

# ひじき入り玄米ごはん



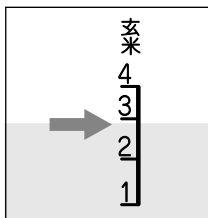
メニューボタン  
**玄米**  
1人分  
約460 kcal  
でき上がり目安  
約70分

## ●材料(4人分)

- 玄米 ..... カップ3
- 油揚げ ..... 2枚
- ① もどしたひじき ..... 80g
- にんじん(せん切り) ..... 60g
- 酒 ..... 大さじ2
- ② しょうゆ ..... 大さじ1½
- 塩 ..... 小さじ1

## ●作りかた

- 油揚げは熱湯で油抜きしてから、たんざくに切ります。
- 玄米は軽く洗い、ごみなどを取り除いてから②を入れて軽くかき混ぜます。水を「玄米」の水位目盛3弱まで加え、上に①をのせます。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉めます。
- メニューボタンで「玄米」を選び、炊飯ボタンを押します。
- 炊き上がったら、ほぐして器に盛ります。



# 五目ちらし

## ●材料(4人分)

- 干しいたけ ..... 8枚
- にんじん ..... 30g
- 干びょう ..... 30g
- だし汁 ..... カップ2
- 砂糖 ..... 大さじ6
- ① しょうゆ ..... 大さじ4
- みりん ..... 大さじ3
- 塩 ..... 少々
- れんこん ..... 80g
- だし汁 ..... 大さじ2
- 酢 ..... 大さじ2
- ② 砂糖 ..... 大さじ1
- 塩 ..... 少々
- えび ..... 10尾
- きんし玉子 ..... 1個分
- 木の芽 ..... 10枚
- ごま ..... 大さじ2
- 桜でんぶ ..... 少々
- 紅しょうが ..... 少々



1人分  
約600 kcal

## ●作りかた

- すしごはんは「すしめし」で作ります。→ P.34  
酢は〔合わせ酢B〕にします。
- 干しいたけは水でもどして石づきを取り、にんじんはせん切りにします。干びょうは塩もみして洗い、やわらかくゆでてから1cmの長さに切ります。
- ②を①で汁がなくなるまで煮つめます。
- れんこんは薄切りにしてから酢水につけてアクを抜き、軽く湯がいて③につけておきます。
- えびは殻をむいて背わたを取り、ゆでておきます。
- ①に③とごまを混ぜ合わせて器に盛り④、⑤、桜でんぶ、きんし玉子、紅しょうが、木の芽を散らします。

五目ちらしの具のレシピです。  
五目ちらしを作るには、他に「すしめし」が必要です。  
「すしめし」の作りかた → P.34

# すしめし

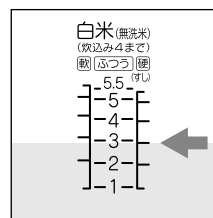
## ●材料(4人分)

- お米(うるち米) ..... カップ3
- 昆布 ..... 15cm
- 〔合わせ酢A〕
- 酢 ..... 大さじ5
- 砂糖 ..... 大さじ1
- 塩 ..... 小さじ1弱
- 〔合わせ酢B〕
- 酢 ..... 大さじ5
- 砂糖 ..... 大さじ2
- 塩 ..... 小さじ1弱

※合わせ酢はお好みに応じてAまたはBをお選びください。

## ●作りかた

- 昆布は、ふきんで拭いて汚れを取り、切り込みを4~5か所入れておきます。
- お米は研いしてから、「白米」「硬(すし)」の水位目盛3に水加減し、昆布をのせます。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉めます。
- 炊きかた ボタンで「しゃっきり」を選び、炊飯ボタンを押します。
- 炊き上がったら、昆布を取り出し、飯台にごはんを移します。  
お好みに合わせ〔合わせ酢A〕または〔合わせ酢B〕を全体にかけて切るように混ぜます。  
混ぜて1分ほどしたら、うちわであおいで、人肌程度に冷まし、ぬれぶきんをかけておきます。



炊きかたボタン  
**しゃっきり**  
1人分  
約420 kcal  
でき上がり目安  
約45分

# 玄米あずきがゆ



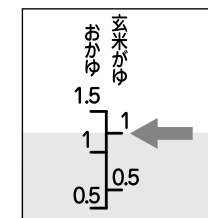
メニューボタン  
**玄米がゆ**  
1人分  
約130 kcal  
でき上がり目安  
約90分

## ●材料(4人分)

- 玄米 ..... カップ1
- あずき ..... 30g

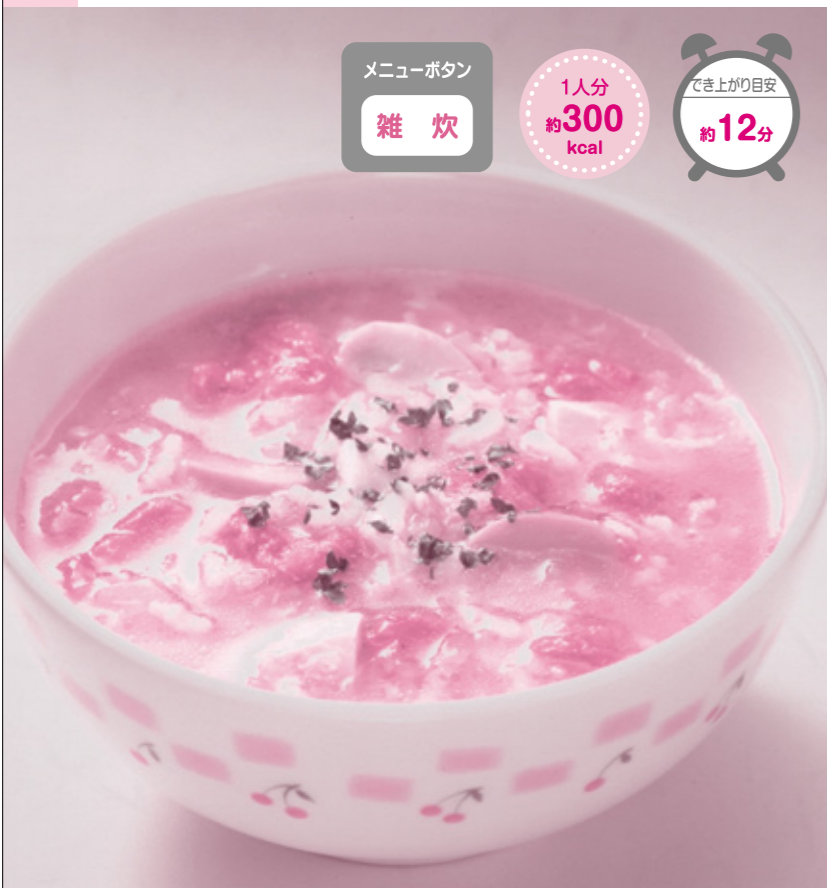
## ●作りかた

- あずきは一度ゆでこぼし、新しい水で硬めにゆで、あずきとゆで汁に分けて冷まします。
- 玄米は軽く洗い、ごみなどを取り除いてから①のゆで汁と水を「玄米がゆ」の水位目盛1まで加え、上にゆであずきをのせます。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉めます。
- メニューボタンで「玄米がゆ」を選び、炊飯ボタンを押します。
- 炊き上がったら、お好みで塩を加えて軽く混ぜます。



**警告**  
あずきはゆでたものを加えてください。ゆでないで炊くと、あずきの量が増え、調圧弁が目づまりするなど、やけどの恐れがあります。

## トマトとツナのリゾット風雑炊



メニューボタン

雑炊

1人分  
約300 kcal

でき上がり目安  
約12分

### ●材料(4人分)

保温中のごはんまたは冷やごはん ..... 300g  
 トマトの水煮(缶詰・皮があれば取り除く) ..... 小1缶(200g)  
 ツナ(缶詰・ノンオイル) ..... 小1缶(165g)  
 A { 玉ねぎ(みじん切り) ..... 小1/2個  
    マッシュルーム(スライス) ..... 6~8個  
    バター ..... 20g  
 スープ(固形スープ1個をとく) ..... 500mL程度  
 塩、こしょう ..... 各少々  
 パセリ(みじん切り) ..... 少々

### ●作りかた

- ① トマトの水煮は、汁を別の容器に取り、トマトを1cm角に切って汁と合わせておきます。ツナは汁気をきってほぐしておきます。
- ② 保温中の場合「切」ボタンを押して保温を切り、内がまの残りごはんにご飯に①で用意したトマトの水煮とスープを加え、塩・こしょうをして軽く混ぜ、上にAとツナをのせます。
- ③ メニューボタンで「雑炊」を選び、炊飯ボタンを押します。
- ④ でき上がったら、器に盛り、パセリを散らします。

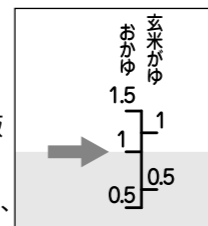
## 鶏がゆ

### ●材料(4人分)

お米(うるち米) ..... カップ1  
 鶏むね肉(皮なし) ..... 50g  
 固形スープの素 ..... 1個  
 A { 長ねぎの葉 ..... 少々  
    しょうがの皮 ..... 少々  
 B { 酒 ..... 大さじ1  
    しょうゆ ..... 小さじ1  
 塩 ..... 小さじ1/2  
 長ねぎ(白髪ねぎ) ..... 少々  
 白ごま ..... 少々

### ●作りかた

- ① お手持ちのなべに鶏肉を入れ、水3カップとAを加えて火にかけ、鶏肉に火が通ったらゆで汁をこして別容器にとります。鶏肉は手で細かくさき、Bをふりかけて下味をつけます。
- ② お米を研いであら、内がまに①のゆで汁を「おかゆ」の水位目盛1まで加え、塩とスープの素を入れて軽く混ぜます。
- ③ 炊飯器に内がまをセットして、ふたを閉めます。
- ④ メニューボタンで「おかゆ」を選び、炊飯ボタンを押します。
- ⑤ 炊き上がったら、①の鶏肉を入れて混ぜ、器に盛り、白髪ねぎ、白ごまをのせます。



メニューボタン

おかゆ

1人分  
約160 kcal

でき上がり目安  
約70分

## たまご雑炊

### ●材料(4人分)

保温中のごはんまたは冷やごはん ..... 300g  
 だし汁(水+粉末だし1袋) ..... 400~450mL  
 とき卵 ..... 1個

### ●作りかた

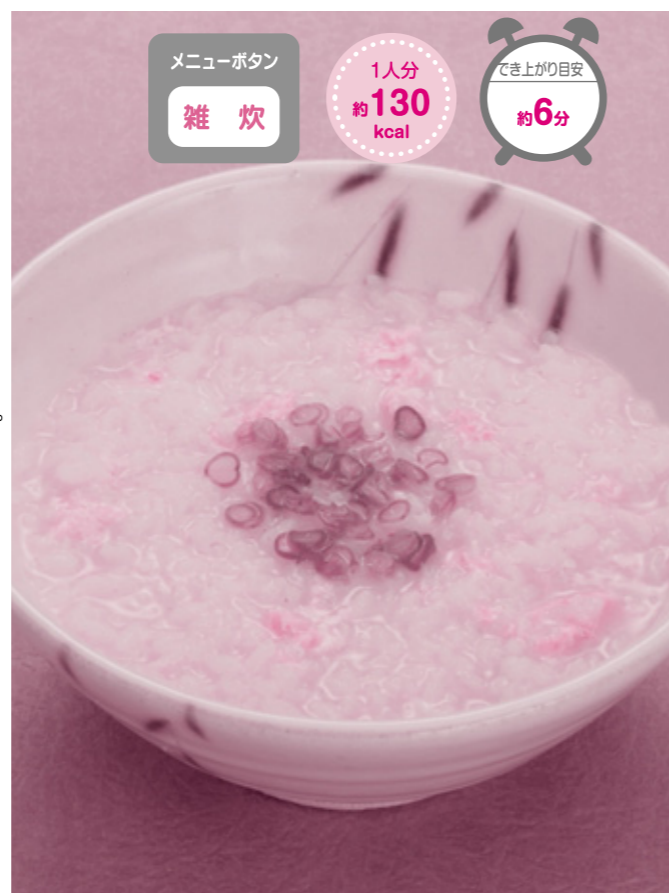
- ① 保温中の場合「切」ボタンを押して保温を切り、内がまの残りごはんにだし汁を加え、ごはんをほぐしておきます。
- ② メニューボタンで「雑炊」を選び、炊飯ボタンを押します。
- ③ でき上がったら、とき卵をまんべんなくかけ、軽くかき混ぜてから、器に盛ります。

### ❖だし汁のポイント

★だし汁は「市販の雑炊のもと+水」でもおいしくできます。だし汁の量はごはんの量にあわせて調節してください。すでに火の通った具(おかずの残り物など)や、にらなどの火の通りやすい野菜を入れてもおいしくできます。

### ❖雑炊のポイント

- ★だし汁(スープ)を入れたら、よくごはんをほぐしてください。
- ★具はごはんを混ぜずに、ごはんの上のせてください。
- ★保温はせずに、お早めにお召し上がりください。
- ★時間がたつとノリ状になります。



メニューボタン

雑炊

1人分  
約130 kcal

でき上がり目安  
約6分

## 青菜がゆ



メニューボタン

おかゆ

1人分  
約130 kcal

でき上がり目安  
約70分

### ●材料(4人分)

お米(うるち米) ..... カップ1  
 大根の葉またはお好みの青菜 ..... 20g  
 塩 ..... 少々

### ●作りかた

- ① お米は研いであら、水を「おかゆ」の水位目盛1まで加えます。
- ② 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉めます。
- ③ メニューボタンで「おかゆ」を選び、炊飯ボタンを押します。
- ④ 大根の葉または青菜はさっとゆで水気をきって、みじん切りにしておきます。
- ⑤ 炊き上がったら、④を入れ、お好みで塩を加えて軽く混ぜます。

### ❖おかゆのポイント

- ★保温はせずに、お早めにお召し上がりください。
- ★時間がたつとノリ状になります。



**警告**

青菜などの葉ものは炊き上がった後で入れてください。炊く前に入れると、調圧弁が目づまりするなど、やけどの恐れがあります。

型 式	RZ-GF10E4J	RZ-GF18E4J	
炊 飯 容 量	1.0Lタイプ 0.18L(1合)~1.0L(5.5合)	1.8Lタイプ 0.18L(1合)~1.8L(1升)	
電 源	交流100V		
定 格 周 波 数	50-60Hz 共用		
定 格 電 力	1400W		
コ ー ド の 長 さ	1.0m		
大 小 寸 法	幅	25.8cm	30.1cm
	奥 行	36.4cm	41.4cm
	高 さ	21.9cm	23.6cm
質 量 (重 さ)	約5.1kg	約6.7kg	

## ■家庭用品品質表示法に基づく省エネ関連表示(消費電力量の目安)

型 式	RZ-GF10E4J	RZ-GF18E4J
最 大 炊 飯 容 量	1.0L	1.8L
区 分 名	B	D
蒸 発 水 量	18.4g	29.8g
年 間 消 費 電 力 量	94.7kWh/年	150.4kWh/年
1 回 当 た り の 炊 飯 時 消 費 電 力 量	163.1Wh	238.0Wh
1 時 間 当 た り の 保 温 時 消 費 電 力 量	23.0Wh	26.5Wh
1 時 間 当 た り の タ イ マ ー 予 約 時 消 費 電 力 量	1.36Wh	1.36Wh
1 時 間 当 た り の 待 機 時 消 費 電 力 量	0.74Wh	0.74Wh

※1回当たりの炊飯時消費電力量は、「白米ふつう」の炊きかた、1時間当たりの保温時消費電力量は「おさえめ保温」での電力量です。(室温23℃の場合)

※実際にお使いになるときの消費電力量は、使用頻度、使用時間、お米の量、ご使用の炊きかた、周囲の温度などによって変化しますので、あくまでも目安としてご覧ください。

※年間消費電力量は、省エネ法・特定機器「電気ジャー炊飯器」の測定方法による数値です。(区分名も同法に基づいています。)

※蒸発水量は、1回当たりの炊飯時に炊飯器機体外へ放出した水の質量であり、省エネ法の目標基準値を算出するために用いる数値です。

※この「圧力IH」ジャー炊飯器は、日本国内専用で設計されています。電源電圧や電源周波数の異なる外国では使用できません。

また、アフターサービスもできません。

# 「ご相談窓口」

(家庭電気製品の表示に関する公正競争規約による表示)

## 日立家電品についてのご相談や修理はお買い上げの販売店へ

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

修理などアフターサービスに関するご相談は

TEL 0120-3121-68

FAX 0120-3121-87

(受付時間) 365日/9:00~19:00

商品情報やお取り扱いについてのご相談は

TEL 0120-3121-11

FAX 0120-3121-34

(受付時間) / 9:00~17:30(月~土)、9:00~17:00(日・祝日)  
年末・年始は休ませていただきます。  
携帯電話、PHSからもご利用できます。

- お客さまが弊社にお電話でご連絡いただいた場合には、正確にご回答するために、通話内容を記録(録音など)させていただいております。
- ご相談、ご依頼いただいた内容によっては弊社のグループ会社に個人情報を提供し対応させていただいております。
- 出張修理のご依頼をいただいたお客さまへ、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いております。

-06A-

# 保証とアフターサービス (必ずお読みください)

## ■保証書(裏表紙)

保証書は、必ず「お買い上げ日・販売店名」などの記入をお確かめのうえ、販売店から受け取っていただき内容をよくお読みの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年間です。

## ■補修用性能部品の保有期間

「圧力IH」ジャー炊飯器の補修用性能部品の保有期間は製造打ち切り後6年です。

- 補修用性能部品とは、その商品の機能を維持するために必要な部品です。

## ■ご不明な点や修理に関するご相談は

修理に関するご相談 並びにご不明な点は、お買い上げの販売店 または「ご相談窓口」(P.39)にお問い合わせてください。

## ■ご転居されるときは

ご転居により、お買い上げの販売店のアフターサービスを受けられなくなる場合は、前もって販売店にご相談ください。ご転居先での日立の家電品取扱店を紹介させていただきます。

## ■修理を依頼される時は 持込修理

「お困りのときは」(P.26~29)を調べていただき、なお異常のあるときは、「切」ボタンを押しコンセントからプラグを抜き、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。

### ●保証期間中は

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

### ●保証期間が過ぎているときは

修理すれば使用できる場合には、ご希望により修理させていただきます。

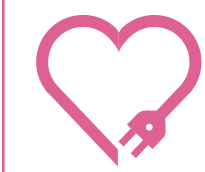
## ■修理料金の仕組み

修理料金 = 技術料 + 部品代

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。
-----	--

## 愛情点検



長年ご使用の「圧力IH」ジャー炊飯器の点検を! ●「圧力IH」ジャー炊飯器の補修用性能部品の保有期間は、製造打ち切り後6年です。

### こんな症状はありませんか

- プラグやコードが異常に熱くなる。
- コードに傷がついていたり、ふれると通電したりしなかったりする。
- こげくさいにおいがする。
- 炊飯中底部のファンが回っていない。
- その他の異常・故障がある。

### お願い

故障や事故防止のため、スイッチを切りコンセントからプラグを抜き販売店にご連絡ください。点検・修理についての費用など詳しいことは販売店にご相談ください。

◎日立アプライアンス株式会社

〒105-8410 東京都港区西新橋2-15-12 電話03(3502)2111

## 日立「圧力IH」ジャー炊飯器保証書 持込修理

保証期間内に取扱説明書、本体ラベル等の注意書きにしたがって正常な使用状態で使用していて故障した場合には、本書記載内容にもとづきお買い上げの販売店が無料修理いたします。お買い上げの日から下記の期間内に故障した場合は、商品と本書をお持ちいただき、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。

※型式			※お買い上げ日	保証期間
			平成 年 月 日	本体：1年 内がま内面フッ素被膜：3年
※お客様	ご住所 〒	ご芳名	様	
※販売店	住所名	店名	電話	

※印欄に記入のない場合は無効となりますから必ずご確認ください。

- 保証期間内でも次のような場合には有料修理となります。
  - 使用上の誤り、または改造や不当な修理による故障または損傷。
  - お買い上げ後の落下、引っ越し、輸送等による故障または損傷。
  - 火災、地震、水害、落雷、その他の天災地変、公害や異常電圧による故障または損傷。
 (ニ) 車両、船舶にとう載して使用された場合に生じた故障または損傷。  
 (ホ) 業務用に使用されて生じた故障または損傷。  
 (ヘ) 本書のご提示がない場合。  
 (ト) 本書に型式、お買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き換えられた場合。  
 (チ) 下記の使いかたをした場合の内がま内面フッ素被膜のふくれ、はがれ、変色、色むら、変形。
  - 金属製のおたま、スプーン、泡立て器、食器などかたいものを入れたり、使った場合。
  - 内がまをお手入れの際に金属たわし、ナイロンたわしなどを使用した場合。
  - 台所用中性洗剤以外の洗剤や漂白剤、クレンザーなどを使った場合。
  - 内がまの中で酢を使った場合。
  - 調味料を使ったもの(みそ汁や炊込みごはんなど)を保温した場合。
  - お買い上げ後の落下や輸送などで生じたへこみ。
  - その他取扱説明書、本体貼付ラベルなどの記載事項にそわない使いかたをした場合。
- この商品は持込修理の対象商品です。郵送などで修理依頼された場合の送料などはお客様の負担となります。また出張修理をご希望の場合には、出張に要する実費を申し受けます。
- ご転居の場合は事前にお買い上げの販売店にご相談ください。
- 贈答品等で本書に記入してあるお買い上げの販売店に修理をご依頼にできない場合には取扱説明書の39ページの「ご相談窓口」にご相談ください。
- 本書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保存してください。
- 本書は日本国内においてのみ有効です。Effective only in Japan.

- この保証書は本書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。したがってこの保証書によって保証書を発行している者(保証責任者)、及びそれ以外の事業者に対するお客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間経過後の修理等についてご不明の場合は、お買い上げの販売店または取扱説明書の39ページの「ご相談窓口」にお問い合わせください。
- お客様に記入いただいた保証書の写しは、保証期間内のサービス活動及びその後の安全点検活動のため記載内容を利用させて頂く場合がございますのでご了承ください。
- 保証期間経過後の修理、補修用性能部品の保有期間について詳しくは、取扱説明書をご覧ください。

## 修理メモ

.....

.....

.....

.....

◎日立アプライアンス株式会社

〒105-8410 東京都港区西新橋2-15-12 電話03(3502)2111