン50ccをさっとふりかけ③のあさを戻し入れます。
- ⑤④に下ごしらえしたブロッコリーとホイルコーンを加え、約1分大きく炒め合わせてヒーターを切ります。
- ⑥⑤を器に盛りつけた後、同じフライパンにバターを入れて中火で溶かしてバターソースを作る。器に盛りつけた魚貝類にバターソースをかけ、かいわれ大根、プチトマト、パセリを上から散らすように飾りつける。

酢豚

左ヒーター使用・天ぶら油の温度コントロール(右ヒーター)使用



材料(4人分)

豚ヒレ肉……………400g
 玉ねぎ……………1個
 ピーマン……………3個
 にんじん……………½本(100g)
 ゆでたけのこ……………100g
 缶詰のバイン……………2枚
 揚げ油……………800g
 サラダ油……………大さじ4
 砂糖……………大さじ6
 しょうゆ……………大さじ2
 酒……………大さじ1
 塩……………小さじ½
 酢……………大さじ3
 トマトケチャップ……………大さじ4
 かたくり粉……………大さじ1
 水……………カップ½

下ごしらえ

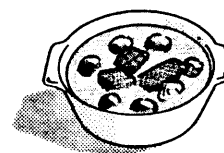
- 肉は一口大の角切りにし、しょうゆ大さじ2、酒大さじ1で下味をつけておきます。
- にんじん、たけのこ、ピーマンは乱切りにし、にんじんはゆでしておきます。パイナップルは4つ切りにしておきます。
- 玉ねぎは横半分に切ってから3~4cmの角に切ってほぐしておきます。
- Aの甘酢あんを混ぜ合わせておきます。

作りかた

- ①右ヒーターに揚げ油を入れた天ぶらなべを置き、温度170℃にセットします。
- ②下味をつけた肉にかたくり粉をまぶし、①が170℃になったらカラリと揚げておきます。
- ③左ヒーターにフライパンを強で熱し、サラダ油大さじ4で野菜を炒め、全体に油が回り火が通ったらAを加えヒーターを切ります。
- ④余熱で煮たてとろみがついたらBの肉とパイナップルを加え、手早く混ぜて仕上げます。

ビーフシチュー

左ヒーター使用・右ヒーター使用



材料(4人分)

牛バラ肉……………400g
 砂糖……………大さじ1
 にんじん……………1本
 じゃがいも……………4個
 玉ねぎ……………2個
 セロリ……………1本
 さやいんげん……………50g
 赤ワイン……………カップ½
 トマトピューレ……………カップ¾
 固形スープ……………4個
 水……………カップ8
 サラダ油……………大さじ2
 ローリエ……………2枚
 塩、こしょう……………各少々
 ブールマニエ {バター……………大さじ3
 小麦粉……………大さじ3}

下ごしらえ

- 牛肉は3cm角に切り、塩、こしょうを振り手でよくもみこみます。
- さやいんげんはすじをとり、塩少々を入れた熱湯で固ゆでにします。

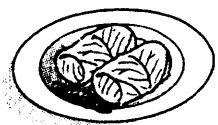
作りかた

- ①左ヒーターで厚手のなべを火力強で熱してサラダ油大さじ1を入れ、肉の全体に焼き目をつけ、砂糖をふって焦げ色がつくまで焼きます。
- ②①にワイン、トマトピューレ、スープ、ローリエの順に加え、煮たったらあくをとり、火力を弱に落してタイマーを2時間セットして煮込みます。
- ③にんじんは長さを半分になり、縦4~6つ切りにして面とりをします。じゃがいもは皮をむいて2~3つ割りにして面とりし、5分ほど水にさらします。セロリは筋をとり、4cm長さに切り、太い部分は縦2~3つ切りにします。
- ④右ヒーターでフライパンを熱しサラダ油大さじ1で③の野菜を炒め、2時間煮込んだ肉のなべに加えます。強火にして煮たったらあくをとり、弱火にしてさらに30分タイマーをかけて煮ます。
- ⑤タイマーが切れたら柔らかくしたバターと小麦粉を練り混ぜたブールマニエをシチューに加え混ぜながら粉に火を通します。とろりとしたら塩、こしょうで味を調え、さやいんげんを2~3つに切って加えます。

料理例

ロールキャベツ

左ヒーター使用



材料(4人分)

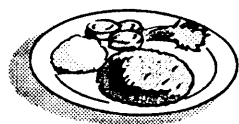
キャベツ	(大) 8枚
合いびき肉	200g
④ 玉ねぎ	(中) 1個
塩, こしょう	少々
ナツメグ	少々
固形スープ	2個
ローリエ	2枚
塩, こしょう	少々
⑤ ジャガイモ	適量
⑤ にんじん	適量
⑤ 玉ねぎ	適量
ソース ケチャップ	カップ $\frac{1}{3}$
⑤ トマト(ざく切り)	$\frac{1}{2}$ 個
⑤ タバスコ	小さじ1

作りかた

- ① なべに水を3cm深さぐらいに入れ、キャベツの葉を入れてふたをして、蒸しゆでにし、しんなりしたらとり出し、ゆで汁はとっておきます。芯はそぎとってみじん切りにします。
- ② ④の玉ねぎはみじん切りにし、キャベツの芯と他の④と合わせてよく混ぜて練り、八等分してキャベツで俵形に包みます。
- ③ ⑤の野菜は皮をむき、大きめに切ります。
- ④ なべに②を閉じ目を下にして並べ、すき間に③をつめ、①のゆで汁をかぶるくらいに入れる。ローリエ、固形スープも加えて火力中で煮たて、あくを除き、火力を弱に落とし30分タイマーをセットします。
- ⑤ 野菜がやわらかくなったら、塩、こしょうで調味します。トマト、ケチャップ、タバスコを混ぜたソースを添えます。

ハンバーグとソースバリエ

左ヒーター使用



材料(4人分)

合いびき肉	400g
玉ねぎ	1個
パン粉	カップ $\frac{1}{2}$
牛乳	大さじ3
塩	少々
こしょう	少々
ナツメグ	少々
卵	1個

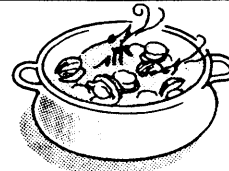
作りかた

- ① 玉ねぎはみじん切りにし、パン粉に牛乳をふり、しばらくおいてしとらせます。
- ② ボールに①の玉ねぎとパン粉、それ以外の材料を入れて混ぜ合わせます。
- ③ ②のたねを4等分し、小判形に形を整え、中央を少しへこませます。
- ④ フライパンを火力強で熱し、サラダ油で③を表裏に焼き色をつけたら、火力を弱にして中まで火を通します。指で押してみても弾力があれば、焼き上がりです。

- 〈トマトソース〉 トマト1個は湯むきし、さいの目に切って種を除き、玉ねぎ $\frac{1}{2}$ 個はみじん切りにします。玉ねぎを炒め透き通ってきたらトマトとトマトペースト大さじ1を加え塩、こしょうしとろりとするまで煮つめます。
- 〈にんにくソース〉 にんにく2片は薄切りにし油大さじ $\frac{1}{2}$ で炒め、しょうゆ大さじ3、こしょう少々を加え煮立て、焼きたてのハンバーグにかけます。
- 〈パセリとマスタードのドレッシング風〉 パセリ2本、にんにく1片、玉ねぎ $\frac{1}{2}$ 個はみじん切りにして、粒マスタード小さじ2、レモン汁大さじ2、油大さじ $\frac{1}{2}$ 、塩、こしょう各少々を混ぜ合わせます。
- 〈マッシュルームクリームソース〉 マッシュルーム8個は薄切りにし、レモン汁 $\frac{1}{2}$ 個分をふり、バター大さじ2で炒め、生クリーム $\frac{1}{2}$ カップと粒マスタード小さじ $\frac{1}{2}$ 、塩、こしょう少々を加え、煮つめます。
- 〈しょうがソース〉 しょうが2片はせん切りにします。なべにみりん、酒各大さじ2を煮立てて煮きり、しょうゆ大さじ $\frac{2}{2}$ としょうがを加え、さっとひと煮します。

海の幸のブイヤベース

左ヒーター使用



材料(4人分)

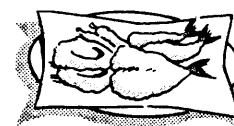
玉ねぎ	$\frac{1}{2}$ 個	サラダ油	大さじ2
セロリ	1本	白ワイン	カップ $\frac{1}{2}$
完熟トマト	2個	塩, こしょう	各少々
大正えび(殻つき)	12尾	トマトピューレ	カップ $\frac{1}{4}$
ほたて貝柱	8個	水	カップ3
あさり	300g		

作りかた

- ① 玉ねぎ、すじを取ったセロリはそれぞれせん切りにします。トマトは熱湯に約1分浸したあと、水にとって皮と種を取り、ざく切りにします。
- ② あさは塩水につけて砂抜きをしておきます。
- ③ えびは殻つきのまま背を丸め、節の間に竹くしを刺し入れ背ワタを抜きます。
- ④ 深なべにサラダ油を熱し、玉ねぎ、セロリを中火で透き通るまで炒め、トマト、白ワイン、ピューレ、水カップ3を加え、ふたをしてそのまま中火で10分煮ます。
- ⑤ ④に塩、こしょうし、えび、ほたて、あさを加えます。あさりの口が開くまで煮たらヒーターを切って器に盛り、熱いうちにいただきます。

天ぷら

天ぷら油の温度コントロール(右ヒーター)使用



材料(4人分)

揚げ油	800g	生しいたけ	1袋
えび	4尾	みつば	30本
きす	4尾	小麦粉	適量
いか(胴)	1ばい	卵	1個

〈かき揚げのバリエーション〉

- むきえびとみつば
- げそとピーマンとしいたけの軸
- 豚肉といんげん
- 桜えびとごぼうとじゃがいも

揚げかた

- ① 材料は揚げやすいように準備しておきます。
- ② 卵+冷水は小麦粉と同量にしてさっくりと混ぜます。
- ③ 天ぷらなべに油を800g入れ、温度170°Cに設定します。設定温度になったら野菜を揚げます。次は180°Cに設定します。魚介類は小麦粉を薄くつけておきます。設定温度になったら、えび、きす、いかを揚げます。

揚げかたのコツ

- 衣だまが残るぐらいさっくりと切るように混ぜ、ねばりを出さないようにします。
- 油の表面積の $\frac{1}{2}$ を目安に入れると油の温度が下がらず、カリッと揚がります。

チキンロールフライ

天ぷら油の温度コントロール(右ヒーター)使用



材料(4人分)

揚げ油	800g
溶き卵, 小麦粉, パン粉	各適量
● スイス風	
とりのささみ	4本
ピーマン	1個
ハムの薄切り	2枚
塩, こしょう	各少々
チーズ	4切れ
● 和風	
とりのささみ	4本
かつおぶし	大さじ1
しその葉	4枚
しょうゆ	小さじ $\frac{1}{2}$
梅干し	1個

作りかた

- ① とりのささみは筋を切り、肉の中央から身をそくように両面に切り広げて観音開きにする。スイス風のみ塩、こしょうします。
- ② 〈スイス風〉ハム、チーズ、ピーマンは、とり肉の幅に合わせて棒状に切ります。〈和風〉みじん切りにした梅干しとかつおぶし、しょうゆを混ぜ合わせます。
- ③ ①に②をそれぞれ巻きこみ、小麦粉、溶き卵、パン粉の順につけます。
- ④ 天ぷらなべに油を入れ、温度を140°Cに設定します。
- ⑤ 油温が設定温度になったら、③を5分くらいじっくり揚げます。

料理例

× 毛

焼き魚の盛りつけかた

頭と尾がついた尾頭つきの一尾魚は、必ず頭を左（ひらめだけは逆）にして腹を手前に盛りつけます。頭を少し下、尾を上にして斜めに盛ると勢いができます。大根おろしやレモンなどのつけ合わせは、魚の手前に添えます。

切身魚の盛りつけかた

一般的には身が手前に、皮が向こう側になるように置き、身の幅の太いほうを左にすると落ち着きます。つけ合わせは手前に置き、汁気のあるものは魚のほうへ流れないように、下に葉などを敷くとよいでしょう。

あじの酒塩焼き

グリル使用(ファジィ丸身)



材料(4人分)

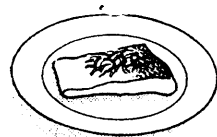
あじ……………4尾
酒……………カップ½
塩(天塩)……………小さじ1
酢どりしょうが……………8本

作りかた

- あじはぜいごをそぎとり、盛るとき裏側になるほうの腹に切り目を入れてわたをかき出します。えらもとって洗い、水気を拭きまします。
- ペーパータオルを敷いたバットにあじを並べ、上にもペーパータオルをかぶせます。
- 酒に塩をよく溶かし混ぜて②にかけ、冷蔵庫で1時間ほどおきます。
- グリルの丸身に合わせて音声の指示通りに焼きます。

あまだいの祐庵焼き

グリル使用(ファジィ切身)



材料

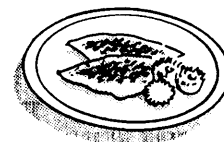
あまだいの切身……………4切れ
酒、みりん……………各大さじ2
しょうゆ……………大さじ3
ゆず皮のせん切り……………適量

作りかた

- 酒、みりん、しょうゆを混ぜた中にあまだいを漬け、15分ほどおいて味をしみこませます。
- 魚の汁気をふいて、グリルの切身に合わせて音声の指示通りに焼きます。
- 器に盛りつけ、ゆず皮のせん切りをたっぷりとのせます。

とびうおの高麗焼き

グリル使用(ファジィ切身)



材料

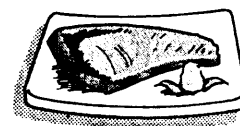
とびうお2尾おろしたもの……………8切れ
酒……………小さじ2
●漬け汁
にんにく……………1かけ
しょうが……………½かけ
ねぎ……………10cm
しょうゆ……………大さじ2
酒、ごま油……………各大さじ1
砂糖……………大さじ½
こしょう……………少々
半すり白ごま……………大さじ½

作りかた

- 切身に酒をふって10~20分おきます。
- ねぎ、しょうが、にんにくはみじん切りにし、漬け汁の調味料を合わせ①を30分漬けます。
- とびうおの汁気をきって、グリルの切身に合わせて音声の指示通りに焼きます。
- 皿に盛りつけ、ごまをふります。

ぶりの照り焼き

グリル使用(ファジィ切身)



材料

ぶりの切身……………4切れ
塩……………少々
しょうゆ……………大さじ8
みりん……………大さじ6
砂糖……………大さじ4
酒……………大さじ2
甘酢しょうが……………適量

作りかた

- 切身は水気をふき取り、塩をふります。
- なべにしょうゆ、みりん、砂糖、酒を入れ、中火で煮立ったら弱火にし、元の量の½まで煮つめます。
- ②のたれにぶりの切り身を20分以上(1日漬けてもよい)漬けてグリルの切身に合わせて音声の指示通りに焼きます。