

取扱説明書・料理集

保証書付 (保証書は裏表紙に付いています)
カンタンご使用ガイド別添付

日立 IH ジャー炊飯器 家庭用

型式 **RZ-SV100K** (1.0Lタイプ)

型式 **RZ-SV180K** (1.8Lタイプ)

型式 **RZ-SX100J** (1.0Lタイプ)

型式 **RZ-SX180J** (1.8Lタイプ)



このたびは日立 IH ジャー炊飯器をお買い上げいただき、
まことにありがとうございます。

圧力式ジャー炊飯器は内部が高圧になるため、取り扱い
を誤ると危険ですので、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、カンタンご使用ガイド、DVDと
ともに大切に保存してください。

この説明書では、RZ-SV100Kを例に説明をしています。

「安全上のご注意」(→P.6~11)をお読みいただき、
正しくお使いください。



初めてお使いのときや、
お困りになったときは、
同梱のDVDも是非ご覧
ください。

DVDを再生できる環境でお使い
ください。

(使いかた・おすすめレシピ集・お困りのときは)



RZ-SV100K
メタリックレッド (R)

RZ-SX100J
パールホワイト (W)

蒸気カット 極上炊き

圧力&スチーム

日立 IH ジャー炊飯器

特長とお願い

SVタイプ・SXタイプ共通

蒸気リサイクル(給水レスオートスチーマー)

炊飯中の蒸気を圧力で閉じ込め、給水レスオートスチーマーで水にし、蒸らし・保温時にスチームにしてリサイクルします。

●おいしい

最大1.3気圧(107°C)の圧力と、高温スチームで、ごはんの芯までしっかり炊き上げます。

また、スチーム保温でごはんの乾燥を抑えます。

●蒸気カット

水にしてためるから、排出する蒸気を少なくします。
※炊きかたによって蒸気の出る量が異なります。

圧力を使い分け、炊きかたいろいろ

- お米の種類・お好みに合わせて炊きかたが選べます。
- 硬さの違う様々な雑穀をブレンドした五穀米も炊けます。
- 玄米や玄米がゆ、雑炊などヘルシーなメニューも炊けます。
- 煮込みやパン・ケーキなど炊飯以外のバラエティな調理が楽しめます。

SVタイプのみ

打込み鉄釜[内がま]

- 鉄は、IH方式には最適の素材で、効率よく発熱します。また独自の製法(溶射打込み鉄製法)により、蓄熱性、断熱性を合わせ持つ内がまです。
- 内がまの内面に熱伝導率の高い金粒子を混ぜたフッ素をコーティングしています。
- 内がま内面のフッ素被膜は5年保証です。

スチーム40時間保温

- 断熱構造とスチームでごはんの乾燥を抑えます。
(「保温」選択時。「保温高」は12時間まで)

明るくて見やすいホワイト液晶

- 操作ボタンを押すと表示窓をライトアップします。

SXタイプのみ

黒厚鉄釜[内がま]

- 鉄は、IH方式には最適の素材で、効率よく発熱します。防錆加工を施しています。
- 内がま内面のフッ素被膜は3年保証です。

スチーム24時間保温

- 断熱構造とスチームでごはんの乾燥を抑えます。(「保温」選択時。「保温高」は12時間まで)

特長、ご注意内容などを
よくお読みになり、お使
いください。



もくじ

ご使用の前に

- | | |
|---------------------|----|
| ●各部のなまえ・付属品・操作部・表示窓 | 4 |
| ●安全上のご注意 | 6 |
| ●現在時刻の合わせかた | 12 |
| ●メロディー音の切り替えかた | 13 |

炊飯をする

- | | |
|--|----|
| ●炊飯の準備(おいしく炊く準備のポイント) | 14 |
| ●すぐ炊飯をする(白米、無洗米の炊飯) | 16 |
| ●すぐ炊飯をする | 18 |
| (五穀米(雑穀米)、発芽玄米、玄米、分づき米、麦ごはん、もち米(おこわ)の炊飯) | |
| ●予約炊飯をする(食べたい時刻に炊き上げる) | 20 |
| ●浸し炊飯をする(お米を浸してから炊く) | 21 |

保温をする

- | | |
|-------------------------|----|
| ●保温をする | 22 |
| ●保温できるごはん・できないごはん | |
| ●「切」状態から保温にする | |
| ●保温中での「保温」と「保温高」の切り替えかた | |
| ●おいしく保温するポイント | |
| ●保温を自動で切るには | |
| ●保温中のごはんを再加熱する | |

調理をする

- | | |
|------------------------------------|----|
| ●調理をする(煮込み、雑炊、温泉卵、発酵、パン・ケーキ、蒸しの調理) | 24 |
|------------------------------------|----|

お手入れをする

- | | |
|--|----|
| ●お手入れ | 25 |
| (蒸気キャップ/本体・ふた/しゃもじ・蒸し板・しゃもじ受け・計量カップ/吸気口・排気口/フック部/温度センサー/給水レスオートスチーマー/ふた加熱板・ふたパッキン/フィルター/調圧弁/安全弁/負圧弁/内がま) | |
| ●においが気になるときは | 28 |
| ●給水レスオートスチーマーについて | 29 |
| ●炊飯直後のプレートのつゆが気になるときは | 29 |

お困りのときは

- | | |
|---|----|
| ●お困りのときは | 30 |
| (炊飯について/保温について/予約炊飯について/音について/液晶表示について/内がまのフッ素被膜について/停電について/ふたについて/本体とふたのすき間についてなど) | |

料理集

36~61

仕様

62

保証とアフターサービス

62

ご相談窓口

63

保証書

裏表紙

圧力で炊飯するためPSマークとSGマークを取得しています



PSマーク

経済産業省が定めた圧力
がまの安全基準に適合し
ていることを示します。



SGマーク

製品安全協会が定めた圧力がまの基準に適合した
ことを示し、万一の製品の欠陥による人身事故の
危害防止とその救済の補償をする表示マークです。

お願い

この炊飯器は、市販の圧力なべのようにいろいろな調理はできません。取扱説明書・料理集に記載の炊飯および調理メニュー以外の用途に使わないでください。
特に、市販の本などで紹介されている炊飯器を使った調理については、取扱説明書・料理集に記載されていない使いかたをすると、やけどやけがのおそれがありますので、やめてください。

各部のなまえ・付属品・操作部・表示窓

本体

写真はRZ-SV100Kで説明しています。

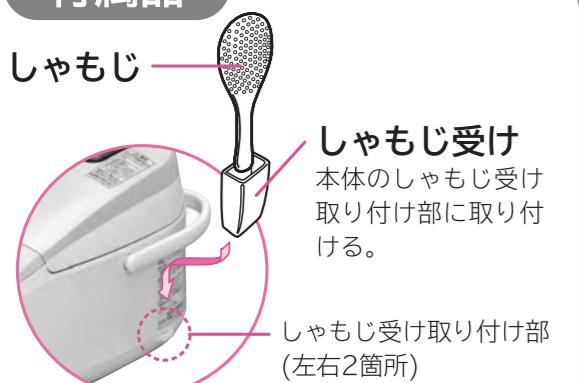


操作部

赤マーク

電源コード
赤マーク以上は
引き出さない。
(破損の原因)

付属品



計量カップ (2個)



白米用 無洗米用
約180mL (約1合) 約170mL (約1合)

ふた

ふたを閉めるときは
ふたの前方中央部
(手前側)を「カチッ」と音がするまでゆっ
くり押す。

蒸気口

炊飯・調理中は蒸氣
が出るので手や顔を
近づけない。
(やけどのおそれ)

蒸気キャップ
取り付けるときは蒸
氣キャップをふたの
凹み部に合わせ、蒸
氣キャップ上面前方
中央部を止まるまで
押し下げて取り付ける。

フックボタン

押すとふたが開く。
ふたを開けるときは
フックボタンの前方
中央部(手前側)をゆ
っくり押して、ゆっ
くりはなす。
炊飯・調理中はふたを
開けない。
(やけどのおそれ)

排気口
吸気口



■ ➡ P.〇〇 の数字は主な説明のあるページです。

操作部

図は説明のために全ての表示が点灯した状態です。

蒸気カットランプ

選択時や炊飯中点灯します。
(調理では点灯しません)

お米(調理)ボタン

お米の種類や調理を選択
します。

切(とりけし)ボタン

炊飯や調理、保温の停止、
予約炊飯、浸し炊飯の取
消しを行います。

eco(エコ)ランプ

少量炊飯コースを選択すると、炊飯・保温中点灯します。
(「保温高」を選択しているときは、保温中は点灯しません)

eco(エコ)少量ボタン

少量のごはん(1.0Lタイプ: 2合(2カップ)まで、
1.8Lタイプ: 3合(3カップ)まで)を炊くときに選
択します。(少量に合わせた加熱で電気代を抑えます)

メニュー(保温)ボタン

炊きかたや調理のメニュー、
保温の設定を選択します。

時刻・時間合わせボタン

現在時刻や予約炊飯時刻、
浸し時間の設定を行います。

スチーム保温ランプ

保温中点灯します。

炊飯(再加熱)ボタン

炊飯や調理、再加熱のスー
トを行います。

予約ボタン

予約炊飯や浸し炊飯の選択
を行います。

表示窓

表示窓

お米(調理)表示

△の点灯で、選択したお
米の種類や調理を表示します。

保温表示

「保温」「保温高」「保温自動
切」「保温高自動切」の文字
の点灯で、選択した保温の設
定を表示します。

少量炊飯表示

「少量」の文字の点灯で、少量炊
飯の設定を表示します。
(「保温高」を選択しているときは、
保温中は点灯しません)

浸し炊飯表示

「浸し」の文字の点灯で、浸
し炊飯の選択を表示します。

予約炊飯表示

「予約1」か「予約2」の文字
の点灯で、選択した予約を
表示します。

炊きかた表示

炊きかた文字の点滅で、選
択した炊きかたを表示します。

メニュー表示

メニュー文字の点滅で、選択
した調理メニューを表示します。

圧力表示

圧力がかかるメニューの
炊飯中に圧力の文字を表示
します。

時刻・時間表示

炊き上がるまでの時間や保温経過
時間、現在時刻、予約時刻、浸し
時間などを表示します。

安全上のご注意

この炊飯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。

■ここに示した注記事項は

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。



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。



この表示の欄は、「傷害を負うことが想定されるか、または物的損害の発生が想定される」内容です。

絵表示の例



「警告や注意を促す」内容です。



してはいけない「禁止」内容です。



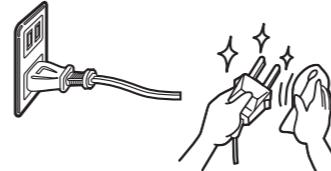
実行しなければならない「指示」内容です。



感電・ショート・発火・火災を防ぐために



- 定格15A以上・交流100Vのコンセントを単独で使用する
- 電源プラグはコンセントの奥までしっかり差し込む
- 電源プラグの刃や刃の取り付け部分にはこりが付着している場合はよくふく



- 改造はしない

修理技術者以外の人は、分解したり、修理をしない

接触禁止



- ぬれた手で電源プラグの抜き差しはしない



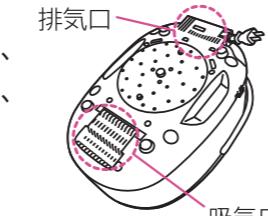
- 本体や電源コードを水につけたり、水をかけたりしない
- 本体を水のあるところに置かない



- 電源コードや電源プラグが傷んでいたり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しない



本体底面



吸気口



- 異常・故障時にはただちに使用を中止する

- ・電源コードや電源プラグが異常に熱い
- ・電源コードを折り曲げると通電したり、しなかつたりする
- ・いつもより異常に熱くなったり、焦げ臭いにおいがする
- ・触るとビリビリ電気を感じる
- ・自動的に切れないとがある

- ・モーターの回転が止まったり、遅かったり不規則なときがある
- ・運転中に異常に音がする
- ・水漏れする
- ・その他の異常・故障がある

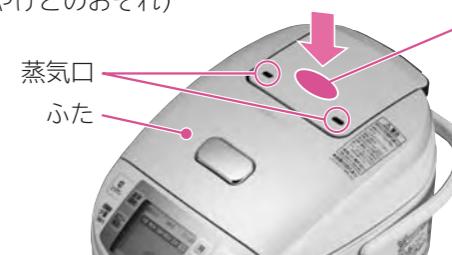


炊飯時 調理時 やけどを防ぐために (炊飯中は圧力がかかるため取り扱いを誤ると危険です)



●蒸気キャップを取り付ける

(ふきこぼれや、蒸気が勢いよく出てやけどのおそれ)



蒸気キャップをふたの凹み部に合わせ、蒸気キャップ上面前方中央部を止まるまで押し下げて取り付ける

- 炊飯・調理の前にふた加熱板とプレートを外して調圧弁と安全弁、蒸気センサー穴にごはんなどの異物が付いていないことを確認する
- また、フィルターとプレートを忘れずに取り付ける

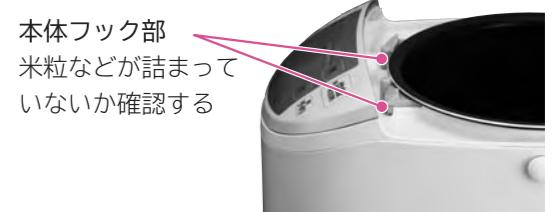
(湯がふき出したり、突然ふたが開いてやけどのおそれ) → P.15



- ふたは前方中央部を押して「カチッ」と音がするまで確実に閉める



- フック部に米粒などが詰まったときは、ようじなどでかき出す



⚠ 警告

炊飯時 調理時 やけどを防ぐために (炊飯中は圧力がかかるため取り扱いを誤ると危険です)

高温の蒸気が勢いよく出てやけどのおそれ

- 蒸気口に手や顔を近づけない

炊飯・調理中は高温の蒸気が勢いよく出ることがあります。特に乳幼児に触れさせないように注意してください。

- 蒸気口や蒸気キャップに触れない

炊飯・調理中や直後は蒸気が出でていなくても熱いことがあるので触れないでください。

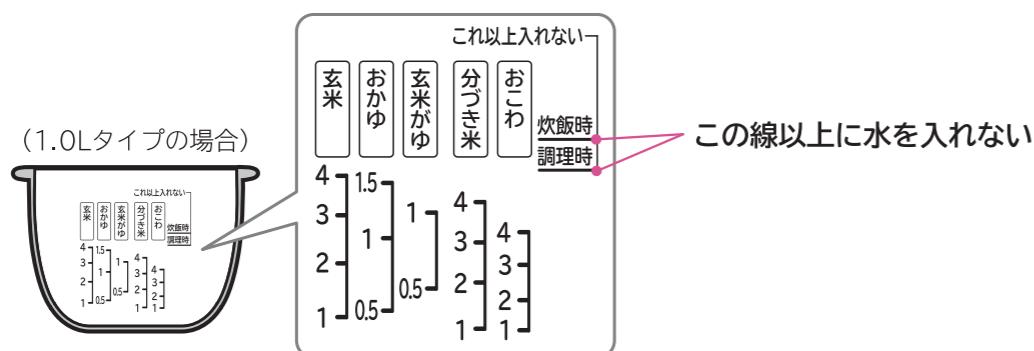
- 炊飯・調理中はふたを開けたり、本体を揺らしたり、持ち運びしたりしない

- 子供だけで使わせたり、乳幼児の手の届く所で使わない



食材がとび出したり、湯がふき出したり、突然ふたが開いてやけどのおそれ

- 内がまの「これ以上入れない」の線以上に水を入れない



- 取扱説明書・料理集に記載の炊飯および調理メニュー以外の用途には使わない

次のような料理には使わない

- ねりもの (はんぺんなど) や豆類、麺類などの加熱中にふくらむ食材の煮込み料理 (赤飯は、ささげを別にゆでてから調理します。詳しくは料理集をご覧ください ➔ P.43)
- 急激にあわの出る「重そう」などを使う料理
- 多量の油を入れる料理
- 「カレー」や「シチュー」のルーなど、のり状になる料理
- ジャムなど泡立つ料理
- 食材をポリ袋などに入れて炊飯器で加熱する料理

- 青菜、トマトなど薄皮状のものが浮きやすい野菜、食材を入れた料理や、クッキングシート、アルミ箔、ラップを使った料理はしない (料理集に記載の蒸し調理を除く)

⚠ 警告

炊飯時 やけどを防ぐために (炊飯中は圧力がかかるため取り扱いを誤ると危険です)

高温の蒸気が勢いよく出てやけどのおそれ

- 圧力炊飯中 (圧力の表示点灯時) はふたを開けない

圧力がかかるため無理に開けるのは危険です。

食材がとび出したり、湯がふき出たりやけどのおそれ

- 炊飯中にふたをやむを得ず開けるときは、「切 (とりけし)」ボタンを押して炊飯を中止し、点滅している圧力の表示が消えてから (約30秒後)、ふたを開ける

・圧力が抜けて蒸気口から蒸気が勢いよく出ますので注意してください。

・炊飯を続ける場合は、お米・メニューの選択を確認し、「炊飯 (再加熱)」ボタンを押してください。炊飯を中止した状態によってはうまく炊き上がらないことがあります。

⚠ 調理時 やけどを防ぐために

食材がとび出したり、湯がふき出したり、突然ふたが開いてやけどのおそれ

- 調理中はふたを開けない

ふたをやむを得ず開けるときは、「切 (とりけし)」ボタンを押して調理を中止してから (約30秒後)、ふたを開けてください。

⚠ 注意

こんなところで使わない

- 水のかかるところや、火気の近く (感電・漏電・火災の原因)

- 不安定な場所や、熱に弱い敷物の上 (けが・火災の原因)

- 荷重強度が不足しているスライド式テーブルの上では使わない (テーブルが破損して本体が落ちて、けがややけどの原因)

- 吸気口・排気口をふさぐような敷物の上、アルミ箔の上 (過熱・やけどの原因)

- 壁や家具の近く、またキッチン用収納棚を使うときは、中に蒸気がこもらないようにする (結露で、壁や家具の変色・変形の原因)

- ふたが完全に開かない場所 (プレートに触れたり、熱いしづくがたれて、やけどの原因)

⚠ 注意

電源プラグの取り扱い



- 使用時以外は電源プラグをコンセントから抜く
(絶縁劣化による感電・漏電による火災・やけど・けがの原因)



- 電源プラグを抜くときや、巻き取るときは電源コードを持たずに電源プラグを持つ
(けが・火災の原因)

⚠ 注意

保温時 次のような使いかたはしない



- 次のような保温はしない。においや変色の原因になります。
- 保温時間以上の保温をしない
- 再加熱を繰り返し行わない



- 炊飯・調理をするときは炊きかた・調理メニューを確認する
水量の多い「雑炊」を他の調理メニューで間違えて炊いたり、「おかゆ」を他の炊きかたで炊くと、多量にふきこぼれて危険です。
- お手入れは、電源プラグを抜き、本体が冷めてから行う
(やけどの原因)
- ふた加熱板は冷めてから外す
- プレートは冷めてから外す
(熱湯がこぼれるおそれ)
- ふたを完全に開けてからごはんをよそう
(熱いしづくがたれるおそれ)



- 使用中や使用直後は、内がま、ふた加熱板、プレートや蒸気キャップなどの高温部に触れない



- 本体を持ち運ぶときはフックボタンに触れない
(ふたが開くおそれ)

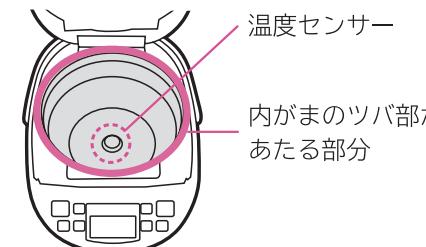
- 炊飯中はハンドルを立てない
(ハンドルが蒸気で高温になるおそれ)

お願い

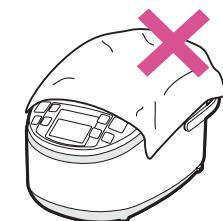
故障や誤動作を防ぐために

- 空だきはしない
(過熱の原因)

内がまのツバ部や底の部分



- 異物が付いたまま使わない
特に右図の部分はきれいにする
(故障やうまく炊けない原因)



- 内がまを、直火にかけたり電子レンジで加熱したり、電磁調理器などに使用しない
(変形したり、フッ素被膜がはがれる原因)

- ふきん・タオルなどで、ふたを覆った状態で使わない
(変色・変形・故障の原因)

- テレビ・ラジオ・インターホン・コードレス電話の近くで使わない (雑音や画面のちらつきの原因)

- 本体を落としたり、破損したときは使用を中止し、お買い上げの販売店に修理・点検を依頼してください

給水レスオートスチーマーについて

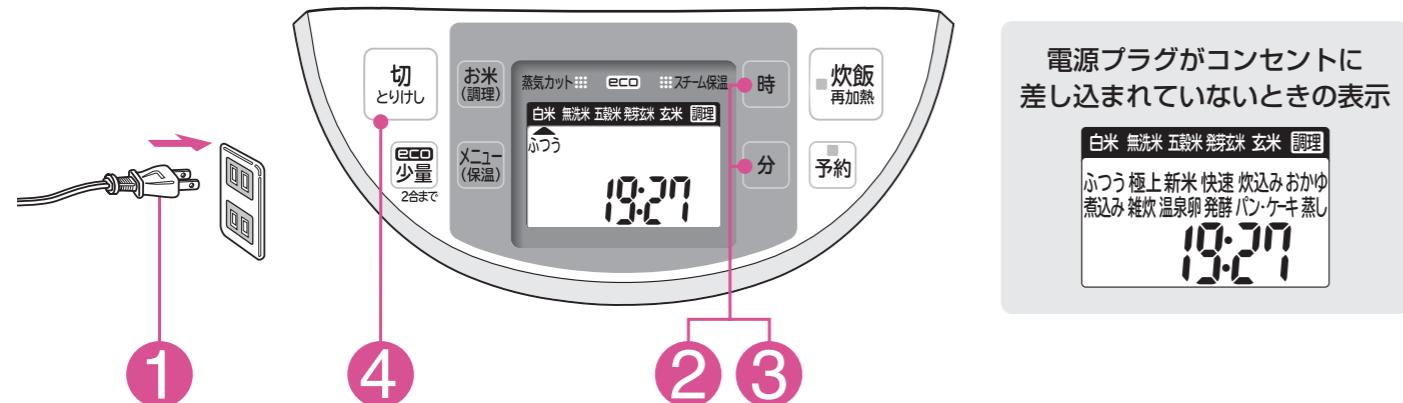
- 炊飯するたびにふた加熱板とプレートを外して洗ってください
(おねばが乾燥・変色したものがたまる原因)

(保温しない場合は水がたまりすぎてごはんにたれる原因)

- プレートを付けないと、スチームによる加湿効果が得られなくなります

現在時刻の合わせかた

- 電源プラグがコンセントに差し込まれていないときも、時計は内蔵電池により動作し、表示しています。
- 時計は室温により、1ヶ月に約2分程ずれことがあります。以下の手順で現在時刻に合わせてください。



例)「19:27」を「20:30」にするとき

- 電源プラグをコンセントに差し込む
- 時 または 分 を約1秒間押し、時刻表示を点滅させる
- 時 および 分 を押し、「20:30」にする
 - ボタンを押すごとに時刻が変わります。
 - 時 は1時間単位、 分 は1分単位で進みます
 - 押し続けると早送りします
- 切 (とりけし) を押し、時刻表示を点灯に変える

お米・炊きかたの表示は一例

- 炊飯・調理中、保温中、予約中、再加熱中は時刻合わせできません。
- 設定されているお米・炊きかたと、現在時刻が表示されます。

現在時刻点滅中に「eco少量」ボタンを約3秒間押すと、「12:00」表示(昼の12時)になり、起点に戻ります。

時計は24時間表示で、夜中の12時は0:00に、昼の12時は12:00に合わせます。

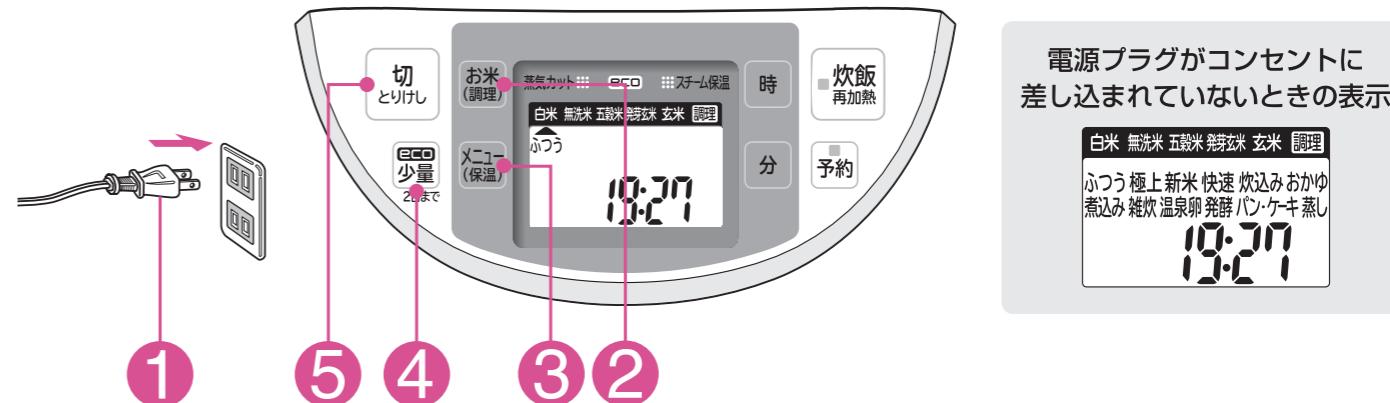
「切 (とりけし)」ボタンを押さないと、約1分後に自動的に時刻合わせ完了となります。

炊飯・調理中、保温中、予約中、再加熱中に現在時刻を確認したいときや、SVタイプで表示窓をライトアップさせたいときは

「時」または「分」ボタンを押すと、現在時刻を3秒間表示し、元の表示に戻ります。SVタイプは、約1分間表示窓をライトアップしますので、予約時刻や炊きかた・調理メニューを確認したいときに便利です。

メロディー音の切り替えかた

- 炊飯や調理の開始と終了をメロディー音でお知らせします。
- 工場出荷時は「メロディー(標準)」に設定されています。
- 「メロディー(低音)」または「ブザー」に切り替えできます。以下の手順で切り替えてください。



- 電源プラグをコンセントに差し込み、内がまを本体にセットする
- お米 (調理) を押し、▲を「調理」に合わせる
 - ボタンを押すごとに▲が移動します。
- メニュー (保温) を押し、「雑炊」を点滅させる
 - ボタンを押すごとに点滅が移動します。
- eco 少量 を約5秒間押し続ける
 - ボタンを約5秒間押すごとに鳴る音が変わります。
- 切 (とりけし) を押す

電源プラグがコンセントに差し込まれていないときの表示

白米 無洗米 五穀米 雑穀米 玄米 調理
ふつう 極上新米 快速炊込みおかゆ
煮込み 雑炊 温泉卵発酵パン・ケーキ蒸し
19:27

●設定されているお米・炊きかたと、現在時刻が表示されます。

●鳴った音に切り替わります。
●次に切り替えるまで設定を記憶します。

炊飯の準備(おいしく炊く準備のポイント)

お米の準備をする

1 お米を計量する

- 無洗米は無洗米用計量カップ(グリーン)を使ってください。

付属品の計量カップで正しく計る



1カップはすりきり1杯

付属品計量カップの 1カップ(すりきり1杯)量	
白米用	約180mL(約1合)
無洗米用	約170mL(約1合)

お願ひ 市販の計量カップや計量米びつは使わないでください。
(お米の量が異なることがあります)

2 お米を研ぐ

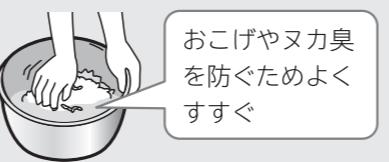
- 無洗米は底からかき混ぜ、にごる場合はすすぐでください。
(にごりは、うまく炊けない原因になることがあります)

最初はたっぷりの水でかき混ぜ、水を素早く捨てる



お米は最初の水を吸いやすいので、又力臭が付かないように素早く捨てる

「研ぐ→すすぐ」を水がきれいになるまで繰り返す



おこげや又力臭を防ぐためよくすすぐ

お願ひ 内がまで研ぐ場合は、金属製の泡立て器などを使わないでください。
(フッ素被膜がはがれことがあります)

3 水加減をする

お米を平らにならし、水平なところに置き

お米の種類や量、炊きかたに合った水位目盛で水加減する



水位線は目安です。お好みにより水加減を調整してください。
ただし、「軟」の目盛以上は水を入れないでください。
(ふきこぼれる場合があります)

- お願ひ
 - お湯は使わないでください。(ベタつきの原因)
 - アルカリ度の高い水で炊飯すると、ごはんがベタついたり、黄変する場合があります。また、硬度の高い水(海外のミネラルウォーターなど)で炊飯すると、ごはんがばさついたり、硬くなる場合があります。お好みにより水加減してください。
 - 新米を炊くときは、「硬」の水位線を目安に水加減を少なめにしてください。水分の多い新米を、ベタつきを抑えて炊くためです。
 - 雑穀を炊くときはの水加減は、市販の雑穀米の説明書(袋などに記載)も参考にしてください。

本体の準備をする

4 内がまを本体にセットする

内がま外側や底部の水気や異物をふき取ってから、本体にセットする

外側の水気や異物をふき取る

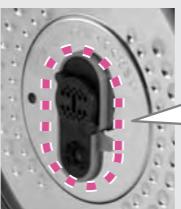


お願ひ 内がま外側に水気や異物が付いたままセットしないでください。(故障やうまく炊けない原因)

5 ふたを確認する

フィルター、調圧弁、安全弁に詰まりや汚れがないことを確認する

→ P.26,27



異物は取り除く

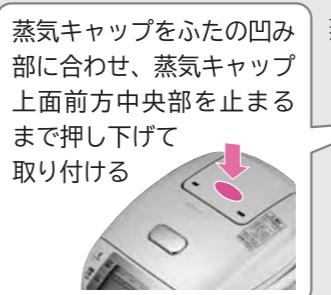


給水レスオートスチーマーを取り付ける → P.26,27

!
警告
炊飯・調理の前にふた加熱板とプレートを外して調圧弁と安全弁にごはんなどの異物が付いていないことを確認する
また、フィルターとプレートを忘れずに取り付ける
(湯がふきだしたり、突然ふたが開いてやけどのおそれ)

6 ふたを閉める、蒸気キャップを取り付ける

ふたは、「カチッ」と音がするまで、ゆっくりと確実に閉め、蒸気キャップを取り付ける

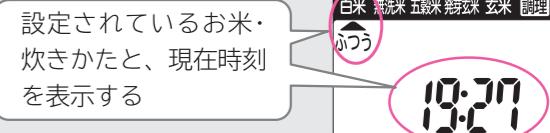
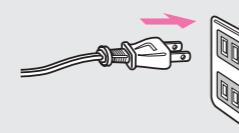


蒸気口 蒸気キャップ

カチッ

!
警告
●ふたは前方中央部を押して「カチッ」と音がするまで確実に閉める
(突然ふたが開いてやけどのおそれ)
●蒸気キャップを必ず取り付ける
(ふきこぼれや、蒸気が勢いよく出てやけどのおそれ)

7 電源プラグをコンセントに差し込む



設定されているお米・炊きかたと、現在時刻を表示する

お知らせ 電源プラグをコンセントに差し込んだとき、カチッと音がしたり火花が出る場合がありますがインバーター回路に充電するため故障ではありません。

準備を終えたら、炊飯します

●すぐ炊飯する場合 (白米、無洗米の炊飯)

→ P.16,17

●すぐ炊飯する場合 (五穀米(雑穀米)、発芽玄米、玄米、分づき米、麦ごはん、もち米(おこわ)の炊飯)

→ P.18,19

●調理をする場合

→ P.24,36

●予約炊飯をする場合 (食べたい時刻に炊き上げる)

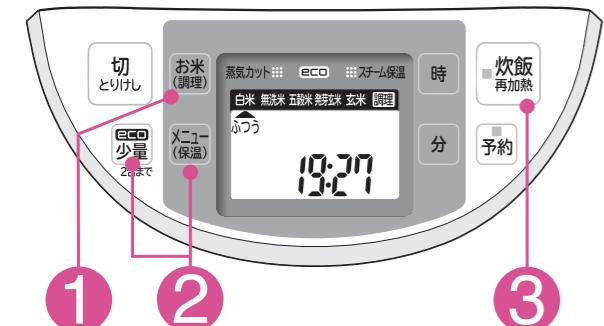
→ P.20

●浸し炊飯をする場合 (お米を浸してから炊く)

→ P.21

炊飯をする

すぐ炊飯をする(白米、無洗米の炊飯)



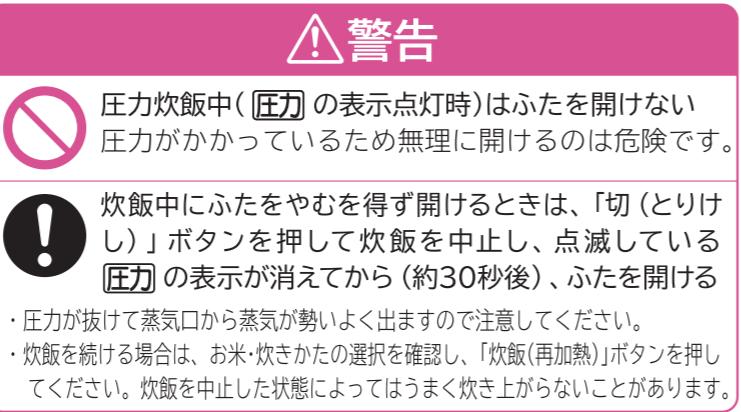
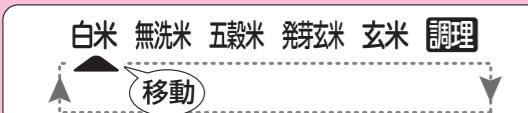
! 注意

1

! 炊きかたを確認する
水量の多い「おかゆ」を他の炊きかたで間違えて炊くと多量にふきこぼれて危険です。

2

お米 (調理) を押し、
炊飯する「お米」に ▲ を合わせる
●ボタンを押すごとに ▲ が移動します。



表示は「白米」の「極上」を選んだ場合の例

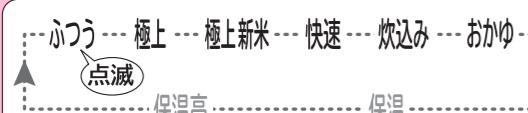


炊飯時間の目安表示
1.0Lタイプ: 3カップ
1.8Lタイプ: 6カップ
を炊飯したときの目安時間です。
●「炊込み」「おかゆ」は現在時刻を表示します。

2

メニュー (保温) を押し、
希望の「炊きかた」を点滅させる

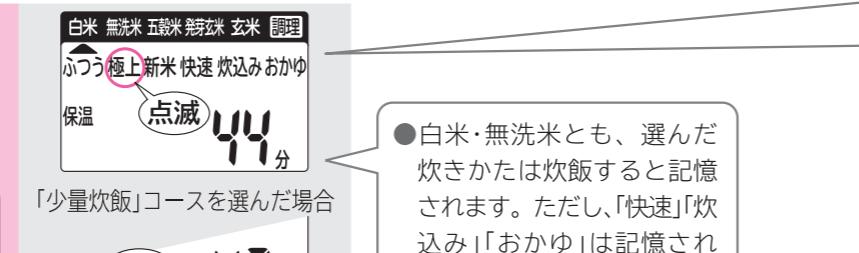
●ボタンを押すごとに点滅が移動します。



●少量のごはんを炊くときは少量に適した「少量炊飯」コースをおすすめします。

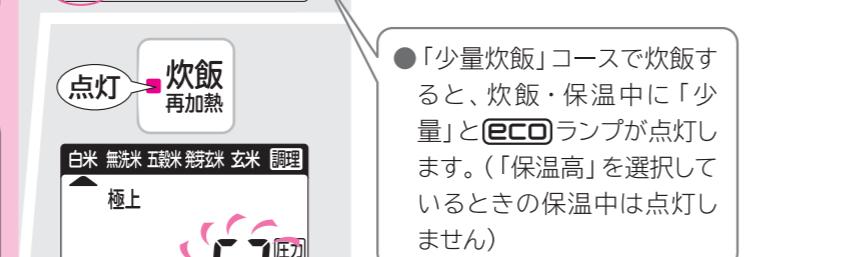
1.0Lタイプ: 2カップ(2合)以下  を押す
1.8Lタイプ: 3カップ(3合)以下

●一度選ぶと「少量炊飯」コースを記憶します。
もう一度押すと解除します。

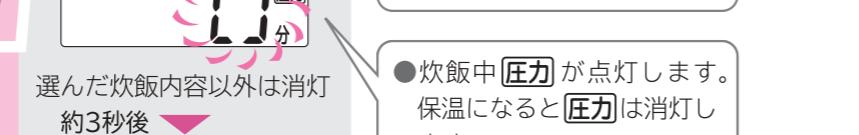


「少量炊飯」コースを選んだ場合
点滅 42分

●白米・無洗米とも、選んだ炊きかたは炊飯すると記憶されます。ただし、「快速」「炊込み」「おかゆ」は記憶されず「ふつう」に戻ります。



●「少量炊飯」コースで炊飯すると、炊飯・保温中に「少量」と  ランプが点灯します。(「保温高」を選択しているときの保温中は点灯しません)



●炊飯中  が点灯します。
保温になると  は消灯します。

3

炊飯 (再加熱) を押す

メロディー(ブザー)が鳴って炊飯開始
●炊飯(再加熱)ランプが点灯します。

メロディー(ブザー)が鳴ったら炊飯終了
自動的に保温になります
●スチーム保温ランプが点灯します。

炊き上がったらごはんをほぐす

白米、無洗米の炊きかたの使い分け

こんなときに	選ぶお米とおすすめの炊きかた	炊飯できる量(カップ)	使う水位線	少量炊飯	炊飯時間の目安(分)
標準的な炊飯に	お米(調理) ふつう	1.0Lタイプ: 0.5~5.5 1.8Lタイプ: 1~10	ふつう	設定できます	36~60
よりねばり・甘みを引き出したいときに	メニュー(保温) 極上	1.0Lタイプ: 0.5~5.5 1.8Lタイプ: 1~10	白米無洗米	極上新米快速炊込みの標準・軟・硬をお好みで	42~62
短時間で炊飯したいときに	メニュー(保温) 極上新米	1.0Lタイプ: 1~5.5 1.8Lタイプ: 1~10	快速	設定できません	45~59
炊込み(具を入れた)ごはんに	メニュー(保温) 快速	1.0Lタイプ: 1~4 1.8Lタイプ: 2~7	炊込み	25~50	45~75
おかゆ(全がゆ)に	メニュー(保温) おかゆ	1.0Lタイプ: 0.5~1.5 1.8Lタイプ: 0.5~2.5	おかゆ	おかゆ	65~80

●「極上」とは「ふつう」で炊くより、少し時間をかけて、しっかり浸しや蒸らしをおこない、ごはんのねばりと甘みを引き出す炊きかたです。
●「極上」の炊きかたで炊く場合、ごはんの量は中量(1.0Lタイプで2~4カップ、1.8Lタイプで3~7カップ)がおすすめです。ふたの加熱を強くしてごはんをじっくり蒸らすため、中量以上のごはんを炊くとごはんの表面が硬めになることがあります。
●新米や、吸水が早くベタつきやすいお米を炊くときは、「極上新米」を選んで炊いてください。水分の多いお米を、ベタつきを抑えて炊き上げます。
●「快速」は、時間を優先した炊きかたなので、ごはんの表面が水っぽくなったり、硬めに炊き上がります。
●炊飯中  が点灯します。保温になると  は消灯します。
●少量のごはんを炊くときは、「少量炊飯」コースをおすすめします。ごはんの煮くずれや焦げを抑えて、ふっくら炊き上げます。
●市販の炊込みごはんの素を使用するときは、具をお米の上にのせるようにし、かき混ぜないでください。
●蒸気の出る量は、炊きかたによって異なります。
※炊飯時間の目安は、電圧100V・室温20°C・水温18°Cでの目安です。※炊飯時間は、電圧・室温・水加減・お米の種類などにより変わります。

●炊き上がるまでの時間は前回までの炊飯時間や水の温度などを参考に、炊飯器が計算する目安の時間です。
●本体が温かいと炊き上がるまでの時間が表示されない場合があります。
●炊き上がるまでの時間の表示が炊飯の途中で一度に進んだり、止まることがあります。これはおいしく炊くための調整です。
●「炊込み」「おかゆ」は具の量やお米の量によって炊き上がるまでの時間が大幅に変わるために、現在時刻を表示します。炊き上がるまでの時間は、炊き上がる数分前から表示します。

●圧力式で蒸気が抜けにくいため、炊飯直後にふたを開けるとつゆがたれことがあります。
●炊き上がったごはんの中央部が、ややくぼんだり、内がまに触れている部分がやわらかくなることがあります。これはIH加熱により内がま自体が発熱し、お米をつつみ込んで炊き上げるためです。
●ほぐさないと余分な蒸気を吸ってベタついたり固まることがあります。

フックボタンが重く感じるとき

① ふたの前方中央部を押しながら

② フックボタンを押す



すぐ炊飯をする(五穀米(雑穀米)、発芽玄米、



1 2 3

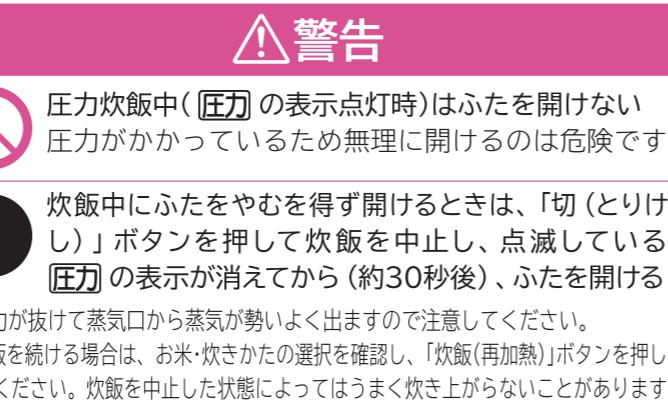
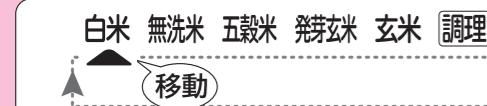
注意

1 炊きかたを確認する
水量の多い「おかゆ」を他の炊きかたで間違えて炊くと多量にふきこぼれて危険です。

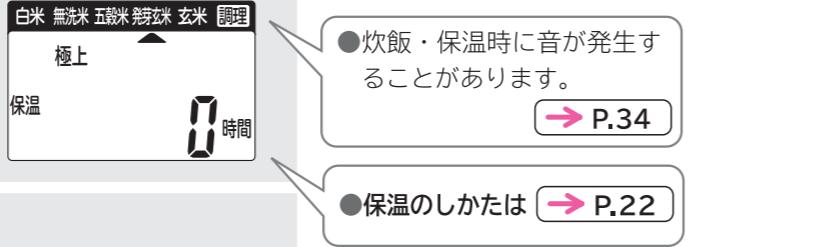
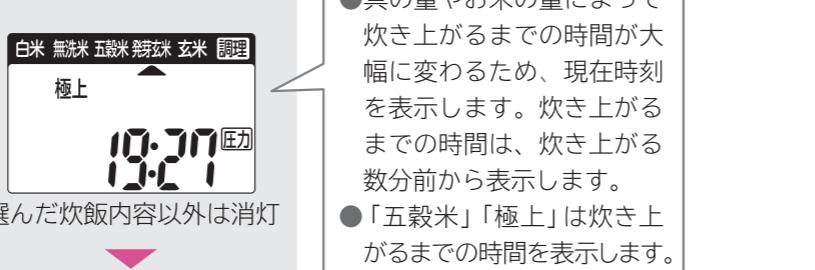
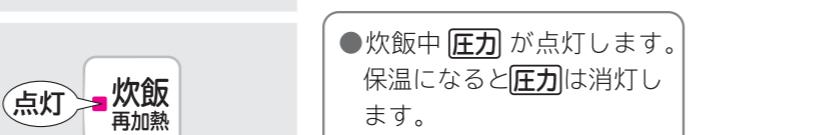
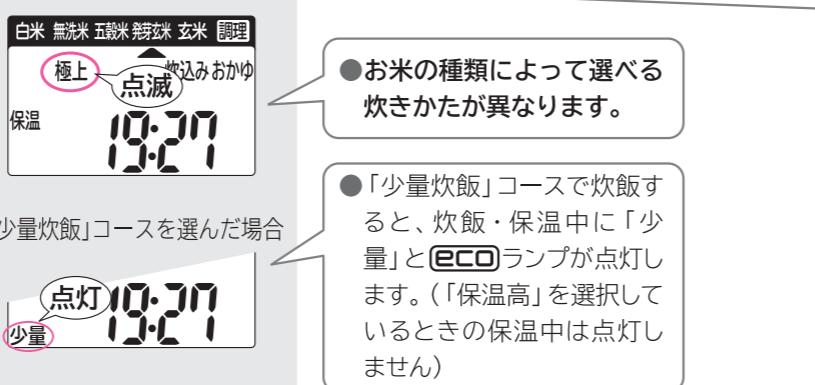
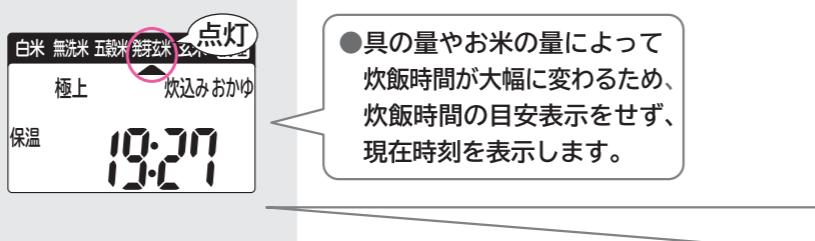
1

お米(調理)を押し、

炊飯する「お米」に ▲ を合わせる
●ボタンを押すごとに ▲ が移動します。



表示は「発芽玄米」の「極上」を選んだ場合の例



3

炊飯(再加熱)を押す

メロディー(ブザー)が鳴って炊飯開始
●炊飯(再加熱)ランプが点灯します。

メロディー(ブザー)が鳴ったら炊飯終了
自動的に保温になります
●スチーム保温ランプが点灯します。

炊き上がったらごはんをほぐす

玄米、分づき米、麦ごはん、もち米(おこわ)の炊飯

いろいろなお米と炊きかたの使い分け

↓ の炊きかたは炊飯開始後、炊き上がるまでの時間を表示します。
↓ の炊きかたは炊飯開始後、現在時刻を表示します。

こんなときに	選ぶお米と 選べる炊きかた	炊飯できる量 (カップ)	使う 水位線	少量 炊飯	炊飯時間の 目安(分)
五穀米(雑穀米)を白米に入れて炊飯するときに	お米(調理) メニュー(保温) 五穀米 発芽玄米 玄米 白米	1.0L 1.8L タイプ タイプ	1~5.5 1~10	設定できます 設定できません 設定できます 設定できません 設定できません 設定できません	77~100 77~100 44~65 44~65 78~105 65~95
発芽玄米を白米に入れて炊飯するときに	五穀米 発芽玄米 玄米 白米	1~4 1~4 1~4 1~4	2~7 2~7 2~7 2~7	極上新米快速炊込みの標準・軟・硬をお好みで 玄米分づき米は分づき米 玄米 玄米がゆ 分づき米 おこわ	44~65 44~65 90~110 80~110 45~75 45~75
発芽玄米、玄米、分づき米だけで炊飯するときに	炊込み おかゆ 極上 玄米 麦ごはん 白米	0.5~1.5 0.5~1.5 1~4 0.5~1 1~4 1~4	0.5~1.5 0.5~1.5 2~7 0.5~1.5 2~7 2~7	おかゆ 玄米がゆ 玄米 玄米がゆ 分づき米 おこわ	78~105 65~95 90~110 80~110 45~75 45~75
炊飯中圧力が点灯します。保温になると圧力は消灯します。 ●少量のごはんを炊くときは、「少量炊飯」コースをおすすめします。ごはんの煮くずれや焦げを抑えて、ふっくら炊き上げます。 ●市販の炊込みごはんの素を使用するときは、具をお米の上にのせるようにし、かき混ぜないでください。 ●蒸気の出る量は、炊きかたによって異なります。 ※炊飯時間の目安は、電圧100V・室温20°C・水温18°Cでの目安です。 ※炊飯時間は、電圧・室温・水加減・お米の種類などにより変わります。	炊飯中圧力 が点灯します				

いろいろなお米を炊くときのポイント

- 五穀米は、白米の3割以下の量を混ぜてください。
- 五穀米は、5種の雑穀(五穀)に限らず、より多くの種類の雑穀を混ぜたものでも炊飯できます。
- 発芽玄米は、白米の5割以下の量を混ぜてください。5割以上の量で炊飯する場合は、お米の種類・水位線とも「玄米」で炊飯してください。
- 分づき米は、精白米に近い7分づきの場合、白米の水位線で水加減し「白米極上」又は「白米極上新米」で炊いてください。
- おこわは、もち米1カップに対し、白米(うるち米)を0.5カップの割合を目安に混ぜて炊飯します。
(もち米だけでは炊飯できません) お赤飯は ➡ P.43 の割合を目安に混ぜてください。
- 五分がゆは、お米の量を「おかゆ」の約半分にしてください。

予約炊飯をする(食べたい時に炊き上げる)

- 予約時刻は「予約1」と「予約2」の2通り設定できます。工場出荷時は「予約1」に6:00、「予約2」に18:00が設定されています。
- 予約時刻は炊き上がりの時刻です。
- 近接した時刻の場合は、すぐに炊飯が始まります。(予約ランプは点灯しません)



例)「予約1」に「7:30」の予約炊飯を設定するとき

現在時刻を確認し、
ずれているときは直す [P.12](#)

1 お米と炊きかたを選んでから
予約を押し、「予約1」を点灯させる
●ボタンを押すごとに点灯が変わります。
予約1 予約 2 浸し 30分

**2 時 または 分 を押し、
炊き上がり時刻「7:30」を設定する**
●ボタンを押すごとに時刻が変わります。
・ 時 は1時間単位、 分 は10分単位で進みます
・ 押し続けると早送りします

3 炊飯 (再加熱) を押す
ブザーが「ピーピー」と鳴って予約完了
●炊飯(再加熱)ランプが消灯し、予約ランプが点灯します。
メロディー(ブザー)が鳴ったら炊飯終了
自動的に保温になります
●スチーム保温ランプが点灯します。

表示は「白米」の「ふつう」を選んだ場合の例

お願い
●「炊込み」は予約炊飯をしないでください。(具の変質や調味料が沈殿してうまく炊けません)
●予約は12時間以内を目安にしてください。

浸し炊飯をする(お米を浸してから炊く)

- 浸し時間は工場出荷時は30分が設定されています。
- 浸し時間に応じて浸し中の温度を制御し、お米に水を十分吸わせてから炊き始めます。
- 浸す時間の目安は夏場30分程度、冬場60分程度をおすすめします。
- 予約炊飯との組み合わせはできません。



例)「60分」の浸し炊飯にするとき

1 お米と炊きかたを選んでから
予約を押し、
浸し時間(例:30分)を点灯させる
●ボタンを押すごとに点灯が変わります。
予約1 予約 2 浸し 30分

2 分 を押し、浸し時間「60」を選ぶ
●ボタンを押すごとに時間が変わります。
浸し 30分 浸し 40分 浸し 50分
浸し 20分 浸し 30分 浸し 60分

3 炊飯 (再加熱) を押す
ブザーが「ピーピーピーピーピーピー」と鳴って浸し炊飯開始
●炊飯(再加熱)ランプが消灯し、予約ランプが点灯します。
メロディー(ブザー)が鳴ったら炊飯終了
自動的に保温になります
●スチーム保温ランプが点灯します。
炊き上がったらごはんをほぐす

表示は「白米」の「ふつう」を選んだ場合の例

お願い
●「炊込み」は浸し炊飯をしないでください。(具の変質や調味料が沈殿してうまく炊けません)

●お米と炊きかたの選びかた [P.16~19](#)

●工場出荷時設定時間か前回設定時間を表示します。

●設定時間は記憶されます。
●浸し炊飯の取り消しは「切(とりけし)」ボタンを押します。

●保温のしかたは [P.22](#)

保温をする

保温できるごはん・できないごはん

炊飯が終了すると自動的に保温になります

- スチーム保温ランプが点灯します。

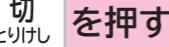
点灯 

お願い お米の種類によっては、保温すると変質・におい・ベタつく場合がありますので、下表に従って保温をやめてください。

白米・無洗米の保温					
ふつう	極上	極上新米	快速	炊込み	おかゆ
	●「保温」(低めの保温温度)での保温は40時間(SXタイプは24時間)以内、 「保温高」(高めの保温温度)での保温は12時間までにしてください。		●保温しないでください。 (変質・におい・ベタつきの原因になります)		
五穀米(雑穀米)の保温					
極上	炊込み	極上	炊込み	おかゆ	炊込み
	●保温は12時間までにしてください。 (12時間以内でも、苦み・におい・ベタつきが生じることがあります)		●保温しないでください。 (変質・におい・ベタつきの原因になります)		
発芽玄米、玄米、分づき米の保温					
麦ごはん、もち米(おこわ)の保温					

●保温中はふたの内側・内がまにつゆがつきますが、ごはんの乾燥を防ぐため故障ではありません。

保温をやめるときは

保温中に  を押す

- スチーム保温ランプが消灯します。

消灯 

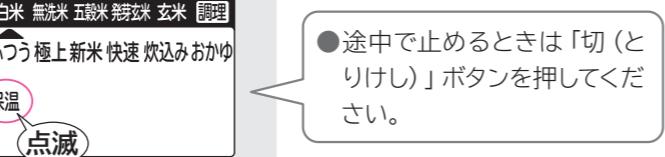
「切」状態から保温にする

1 メニュー(保温)を押し、希望の保温を点滅させる

- ボタンを押すごとに点滅が移動します。

ふつう … 極上 … 極上新米 … 快速 …
保温高 … 保温 … 炊込み … おかゆ

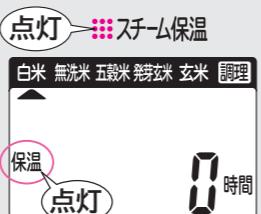
表示は「保温」を選んだ場合の例



- 途中で止めるときは「切(とりけし)」ボタンを押してください。

2 炊飯を押す

- スチーム保温ランプと選択した保温のコースが点灯します。
- 「切」状態から保温にしたときは、ECOランプは点灯しません。



- 保温の経過時間を0時間～40時間(SXタイプは24時間)まで1時間単位で表示します。(41時間(SXタイプは25時間)後に現在時刻表示になります)

保温中での「保温」と「保温高」の切り替えかた

●保温は「保温」と「保温高」の切り替えができます。(工場出荷時は設定は「保温」です)

「保温」：低めの温度で保温します。ごはんの変色や乾燥を少なくし、電気代も抑えます。

保温時間は40時間(SXタイプは24時間)以内にしてください。

「保温高」：高めの温度で保温します。ふたの内側・内がまにつゆがつくのを抑えます。保温時間は12時間以内にしてください。

「保温高」を選択すると、「少量炊飯」コースを選択しても保温中は「少量」とECOランプが点灯しません。

保温中にメニュー(保温)を押し、希望の保温を点灯させる

- ボタンを押すごとに点灯が変わります。

保温 … 保温高 … 保温自動切 … 保温高自動切 …



- 一度設定した保温のコースは、炊飯器が記憶します。

おいしく保温するポイント

- 保温中もときどきほぐす。
- ごはんの量が少なくなってきたら、なるべく内がまの中央に盛る。(乾燥やベタつきを防ぎます)
- 保温時間は短めにする。40時間(SXタイプは24時間)以上の保温をしない。(においや変色の原因になります)
- お米をよく研がないで炊いたごはんの保温、しゃもじを入れたままの保温、冷えたごはんの保温はしない。
- ごはんをラップに包んで冷凍庫に保存し、電子レンジで温め直してもおいしく食べられます。

保温を自動で切るには

●保温を設定時間で自動で切ることができます。
「保温」「保温高」どちらも設定することができます。

1

保温中に  を押し、
「保温自動切」または
「保温高自動切」を選ぶ



- 工場出荷時は4時間後の設定になっています。

2

時 および 分 を押し、
保温を切るまでの時間を設定する



- 10分単位で10分後から11時間50分後まで設定できます。

約30秒経過すると「ピッ」と鳴って
自動で切れる時刻の表示に変わり
設定終了



- 設定した切れるまでの時間から切れる時刻を計算して表示します。

●保温自動切を設定すると保温が切れるため内がまや給水レスオートスチーマーに多量につゆがつきます。

●残りごはんは変質を防ぐため、早めに内がまから取り出してください。

保温中のごはんを再加熱する

●保温中のごはんの温度が低く感じるときは、お好みで再加熱してください。

●ごはんの量は「白米」の水位目盛3以下を目安にしてください。

●ほぐして平らにしてから再加熱をしてください。(加熱むらの原因)

保温中に 炊飯再加熱 を押す

- 炊飯(再加熱)ランプが点灯します。
- 約10分間自動的に再加熱します。



メロディー(ブザー)が鳴ったら再加熱終了
自動的に元の保温に戻ります

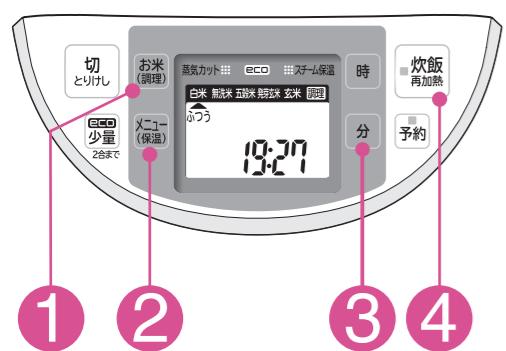
- スチーム保温ランプが点灯します。



- 炊飯終了後のごはんが熱いときや、保温をやめた後などごはんが冷えているときは、ブザーが鳴り再加熱できません。

- 途中で止めるときは「切(とりけし)」ボタンを押してください。

調理をする(煮込み、雑炊、温泉卵、発酵、パン・ケーキ、蒸しの調理) (バラエティー調理)



⚠️ 警告

- 取扱説明書・料理集に記載の炊飯および調理メニュー以外の用途には使わない
- 調理中はふたを開けない
ふたをやむを得ず開けるときは、「切」ボタン押して調理を中止してから(約30秒後)、ふたを開けてください。(やけどに注意してください)

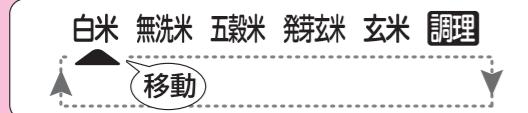
表示は「発酵」の「40分」を選んだ場合の例

⚠️ 注意

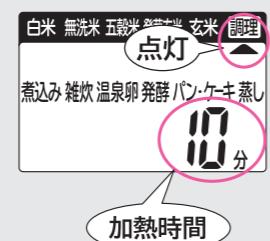
- 調理をするときは調理メニューを確認する
水量の多い「雑炊」を他の調理メニューで間違えて炊くと多量にふきこぼれて危険です。

1 お米(調理)を押し、 ▲を「調理」に合わせる

- ボタンを押すごとに▲が移動します。

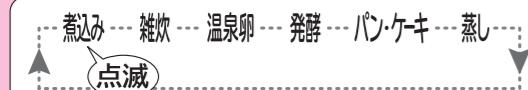


- 調理メニューは蒸気が出ます。

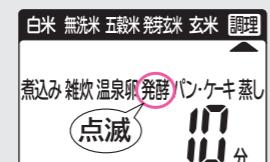


2 メニュー(保温)を押し、 希望の調理メニューを点滅させる

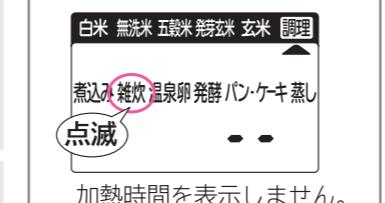
- ボタンを押すごとに点滅が移動します。



- 選んだメニューは、調理すると記憶されます。



- 「雑炊」の加熱時間の設定はできません。ごはんの温度や具材の量により、自動設定されます。



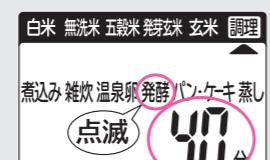
- 加熱時間や調理のしかたは料理集を参照してください。

- | | |
|-----------------|--------|
| 煮込み | → P.49 |
| 雑炊 | → P.52 |
| (加熱時間は自動設定されます) | |
| 温泉卵 | → P.57 |
| 発酵/パン・ケーキ | → P.58 |
| 蒸し | → P.52 |

3 分を押し、加熱時間を設定する

- ボタンを押すごとに時間が変わります。

10分から5分単位で90分まで設定できます



- 加熱時間を表示しません。

- 加熱時間や調理のしかたは料理集を参照してください。

- | | |
|-----------------|--------|
| 煮込み | → P.49 |
| 雑炊 | → P.52 |
| (加熱時間は自動設定されます) | |
| 温泉卵 | → P.57 |
| 発酵/パン・ケーキ | → P.58 |
| 蒸し | → P.52 |

4 炊飯(再加熱)を押す

- メロディー(ブザー)が鳴って加熱開始

- 炊飯(再加熱)ランプが点灯します。

メロディー(ブザー)が鳴ったら加熱終了
調理品を別の容器に移します

お願い 内がまで調理品の保温や保存はしないでください。
(内がまのフッ素被膜が傷みます)



終了時間まで
残り加熱時間
を分単位表示

お手入れ

⚠️ 警告

お手入れは、電源プラグを抜き、本体が冷めてから行う(やけどの原因)

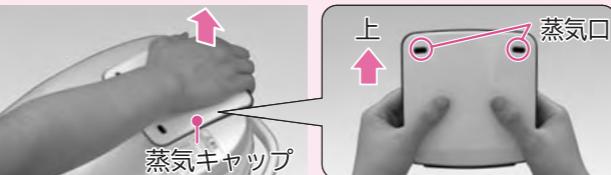
お願い

- ベンジンやシンナー、漂白剤、みがき粉、アルカリ性洗剤は使わないでください。(表面を傷つける原因)
- 洗剤は食器用洗剤(中性)を使ってください。(表面を傷つける原因)
- スポンジなどのやわらかいもので洗い、たわし、ナイロンたわしは使わないでください。(表面を傷つける原因)
- 食器乾燥機や食器洗い乾燥機は使わないでください。(変形・変色の原因)

蒸気キャップ(使うたびに洗う)

本体から外して、食器用洗剤(中性)を使いスポンジなどのやわらかいもので洗ってください。

1 蒸気キャップをふたから外す



蒸気キャップは、中のつゆがこぼれないように、蒸気口を上にして立てて持ってください。

2 ボタンを押しながら、蒸気キャップを開く



3 蒸気キャップ本体と、蒸気キャップカバーの汚れや詰まりを洗い落とす



蒸気キャップをふたの凹み部に合わせ、蒸気キャップ上面前方中央部を止まるまで押し下げて取り付ける。

5 蒸気口を手前にしてふたに取り付ける



本体・ふた(汚れのつど)

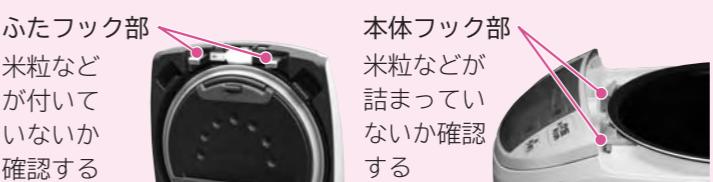
- 固くしぼったふきんでふいてください。
- 水洗いはしないでください。

しゃもじ・蒸し板(使うたびに洗う) しゃもじ受け・計量カップ(汚れのつど洗う)

- 食器用洗剤(中性)を使い、スポンジなどのやわらかいもので洗ってください。

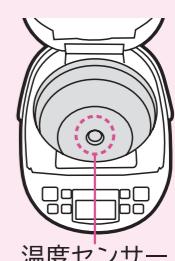
フック部(炊くたびに確認)

- 米粒などが詰まってふたが「カチッ」と閉まらないときは、ようじなどでかき出してください。



温度センサー(炊く前に確認)

- こびりつきができたら、細かい耐水性紙ヤスリ(600番程度)に水をつけてこすり落とし、固く絞ったふきんでふき取ってください。
- 水洗いはしないでください。



お手入れ つづき

給水レスオースチーマー【プレート、ふた加熱板】(使うたびに洗う)

- 給水レスオースチーマーは、ふた加熱板とプレートの組み合わせです。
- ふたから外して、食器用洗剤(中性)を使いスポンジなどのやわらかいもので洗ってください。

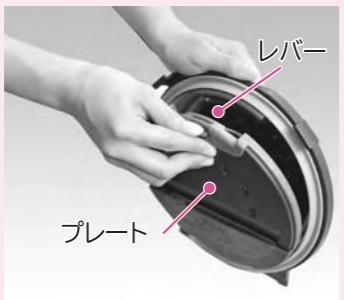
1 給水レスオースチーマーをふたから外す

ふたつまみを持ちながら、着脱レバーを上方に押し上げて外す。



2 給水レスオースチーマーを、ふた加熱板とプレートに分ける

プレートのレバーを押し下げてプレートを外す。



プレートに付いているパッキンは外れないので、引っ張らないでください。変形するとプレート内にたまる水が少なくなります。

3 プレートの汚れや詰まりを洗い落とす

4 ふた加熱板の汚れや詰まりを洗い落とす

調圧弁(炊く前に確認)

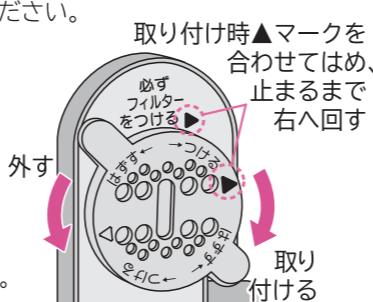
- 調圧弁の裏側を洗ってください。また、フィルターを外して調圧弁の表側も洗ってください。異物が詰まっているときは、綿棒などで取り除いてください。

フィルター(使うたびに洗う)

- フィルターにごはんなど異物が詰まっているときは、外して洗ってください。洗った後は忘れずに取り付けてください。
- フィルターは小さい部品ですので、外したときはなくさないようにしてください。

■外しかた
左に回して手前に引く。

■取り付けかた
▲マークを合わせて差し込み、「カチッ」と止まるまで右に回す。



安全弁(炊く前に確認)

- 安全弁(中央部)にごはんなど異物が詰まっているときは、綿棒などで取り除いてください。
- 安全弁は綿棒などで中央部を2~3度押して動くことを確認してください。

ふた加熱板・ふたパッキン(使うたびに洗う)

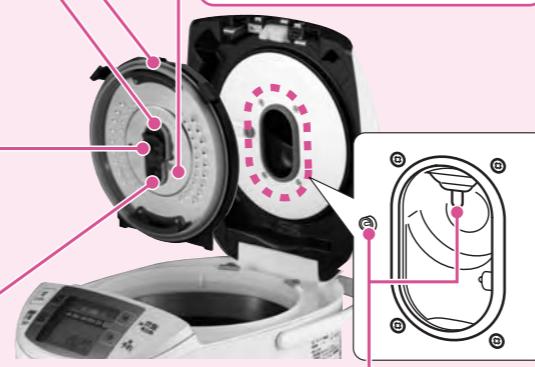
- 一緒に洗ってください。
- ふたパッキンは外れないので引っ張らないでください。変形すると、圧力がかからずうまく炊けない原因になります。

負圧弁(使うたびに洗う)

- 外れないので引っ張らないでください。変形すると、圧力がかからずうまく炊けない原因になります。

お知らせ

ふたパッキン、調圧弁、安全弁、負圧弁は、ふた加熱板から外れません。



蒸気センサー・圧力調整装置

- 押したり、引っ張ったり、無理な力を加えないでください。ゴム部が外れたり、破れたりして故障の原因になります。

5 ふた加熱板にプレートを取り付ける

プレートは、逆さに取り付けないでください。

- ①ふた加熱板の下のガイドに、プレートの下のツメを差し込む。
- ②上のガイドにプレートの上のツメを合わせ、「カチッ」と音がするまで押し込む。



6 給水レスオースチーマーをふたに取り付ける

- ①ふたパッキンを手前にして両側のツメをふたの溝に差し込む。

ツメは、片側のみを差し込んだ状態だと、ふたを閉めるときに、ツメが破損することがあります。



- ②着脱レバーを上方向に押し上げながら、ふた加熱板の上側を押し込み、
- ③着脱レバーを下げる。
- 付け忘れて炊くことを防ぐため、給水レスオースチーマーを取り付けないと、通常の力ではふたが閉まりません。
(内がまがないときはふたが閉まります)



ふた加熱板の錆(サビ)防止について

ふた加熱板はステンレス製ですが、水分中に含まれる鉄分や塩素成分により、錆(サビ)が発生する場合があります。ふた加熱板は、使用後きれいに洗い、水分をよくふき取り、ふた加熱板とプレートを分けて自然乾燥してください。

錆(サビ)が発生してしまったときは

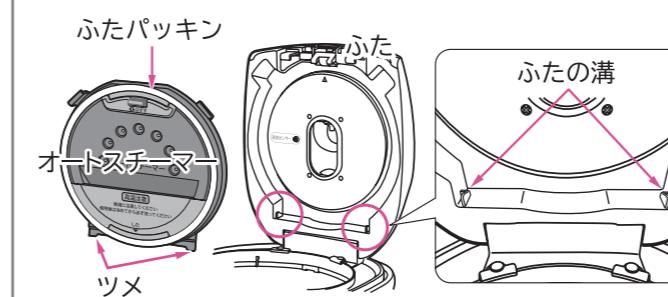
- クリーム(液体)クレンザーを直接かけるか、やわらかいスポンジまたはキッチンペーパーにつけて、こすり取ってください。
- その後は、ふた加熱板をよく洗ってください。
- 錆(サビ)によっては完全に落ちないものもありますので、こまめにお手入れしてください。

調味料を使った料理

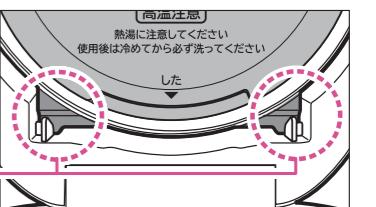
- 炊込みごはんや調理、雑炊などの後は、すぐに洗ってください。汚れたまま放置すると、においが発生したり、場合によっては、腐敗や錆(サビ)の原因になります。



給水レスオースチーマーを取り付けるときのご注意



両側のツメが溝に差し込まれている



両側のツメがふたの溝に差し込まれていないと、ふたを閉めるときにツメが破損したり、変形することがあります。

ツメが溝に差し込まれていない



内がま(使うたびに洗う)

- 本体から外して、食器用洗剤(中性)を使いスポンジなどのやわらかいもので洗ってください。
- 内がまが変形するとおいしく炊けなくなることがあります。取り扱いはていねいにお願いします。
- 使用中、色むらができることがあります。性能や、衛生上の支障はありません。

内がまの内側



●内側のフッ素被膜を傷めないために、次のことをお守りください。

- ・付属のしゃもじを使う
- ・酢は使わない
- ・金属製のおたまや泡立て器などを使わない
- ・みがき粉やたわしで洗わない
- ・スプーンや茶わんなどを入れて洗わない

●内側のフッ素被膜は、ご使用により消耗しますので、大切にお使いください。

●フッ素被膜は、人体への害はありません。

内がまの外側

●水分が残っていると錆(サビ)やすくなります。早めにふき取ってください。

●外側をキッチンペーパーなどでふかないでください。

お願い

- 内がまを取り出すときは、両手でまっすぐ上に引き上げてください。片手で引き上げると本体に引っかかり、取り出しがにくくなります。
- 内がまには炊飯・保温に優れた性能を発揮する特殊な「溶射打込み鉄製法」を採用しています。(SVタイプのみ) 特殊製法により、内がまはやや重たく、外側はザラツキがあります。本体への出し入れの際には、本体とこすれて内がまにプラスチックの粉がつく場合がありますが、使用上の問題はありません。スポンジで洗って落としてください。また、流し台に底面を強く押し付けますと、流し台に擦り傷がつく場合がありますので、ご注意ください。

においが気になるときは

●炊込みごはん・雑炊・調理や保温の後においが気になるときは、湯をわかし、蒸気でおいを軽減することができます。

1 内がまに水を入れる

●水の量は、
1.0Lタイプでは「白米(無洗米)」の水位目盛2まで、
1.8Lタイプでは「白米(無洗米)」の水位目盛4まで。
※水以外(洗剤など)は入れないでください。

2 お米(調理)を押し、▲を「調理」に合わせる



3 メニュー(保温)を押し、「煮込み」を点滅させ、加熱時間を「60分」に設定する

それでもにおいが気になるときは

- ①ふた加熱板・プレートの入る大きさの鍋・フライパンなどに食塩水(1%程度)を入れ、湯をわかす。
- ②湯がわいたら弱火にし、ふた加熱板・プレートを入れて15分程度加熱する。
- ③湯を捨て、ふた加熱板・プレートが冷めたら水洗いする。

●空だきするとプラスチック部が変形しますので、ご注意ください。

4 炊飯(再加熱)を押す

●メロディー(ブザー)が鳴り、炊飯(再加熱)ランプが点灯します。



5 メロディー(ブザー)が鳴ったら加熱終了

●炊飯(再加熱)ランプが消灯します。



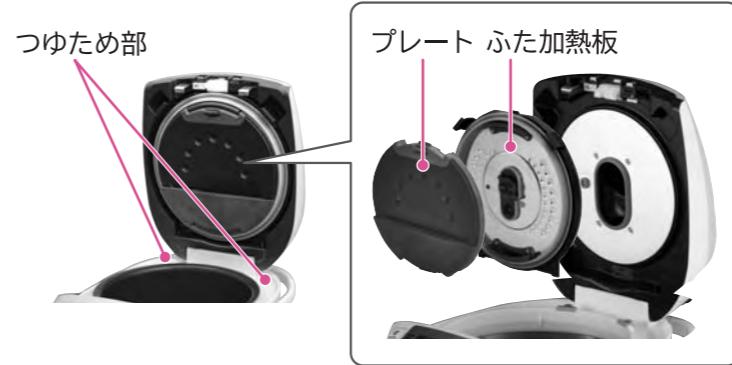
6 本体が冷めてからお湯を捨て、水滴をふき取る

●「調理」「煮込み」以外の炊きかた・調理メニューでは、圧力がかかるため、湯がふき出るおそれがあります。(やけどの原因)

●終了直後は、内がまやふた加熱板が熱くなっていますので、本体が冷めてからお湯を捨て、水滴をふき取ってください。
●においによっては、完全に落ちないものもあります。

給水レスオートスチーマーについて

給水レスオートスチーマーは、炊飯中の蒸気を蒸留水として回収し、炊飯時・保温時・再加熱時にスチームを出し、ごはんの甘みを引き出し、加湿する機能です。(水を入れる必要はありません)



△注意

●ふた加熱板は冷めてから外す
●プレートは冷めてから外す
(熱湯がこぼれるおそれ)

●使用中や使用直後は、内がま、ふた加熱板、プレートや蒸気キャップなどの高温部に触れない
接触禁止

- 給水レスオートスチーマー内にたまる水の量は、メニューや炊飯量、水加減などで変わります。
- 給水レスオートスチーマー内の水1mLが蒸発すると約1600mLの蒸気になります。蒸らし中に弁を閉じ蒸気を閉じ込めていますので、内がまの中には十分な量の蒸気が充満しています。
- プレートを付けないと、スチームによる加湿効果が得られなくなります。
- 炊飯(蒸らし)終了後・保温中はスチームで加湿しているため、給水レスオートスチーマーの表面にもつゆが付きますが、故障ではありません。また、ふたを開ける際にそのつゆがたれて、本体のつゆため部にたまります。たまつゆは、炊飯・保温時のごはんの品質にはまったく影響はありませんが、気になる場合はふきん等でふき取ってください。
- 炊飯するたびにふた加熱板とプレートを外して洗ってください。
(おねがいが乾燥・変色したものがたまる原因)(保温しない場合は水がたまりすぎてごはんにたれる原因)
- お手入れは、本体が冷めてからスポンジなどのやわらかいもので洗い、たわし、ナイロンたわしは使わないでください。
(表面のフッ素被膜を傷つける原因)

炊飯直後のプレートのつゆが気になるときは

●ごはんの表面の乾燥を防ぐため、炊飯直後のふた加熱板・プレートにはつゆが付きます。つゆが気になるときは、蒸らし時間と長くしてつゆを少なくするモードに切り替えることができます。一度切り替えると元に戻す操作をするまで記憶します。

1 お米(調理)を押し、▲を「調理」に合わせる

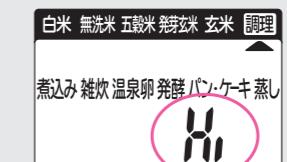


2 メニュー(保温)を押し、「煮込み」を点滅させる



3 ECO(少量)を5秒間押し続ける

ブザーが「ピッ」と鳴り、「H」表示(2秒間)されたら切り替え完了



4 切(とりけし)を押す

●もう一度同じ操作をすると元に戻せます。
このときは「L」表示します。

つゆを少なくするモードに切り替えると

- 炊飯時間が約5分長くなります。
- プレート内にたまる水が少なくなります。
- 圧力式で密閉度が高いため、つゆを少なくするモードに切り替えても多少つゆが付きます。

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

- 軟らかい
- ベタつく
- 硬い
- 芯がある
- 生煮え
- ムラがある

ここを確認

お米の量と水加減

→ P.14, 17, 19

- お米の量は付属の計量カップで計り、炊きたごとの「炊飯できる量」を超えないようにしてください。
- 軟らかいときは水加減を少なめ、硬いときは水加減を多めにしてください。
- 予約炊飯は水加減を少なめにしてください。
(お米の吸水増加による、軟らかい炊き上がりを防ぎます)

洗米

→ P.14

- 白米は、すすぎ水がきれいになるまですいでください。
- 無洗米は、水がにごるときはすすぎ、よくかき混ぜてお米と水をなじませてください。

洗米や炊飯に使う水

→ P.14

- 洗米は、水で行い、お湯は使わないでください。(ベタつきの原因)
- アルカリ度の高い水で炊飯すると、ごはんがベタついたり、黄変する場合があります。また、硬度の高い水(海外のミネラルウォーターなど)で炊飯すると、ごはんがぱさつたり、硬くなる場合があります。好みにより水加減してください。

炊飯メニュー

- べたつく・軟らかい場合は新米でなくとも「極上新米」の炊き方をお試しください。

ごはんのほぐし

- 炊き上がったごはんは、すぐにはぐしてください。
(余分な蒸気でのベタつきやにおいの発生を防ぎます)

内がまの底や温度センサーの汚れ

→ P.25, 28

- 異物を取り除いてください。

炊飯の中断

→ P.16, 18

- 炊飯中に「切(とりけし)」ボタンを押した、電源プラグを抜いた、停電したなどで炊飯が中断すると、うまく炊き上がらない場合があります。

電源

- 延長コードを使ったり、同じコンセントで他の電気製品を同時に使うと、電圧が下がりうまく炊き上がりません。延長コードは使わないで、コンセントは単独で使ってください。

●焦げる

大火力で炊飯するため、白米はうすいきつね色に、その他のお米はきつね色に焦げることがあります。異常ではありません。

洗米

→ P.14

- 白米は、すすぎ水がきれいになるまですいでください。
- 無洗米は、水がにごるときはすすぎ、よくかき混ぜてお米と水をなじませてください。

内がまの底や温度センサーの汚れ

→ P.25, 28

- 異物を取り除いてください。

炊きかたの確認

- 少量のごはん(1.0Lタイプ:2カップまで、1.8Lタイプ:3カップまで)を「少量炊飯」コースを選ばないで炊くと、炊飯時間が長くなり、ごはんの底がうすいきつね色に焦げることがあります。「少量炊飯」コースを選んでください。

こんなときは

炊飯について

●ふきこぼれる

炊飯中は蒸気キャップから勢いよく蒸気が出ることがあります。圧力を抜くため、異常ではありません。

お米の量と水加減

→ P.14

- 多めの水加減は、水位目盛の「軟」までにしてください。
- お米の量は付属の計量カップで計ってください。

洗米

→ P.14

- 白米は、すすぎ水がきれいになるまですいでください。
- 無洗米は、水がにごるときはすすぎ、よくかき混ぜてお米と水をなじませてください。

部品の汚れ、目詰まり

→ P.25~27

- 蒸気キャップ、プレート、フィルターの異物や目詰まりを取り除いてください。

部品の取り付け

→ P.25~27

- 蒸気キャップ、プレート、ふた加熱板は忘れずに取り付けてから炊飯してください。

炊きかたの確認

- 水量の多い「雑炊」を他の調理メニューで間違えて炊いたり、「おかゆ」を他の炊きかたで炊くと、多量にふきこぼれて危険です。

●炊きかたにより蒸気が出たり出なかつたりする

蒸気を閉じ込めて、圧力をかけていますので、炊飯中は蒸気口に手や顔を近づけないでください。

- 炊きかたによっては炊飯の途中で蒸気が出ます
- 炊飯中に動かしたり、揺らすと勢いよく蒸気が出ます

壁や家具の近く、またキッチン用収納棚を使うときは、中に蒸気がこもらないようにしてください。

●ごはんの中央がくぼむ ●うすい膜ができる

この炊飯器はIH加熱で内がま自体が発熱するので、お米がしっかり対流し、中央部がくぼんだり、内がまに触れているごはんが白く見えることがあります。異常ではありません。うすい膜はごはんから出たうまみの素で、でんぶんがうすい膜状になったものです。大火力でうまみの素をたくさん出すためです。異常ではありません。

●炊込みごはんがうまくできない

調味料や具の入れかた

- 水に調味料を入れて水加減し、調味料が底にたまらないようによく混ぜてください。
- 具は水加減した後にお米の上にのせて炊飯し、炊き上がってから混ぜてください。
(調味料や具が沈殿すると、熱がうまく伝わらない場合があります)

調味料、具の量

- 具の量は、お米の量の3~5割が適量です。油の多い具は少なめにしてください。
- たまり醤油は少なめにしてください。

炊飯方法

→ P.18

- すぐ炊飯し、予約炊飯や浸し炊飯はしないでください。
(具の変質や調味料の沈殿してうまく炊けません)

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

炊飯について

- おこわがうまくできない

おこわは、もち米1カップに対し、白米（うるち米）を0.5カップの割合を目安に混ぜて炊飯してください。（もち米だけでは炊飯できません）[P.19](#)

- 雑炊がうまくできない

だし汁の量

●だし汁は、お米と具が隠れる程度に入れ、入れすぎないでください。

卵の入れかた

●卵は溶き卵にして、炊き上がった雑炊に全体にかけるように入れてください。

- 炊飯時間が長い

浸しや蒸らしも自動で行うため、マイコン制御のない炊飯器（ガスがまなど）に比べ時間が長くかかります。異常ではありません。

お米の量と水加減

[P.14,17,19](#)

●お米の量は付属の計量カップで計り、炊きたごとの「炊飯できる量」を超えないようにしてください。

洗米

[P.14](#)

●無洗米は、水がにごるときはすすぎ、よくかき混ぜてお米と水をなじませてください。

炊きかたの確認

●少量のごはん（1.0Lタイプ：2カップまで、1.8Lタイプ：3カップまで）を「少量炊飯」コースを選ばないで炊くと、炊飯時間が長くなることがあります。「少量炊飯」コースを選んでください。

炊飯の中断

●炊飯中に停電があると、停電時間分長くなります。

- ごはんや内がまなどがにおう

使い始めにプラスチックやゴムのにおいを感じることがあります。ご使用とともに少なくなります。また炊込みや調理の後もにおう場合があります。異常ではありません。

洗米

[P.14](#)

●白米は、すすぎ水がきれいになるまですいでください。

●無洗米は、水がにごるときはすすぎ、よくかき混ぜてお米と水をなじませてください。

ごはんのほぐし

[P.16](#)

●炊き上がったごはんは、すぐにほぐしてください。
(余分な蒸気でのベタつきやにおいの発生を防ぎます)

炊飯方法

[P.20](#)

●夏場は予約時間の長い予約炊飯はしないでください。

炊飯の中断

●炊飯中に「切（とりけし）」ボタンを押した、電源プラグを抜いた、停電したなどで炊飯が中断すると、うまく炊き上がらず、においが発生する場合があります。

部品の汚れ

[P.25~27](#)

●蒸気キャップ、プレート、ふた加熱板の汚れを取り除いてください。

- 多量につゆがつく

圧力式で蒸気が抜けにくいため、炊飯直後にふたを開けるとつゆがたれことがあります。異常ではありません。

[P.29](#)

ここを確認

おこわは、もち米1カップに対し、白米（うるち米）を0.5カップの割合を目安に混ぜて炊飯してください。（もち米だけでは炊飯できません）[P.19](#)

だし汁の量

●だし汁は、お米と具が隠れる程度に入れ、入れすぎないでください。

卵の入れかた

●卵は溶き卵にして、炊き上がった雑炊に全体にかけるように入れてください。

- 炊飯時間が長い

浸しや蒸らしも自動で行うため、マイコン制御のない炊飯器（ガスがまなど）に比べ時間が長くかかります。異常ではありません。

お米の量と水加減

[P.14,17,19](#)

●お米の量は付属の計量カップで計り、炊きたごとの「炊飯できる量」を超えないようにしてください。

洗米

[P.14](#)

●無洗米は、水がにごるときはすすぎ、よくかき混ぜてお米と水をなじませてください。

炊きかたの確認

●少量のごはん（1.0Lタイプ：2カップまで、1.8Lタイプ：3カップまで）を「少量炊飯」コースを選ばないで炊くと、炊飯時間が長くなることがあります。「少量炊飯」コースを選んでください。

炊飯の中断

●炊飯中に停電があると、停電時間分長くなります。

こんなときは

保温について

- におう
- 黄変する

長時間の保温や再加熱の繰り返しは、におい・黄変が発生します。異常ではありません。

保温ごはん

[P.22](#)

●しゃもじを入れたまま保温しないでください。また、冷えたごはんを保温しないでください。

洗米

[P.14](#)

●白米は、すすぎ水がきれいになるまですいでください。

●無洗米は、水がにごるときはすすぎ、よくかき混ぜてお米と水をなじませてください。

ごはんのほぐし

[P.16,22](#)

●炊き上がったごはんはすぐにほぐしてください。また、保温中もときどきほぐしてください。(余分な蒸気でのベタつきやにおいの発生を防ぎます)

部品の汚れ

[P.25~27](#)

●蒸気キャップ、プレート、ふた加熱板の汚れを取り除いてください。

乾燥する

長時間の保温や再加熱の繰り返しは、ごはんを乾燥させます。異常ではありません。

保温ごはんの量

[P.22](#)

●少量のごはんを保温するときは、中央に盛ってください。

部品の汚れ

[P.25~28](#)

●内がまの底やふち、温度センサー、ふたのパッキンの汚れを取り除いてください。

部品の取り付け

[P.25~27](#)

●蒸気キャップ、プレート、ふた加熱板は忘れずに取り付けて保温してください。

つゆがつく ベタつく

ふたの内側や内がまにつゆがつくのは乾燥を防ぐためです。また保温は温度を自動的に切り替えるため、温度が下がるときにつゆがつくことがあります。異常ではありません。

ごはんのほぐし

[P.16,23](#)

●炊き上がったごはんはすぐにほぐしてください。また、保温中もときどきほぐしてください。(余分な蒸気でのベタつきやにおいの発生を防ぎます)

保温コース

[P.22](#)

●「保温高」に切り替えてください。

保温ごはんの量

[P.23](#)

●少量のごはんを保温するときは、中央に盛ってください。

ごはんの温度が 低い

保温コース

[P.22](#)

●ごはんの温度が低い感じるときは、保温のコースを「保温高」に切り替えてください。

再加熱ができない

炊飯終了後のごはんが熱いときや、保温をやめた後などごはんが冷えているときは、ブザーが鳴り再加熱できません。

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

- すぐに炊き始める
- 予約時刻に炊き上がりがない

- 使用時にいろいろな音がする

- いっきに変わる
- 表示されない

- 圧力表示(圧力)が点滅している

- 「-:--」表示または「H0」表示が出る

- 電源プラグを抜くと表示が消える

- 「C1」または「C2」を表示する

- 「H1」～「H10」を表示する

- 表示窓の表示が全て点灯した後、炊飯の表示になる(SVタイプのみ)

ここを確認

予約時刻は炊き上がり時刻の予約です。現在時刻に近い予約は、すぐに炊き始めます。また炊飯時間が必要なため、予約時刻に炊き上がらないときがあります。時計の現在時刻を確認し、ずれているときは合わせてください(時計は24時間時計です)。浸し炊飯の浸し時間は、炊き上がり時間ではありません(お米を浸す時間です)。

→ P.20,21

炊飯・保温中など使用時には次のような音がします。異常ではありません。

電源プラグ差し込み時	使用時(炊飯・保温など)					
カチッ (火花も出る)	シュー	カチッ	ポン	ブーン	カチッ	ジー
インバーター回路への充電音	蒸気(圧力)を抜く音	圧力調整装置の動作音	冷却ファンの回転音	内がまのIH加熱音		

おいしく炊き上げるために、炊飯内容を自動的に調節します。そのため炊飯途中で炊飯時間表示がいっきに変わることがあります。異常ではありません。

「白米」「無洗米」の「ふつう」「極上」「極上新米」「快速」「五穀米」の「ふつう」以外の炊きかたは炊飯時間を表示せず、現在時刻を表示します。また、本体が熱いときも、現在時刻を表示します。

炊飯の中断

●圧力炊飯中に「切(とりけし)」ボタンを押したり、電源プラグを抜くと、約30秒間点滅します。点滅中はふたを開けないでください。ふたをやむを得ず開ける場合は → P.16,18

「-:--」表示のときは、現在時刻を合わせ直してください。「H0」表示のときは「切(とりけし)」ボタンを押すと「-:--」になります。現在時刻を合わせ直してください。 → P.12

電源プラグを抜いて差し込むごとに「-:--」または「H0」表示になる場合は、本体に内蔵しているリチウム電池の寿命です。炊飯・保温はできますが、現在時刻を合わせないと予約はできません。お求めになった販売店にリチウム電池の交換(有償)をご依頼ください。(リチウム電池は専用品なのでお客様には交換できません)

延長コードを使ったり、同じコンセントで他の電気製品を同時に使ったり、電圧が下がったときなどに表示し、通電を停止します。延長コードは使わないで、コンセントは単独で使ってください。

「切(とりけし)」ボタンを押しても時計表示に戻らないとき、度々同じ表示になるときは、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。 → P.63

店頭用のモードに設定されています。「切(とりけし)」ボタンを5秒間押し続けると、表示窓の表示が通常の表示に戻り、炊飯・調理ができます。

こんなときは

内がまのフッ素被膜について

- 色むらがある

- 傷がある

停電について

- 使用中に停電した

ご使用とともにフッ素被膜に色むらが出ることがあります。異常ではありません。 → P.28

フッ素被膜を傷めないために次のことをお守りください。
「金属製のおたまや泡立て器などを使わない」「スプーンや茶わんなどを入れて洗わない」「酢は使わない」「みがき粉やたわしで洗わない」「付属のしゃもじを使う」 → P.28

ふたについて

- 閉まりにくい

- 閉まらない

- 開きかたが遅い

- 開かない

すき間とふたについて

- すき間が広い

- すき間から蒸気が出る

- メロディー音がうるさい

- テレビやラジオに雑音が入る

圧力式で密閉度を上げるため、ふたを閉めるとき(炊き上がったごはんをほぐした後など)に重く感じことがあります。少し強めに押しながらゆっくりと閉めてください。

給水レスオートスチーマーの取り付け

●給水レスオートスチーマーを取り付けていないと、通常の力ではふたは閉まりません。極端に強い力で閉めると、ふたが閉まることがあります。(取り付け忘れ防止)その場合、ふたが開きにくくなることがありますが、ふたを下に押しながらフックボタンを押すと、ふたを開くことができます。

密閉度が高いため、フックボタンを押してからふたが開くまで少し時間がかかることがあります。

炊飯中は圧力がかかるため、フックボタンがロックされ、ふたは開けられません。無理に開けないでください。ふたをやむを得ず開ける場合 → P.16,17,18

圧力がかかるとすき間は広がります。異常ではありません。

ふた加熱板部品の汚れ

●調圧弁の穴が詰まっていたり、中のボールが異物で動かなくなっていると、圧力がかかるてしまいます。ふた加熱板の調圧弁の穴とボールの汚れや詰まりを取り除いてください。

ふた加熱板の変形

●ふた加熱板、またはパッキンが変形しています。新しいふた加熱板に交換してください。

メロディー音は低音のメロディー音、またはブザー音に切り替えられます。

→ P.13

炊飯器との距離が近いと、テレビ画面のチラツキや雑音の原因になる場合があります。気になる場合は距離を離してください。(目安として3m)

●以上のことをお調べいただき、その上でご不審な点がありましたら、お買い上げになった販売店などにご相談ください。
●ふた加熱板や内がまが変形したり、フッ素被膜がはがれた場合は、お買い上げになった販売店などで新しくお買い求めください。

料理集 いろいろ使える、メニュー広がる。

焼きの風味たっぷりのダッヂオーブン風鉄釜メニュー、
ヘルシーな五穀米・玄米メニューの他に、
煮込みや蒸し物からケーキまで、いろいろな調理メニューも満載。
さあ、どのメニューからスタートしますか？

もくじ

ダッヂオーブン風鉄釜メニュー (SVタイプのみ)

パエリア	38
鯛めし	39
ミートローフ	39
釜焼きビビンバ	40
ジャーマンポテト	40

白米メニュー

野菜ピラフ	41
さつまいもと黒ごまのごはん	42
麦とろごはん	42
お赤飯	43
山菜おこわ	43
鶏がゆ	44
青菜がゆ	44
すしめし	45
五目ちらし	45

五穀米・玄米メニュー

五穀ごはん	46
黒米の中華風炊き込みごはん	46
きのこごはん	47
かやくごはん	47
えびピラフ	48
ひじき入り玄米ごはん	48

●この料理集ではSVタイプを例に説明しています。

●この料理集で使用しているカップは

お米(白米) …… 1カップ 0.18L (約1合)
(付属の計量カップ白米用)

お米(無洗米) …… 1カップ 0.17L (約1合)
(付属の計量カップ無洗米用)

●この料理集に記載されている時間の目安は、下ごしらえの時間を含みません。

いろいろな調理メニュー(バラエティー調理)

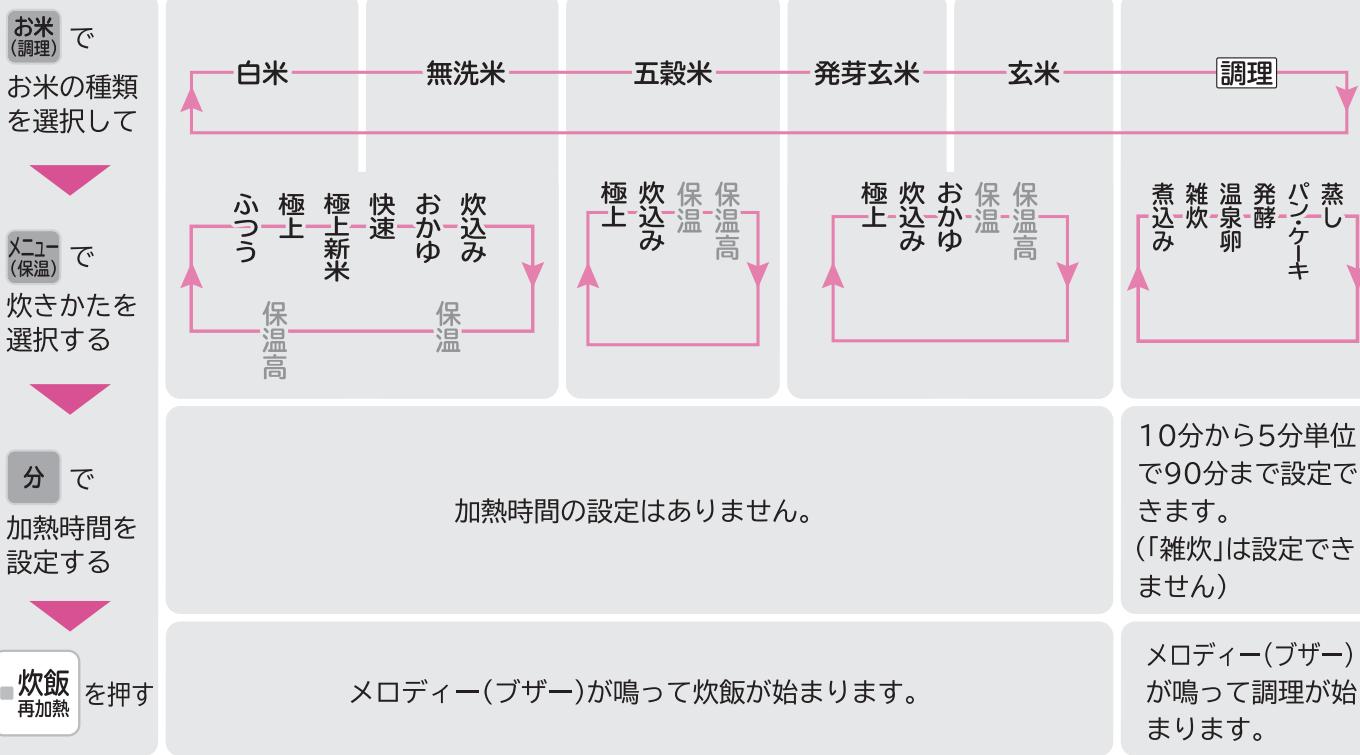
ロールキャベツ	49
筑前煮	49
ポトフ	50
豚の角煮	50
いかめし	51
肉じゃが	51
たまご雑炊	52
手作りシウマイ	52
中華まんじゅうのあたため (冷凍／冷蔵)	53
シウマイのあたため (冷凍／冷蔵)	53
蒸しうもうろこし	53
肉団子のもち米蒸し	54
桜もち	54
チーズ蒸しパン	55
プリン	55
手作り寄せ豆腐	56
ヘルシー大学いも	56
温泉卵	56
パン	57
米粉パン	57
ごはんパン	58
マーブルケーキ	60
ヨーグルトチーズケーキ	60
ヘルシーおからケーキ	61
スポンジケーキ (デコレーションケーキ)	61

●この料理集で使用しているスプーンは

	小さじ(5mL)	大さじ(15mL)
酢・酒	5g	15g
しょうゆ・みりん	6g	18g
塩	6g	18g
砂糖	3g	9g

操作手順およびお米(調理)とメニュー(保温)の選択方法

● お米(調理)とメニュー(保温)は、押すごとに下図の順に切り替えます。



蓄熱性の高い打込み鉄釜だからおいしい焼きの風味たっぷりのメニューです

ダッチオーブン風鉄釜メニュー (SVタイプのみ)



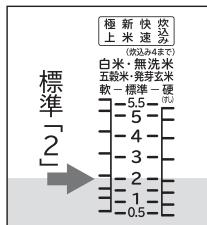
パエリア (SVタイプのみ)

●材料 (4人分)

お米 (うるち米)	カップ2
A サフラン	ひとつまみ
水	100ml
ムール貝	4個
あさり (殻つき)	200g
えび (有頭のもの)	小4尾
いか	小1ぱい
B 玉ねぎ (みじん切り)	1/4個 (約50g)
にんにく (みじん切り)	1片
C パプリカ (赤・黄各1cmの角切り)	各1/4個
トマト (湯むきし、種を取って1cmのざく切り)	小1個
白ワイン	70ml
スープ (固形スープ1個を少量のお湯で溶いたものに水を加えて)	200ml
塩・こしょう	各少々
レモン	1/2個
オリーブ油	大さじ4
ブラックオリーブ	4個

●作りかた

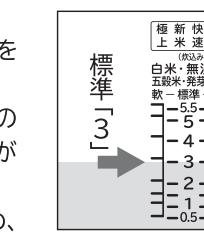
- お米は研いでからざるにあげ、水気をきっておきます。
- Ⓐのサフランは水に約10分浸して色と香りを出します。
- ムール貝とあさりは塩水につけて砂出しをし、殻と殻をこすり合わせてよく洗います。
- えびは背わたを取ります。いかは内臓を抜いて皮をむき、1cmの輪切りにします。足は食べやすい長さに切ります。
- フライパンでオリーブ油 (大さじ2) を熱し、Ⓑを炒め、③、④、Ⓐを加えてサッと炒め、軽く塩・こしょうをして白ワインをります。貝の口が開いたら火を止め、具と汁に分けておきます。
- フライパンで残りのオリーブ油 (大さじ2) を熱し、①のお米を透き通るまで炒めます。
- 内がまに⑥を入れ、②とスープ、⑤の汁を加えます。
- さらに水を「標準」の水位目盛2まで加えてかき混ぜ、上に⑤の具を広げながらのせます。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米 (調理) ボタンで「白米」を、メニュー (保温) ボタンで「炊込み」を選び、炊飯 (再加熱) ボタンを押します。
- 炊き上がったら具を取り出してかき混ぜ、器に盛り、具をのせます。レモンとブラックオリーブを飾ります。



鯛めし (SVタイプのみ)

●材料 (4人分)

お米 (うるち米)	カップ3
鯛	1尾 (約350g)
A ショウゆ	大さじ1
塩	大さじ1/4
酒	大さじ1
みりん	大さじ1 1/2
昆布 (5cm角のもの)	1枚
しょうが (細切り)	1かけ



ミートローフ (SVタイプのみ)

お米 (調理) ボタン メニュー (保温) ボタン

調理 パン・ケーキ

1人分 約320 kcal

でき上がり目安

約15分



●材料

	[1.0Lタイプ] (4人分)	[1.8Lタイプ] (6人分)
合びき肉	400g	600g
玉ねぎ (みじん切り)	1/2個 (約100g)	3/4個 (約150g)
バター	18g	24g
A 冷凍ミックスベジタブル (解凍する)	50g	80g
パン粉	30g	40g
牛乳	大さじ4	大さじ6
卵 (溶きほぐす)	2/3個	1個
塩	小さじ1/3	小さじ1/2
こしょう	少々	少々
ナツメグ	少々	少々

●作りかた

- フライパンでバターを熱し、玉ねぎを炒めます。
- ボウルに合びき肉、Ⓐ、①を入れてよく練り混ぜます。
- 内がまに②を入れ、表面を平らにします。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米 (調理) ボタンで「調理」を、メニュー (保温) ボタンで「パン・ケーキ」を選び、加熱時間を分ボタンで1.0Lタイプは15~20分 (1.8Lタイプは20~25分) に設定して炊飯 (再加熱) ボタンを押します。
- 調理が終わったらふたを開けて2~3分おき、形が落ち着いてから取り出し、器に盛りつけます。お好みでマッシュポテトやユでた野菜を飾ります。

釜焼きビビンバ(SVタイプのみ)

お米(調理)ボタン メニュー(保温)ボタン
調理 パン・ケーキ

1人分
約400 kcal
でき上がり目安
約10分



●材料

	【1.0Lタイプ】 (2人分)	【1.8Lタイプ】 (3人分)
保温中のごはん、または冷ごはん	400g	600g
A	スープ(鶏がらスープの素を水に溶かしたもの) 大さじ1 しょうゆ 小さじ1 みりん 大さじ1/2 市販のビビンバの具	大さじ2 小さじ2 大さじ1 150~180g 300~400g

●作りかた

- 保温中のごはんを使う場合は、切ボタンを押して保温をやめます。冷やごはんを使う場合は、内がまに冷ごはんを入れます。
- 内がま中のごはんの上に市販のビビンバの具をのせ、混ぜ合わせたⒶをふりかけます。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「パン・ケーキ」を選び、加熱時間を分ボタンで10分に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 炊き上がったらほぐしながら具を混ぜ込み、器に盛ります。

●ポイント

- ごはんは均一におこげがつくように内がまに平らに入れてください。
- お好みでキムチを添えても良いでしょう。
- ビビンバの汁が多いときは、スープを少なめにしてください。

ジャーマンポテト(SVタイプのみ)

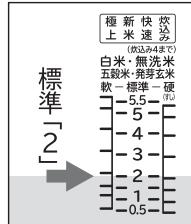
●材料

【1.0Lタイプ】
(4人分)
【1.8Lタイプ】
(6人分)

じゃがいも	3個(約450g)	4個(約600g)
玉ねぎ(薄切り)	1/2個(約100g)	3/4個(約150g)
ベーコン(細かく切ったもの)	50g	60g
バター	10~20g	20g
サラダ油	大さじ1 1/2	大さじ2
塩・こしょう	各少々	各少々

●作りかた

- 内がまに水を「標準」の水位目盛2まで加え、付属の蒸し板を置き、じゃがいもを丸まま並べ入れます。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「蒸し」を選び、加熱時間を分ボタンで45分に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- ゆで上がったじゃがいもの皮をむき、1cmのいちょう切りにします。
- フライパンでサラダ油を熱し、玉ねぎとベーコンを軽く炒め、塩・こしょうをします。
- フライパンの火を止めてから③を加えてざっと混ぜます。
- ⑤を内がまに入れ、表面を平にならしてから細かくちぎったバターをちらします。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「パン・ケーキ」を選び、加熱時間を分ボタンで15分に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 調理が終わったら器に盛ります。



白米メニュー



お米(調理)ボタン メニュー(保温)ボタン
白米 炊込み

1人分
約410 kcal
でき上がり目安
約55分

野菜ピラフ

●材料(4人分)

お米(うるち米)	カップ2	
A	小玉ねぎ(半分に切る)	4個
じゃがいも(1cm角切り)	1個(約150g)	
にんじん(7mm角切り)	1/2本(約50g)	
グリーンアスパラガス(1cmの長さに切る)	3本	
カリフラワー(小房に分ける)	100g	
ホールコーン(缶詰・水気をきる)	100g	
グリンピース(缶詰・水気をきる)	100g	
サラダ油	大さじ2	
塩・こしょう	各少々	
スープ(固形スープ1個を少量のお湯で溶いたものに水を加えて)	350mL	

●作りかた

- お米は研いでからざるにあげ、水気をきっておきます。
- フライパンでサラダ油(大さじ1)を熱し、Ⓐをサッと炒め、軽く塩・こしょうをし、器にあけておきます。
- フライパンでサラダ油(大さじ1)を熱し、①のお米が透き通るまで炒め、内がまに入れます。
- ③にスープを加え、塩・こしょうをしてからよく混ぜます。
- ②を④のお米の上にのせ、炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「白米」を、メニュー(保温)ボタンで「炊込み」を選び、炊飯(再加熱)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。

●炊込みのポイント

- 水と調味料を合わせて水加減し、よくかき混ぜてください。沈殿するとうまく炊けないことがあります。(汁気の多い具材を使うときは、汁気を絞り、その汁と調味料を合わせてください)
- 具は米の上に広げてのせ、混ぜないでください。(市販の炊込みの具で、かき混ぜる指示があっても混ぜないでください)
- 水を吸いやすい具は、あらかじめ火を通しておきます。

★予約炊飯・保温はしないでください。においや変質の原因になります。

具の量はお米の重量の30~50%が適当です。(お米1カップ分につき具の量は45~75g)

★水を吸いやすい具は、あらかじめ火を通しておきます。

鶏がゆ

お米(調理)ボタン メニュー(保温)ボタン

白米 おかゆ

1人分 約160 kcal

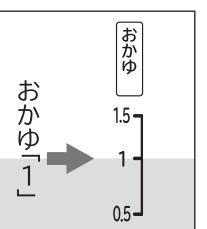
でき上がり目安 約75分

●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
紹がの皮	少々
B { 酒	大さじ1
紹ゆ	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

- お手持ちのなべに鶏肉を入れ、水600mLとⒶ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。
- ①の鶏肉は手で細かくさき、Ⓑをふりかけて下味をつけます。
- お米を研いでから、内がまに①のゆで汁と水を「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。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「白米」を、メニュー(保温)ボタンで「おかゆ」を選び、炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 炊き上がったら、②の鶏肉を入れて混ぜ、器に盛り、白髪ねぎ、白ごまをふりかけます。



●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。

青菜がゆ

●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

- お米を研いでから、水を「おかゆ」の水位目盛1まで加えます。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「白米」を、メニュー(保温)ボタンで「おかゆ」を選び、炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 大根の葉または青菜はサッとゆでて水気をきり、みじん切りにしておきます。
- 炊き上がったら、③を入れ、お好みで塩を加えて軽く混ぜます。

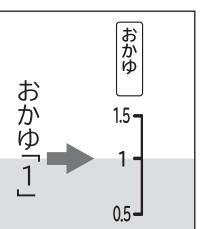
警告
青菜などの葉ものは炊き上がった後に入れる
炊く前に入れると、調圧弁が目詰まりするなど、やけどのおそれがあります。

お米(調理)ボタン メニュー(保温)ボタン

白米 おかゆ

1人分 約130 kcal

でき上がり目安 約70分



すしめし

お米(うるち米)

カップ3 15cm

【合わせ酢】

酢 大さじ5

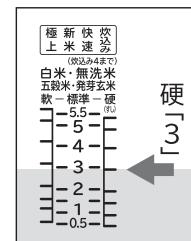
砂糖 大さじ1

塩 小さじ1弱

※甘めがお好きな方は、砂糖を大さじ2にするなどお好みで調節してください。

●作りかた

- 昆布はふきんでふいて汚れを取り、切り込みを4~5カ所入れておきます。
- お米は研いでから、水を「硬」の水位目盛3まで加え、①の昆布をのせます。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「白米」を、メニュー(保温)ボタンで「極上」を選び、炊飯(再加熱)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、しゃもじで広げます。【合わせ酢】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、ぬれふきんをかけておきます。



五目ちらし



●材料(4人分)

干しいたけ (水で戻していしづきを取る)	8枚
にんじん	30g
干びょう	30g
A { だし汁	400mL
砂糖	大さじ6
紹ゆ	大さじ4
みりん	大さじ3
塩	少々
れんこん	80g
B { だし汁	大さじ2
酢	大さじ2
砂糖	大さじ1
塩	少々
えび	10尾
きんし玉子	卵1個分
木の芽	10枚
白ごま	大さじ2
桜でんぶ	大さじ2
紅しょうが	少々

※他に「すしめし」の材料が必要です。

●作りかた

- すしめしは「すしめし」の作りかたで作ります。
- 干しいたけはにんじんと合わせてせん切りにします。干びょうは塩もみして洗い、やわらかくゆでから1cmの長さに切ります。
- ②をⒶで汁がなくなるまで煮めます。
- 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Ⓑ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と白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、木の芽をちらします。

五穀米・玄米メニュー

五穀ごはん

お米(調理)ボタン メニュー(保温)ボタン

五穀米

極上

1人分
約260
kcal

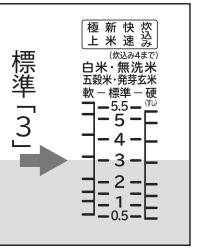


●材料(6人分)

お米(うるち米) カップ2 1/3
五穀米(雑穀米) カップ2/3

●作りかた

- お米と五穀米(雑穀米)は別々に研いでから合わせ、水を「標準」の水位目盛3まで加えます。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「五穀米」を、メニュー(保温)ボタンで「極上」を選び、炊飯(再加熱)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。



●五穀ごはんのポイント

- ★五穀米(雑穀米)は白米に混ぜて炊飯します。混ぜる量は2~3割程度までにしてください。
- ★粒の小さな雑穀(アマランサスやキヌアなど)は、茶こしなどを使って洗うと便利です。
- ★市販の雑穀米の説明書(袋などに記載)も参考にしてください。

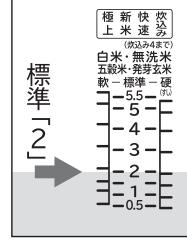
黒米の中華風炊き込みごはん

●材料(4人分)

お米(うるち米) カップ1 3/4
黒米 カップ1/4
A 鶏がらスープの素(顆粒状のもの) 小さじ1
しょうゆ・酒 各小さじ1
塩 小さじ1/2
B にんじん(小さめの角切り) 50g
ゆでたけのこ(小さめの角切り) 50g
しょうが(みじん切り) 1片
C 干しうび(水で戻す) 20g
カシューなツツ(薄めの色に揚げて粗く刻む) 80g
サラダ油 適量
香菜 適量
塩・こしょう 少々

●作りかた

- フライパンでサラダ油を熱し、Bを軽く炒め、塩・こしょうをして冷ましておきます。
- お米と黒米は別々に研いでから合わせておきます。
- 内がまに②と③とえびの戻し汁を加えてから水を「標準」の水位目盛2まで加え、①と④を混ぜ合わせた具をのせます。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「五穀米」を、メニュー(保温)ボタンで「炊込み」を選び、炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 炊き上がったらほぐして器に盛り、香菜を飾ります。



お米(調理)ボタン メニュー(保温)ボタン

五穀米 炊込み

1人分
約440
kcal

でき上がり目安
約85分



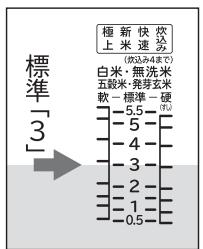
きのこごはん

●材料(6人分)

お米(うるち米) カップ2 1/3
五穀米(雑穀米) カップ2/3
A 生しいたけ(薄切り) 6枚
マッシュルーム(半分に切る) 6個
しめじ、まいたけ(各小房に分ける) 各100g
サラダ油 大さじ2
塩・こしょう 各少々
B スープ(固形スープ1個を少量のお湯で溶いたものに水を加えて) 200mL
塩 小さじ1/2
こしょう 少々

●作りかた

- フライパンでサラダ油を熱し、Aを軽く炒め、塩・こしょうをして冷ましておきます。
- お米と五穀米(雑穀米)は別々に研いでから合わせ、ざるにあげ、水気をきっておきます。
- 内がまに②と③を加えてから水を「標準」の水位目盛3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、お米(調理)ボタンで「五穀米」を、メニュー(保温)ボタンで「炊込み」を選び、炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 炊き上がったらほぐして器に盛り、好みで香菜を飾ります。



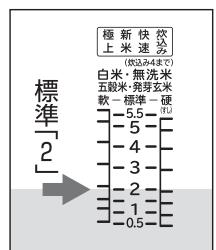
かやくごはん

●材料(4人分)

お米(うるち米) カップ2
五穀米(雑穀米) カップ1/3
A だし汁 130mL
酒 大さじ2
しょうゆ 大さじ1 1/2
塩 小さじ1/2
ごぼう(ささがきにして酢水につける) 50g
C にんじん(せん切り) 30g
干しいたけ(水で戻して薄切り) 1枚
油揚げ 1/2枚
こんにゃく 1/3枚

●作りかた

- お米と五穀米(雑穀米)は別々に研いでから合わせ、ざるにあげ、5~10分おきます。
- ②の鶏肉は酒をふりかけておきます。油揚げは熱湯をかけて油抜きしてから縦半分に切り、細切りにします。
- こんにゃくは厚みを2等分してから縦半分に切り、薄切りにしてサッとゆでて、水気をきっておきます。
- 内がまに①と④を加えてから、水を「標準」の水位目盛2まで加え、上に混ぜ合わせた③と⑤をのせます。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「五穀米」を、メニュー(保温)ボタンで「炊込み」を選び、炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 炊き上がったらほぐして器に盛り、好みで木の芽を飾ります。



えびピラフ

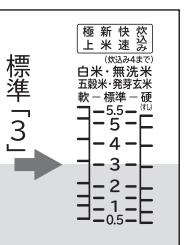


●材料 (4人分)

お米 (うるち米) ······	カップ2 $\frac{1}{3}$
五穀米 (雑穀米) ······	カップ2 $\frac{2}{3}$
大きめのむきえび ······	300g
玉ねぎ (みじん切り) ······	1/2個 (約100g)
マッシュルーム (ホール) ······	小1缶 (約50g)
バター ······	20g
塩・こしょう ······	各少々
A { スープ (固形スープ1個を少量のお湯で溶いたものに水を加えて) ······	200mL
④ 塩 ······	小さじ2/3

●作りかた

- フライパンでバターを熱し、玉ねぎを炒めます。
- さらに、えびとマッシュルームを加えてサッと炒め、軽く塩・こしょうをして冷ましておきます。
- お米と五穀米 (雑穀米) は別々に研いでから合わせ、ざるにあげ、水気をきっておきます。
- 内がまに③のお米と④を加えてから水を「標準」の水位目盛3まで加え、上に②のせます。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米 (調理) ボタンで「五穀米」を、メニュー (保温) ボタンで「炊込み」を選び、炊飯 (再加熱) ボタンを押します。
- 炊き上がったらほぐして器に盛り、お好みでパセリをふりかけます。



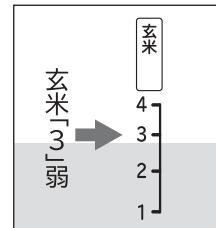
ひじき入り玄米ごはん

●材料 (4人分)

玄米 ······	カップ3
A { 油揚げ ······	2枚
乾燥ひじき (水で戻す) ······	20g
にんじん (せん切り) ······	60g
B { 酒 ······	大さじ2
しょうゆ ······	大さじ1 $\frac{1}{2}$
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、ごみなどを取り除きます。
- 内がまに②の玄米を入れ、⑧を入れて水を「玄米」の水位目盛3弱まで加え、上に④をのせます。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米 (調理) ボタンで「玄米」を、メニュー (保温) ボタンで「炊込み」を選び、炊飯 (再加熱) 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。



バラエティー調理

いろいろな調理メニュー

ロールキャベツ

●材料 (4人分)

キャベツ ······	8枚
A { 合びき肉 ······	200g
玉ねぎ (みじん切り) ······	1/4個 (約50g)
牛乳 ······	大さじ3
パン粉 ······	30g
卵 ······	1/4個
ナツメグ・塩・こしょう ······	各少々
スープ (固形スープ1/2個を少量のお湯で溶いたものに水を加えて) ······	300mL
トマトケチャップ ······	50mL
B { しょうゆ ······	大さじ1
塩 ······	少々
こしょう ······	少々
玉ねぎ (薄切り) ······	1/4個 (約50g)

●作りかた

- キャベツは熱湯で1~2分ゆでしんなりしたら、ざるにとり、水気をきります。芯はそぎとり、みじん切りにします。
- ボウルに④と①のキャベツの芯を入れてよく混ぜます。
- ②を8等分して俵形にし、広げた①のキャベツにのせて包みます。
- 内がまに玉ねぎを敷き、③を並べ④を加えます。
- 小さめの瀬戸皿をかぶせ、炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米 (調理) ボタンで「調理」を、メニュー (保温) ボタンで「煮込み」を選び、加熱時間を分ボタンで40分に設定して炊飯 (再加熱) ボタンを押します。
- 調理が終わったら器に盛ります。



筑前煮

●材料 (4人分)

鶏もも肉 (ひと口大に切る) ······	200g
A { にんじん (乱切り) ······	1本 (約100g)
ごぼう (乱切り、酢水につける) ······	150g
れんこん (乱切り、酢水につける) ······	100g
干しいたけ (水で戻してしづきを取る) ······	4枚
こんにゃく (ひと口大にちぎる) ······	1枚
だし汁 ······	200mL
B { 酒 ······	大さじ3
砂糖 ······	大さじ4
しょうゆ ······	50mL
サラダ油 ······	適量
いんげん ······	適量



- ### ●作りかた

 - フライパンでサラダ油を熱し、鶏肉を炒めて取り出し、次に④を炒めます。
 - 内がまに①と合わせた⑧を加えてかき混ぜます。
 - 小さめの瀬戸皿をかぶせ、炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米 (調理) ボタンで「調理」を、メニュー (保温) ボタンで「煮込み」を選び、加熱時間を分ボタンで45分に設定して炊飯 (再加熱) ボタンを押します。
 - 調理が終わったら器に盛り、ゆでたいんげんを飾ります。

48

ポトフ



お米(調理)ボタン メニュー(保温)ボタン

調理 煮込み

1人分
約140 kcal

でき上がり目安
約85分

●材料 (4人分)

A	牛すね肉 (ひと口大に切る) 250g 玉ねぎ (1/4に切る) 1個 (約200g) にんじん (ひと口大の乱切り) 1本 (約100g) じゃがいも (1/4に切る) 1個 (約150g) セロリ (葉・筋をとって5cmに切る) 1本 (約80g) スープ (固体スープ2個を少量のお湯で溶いたものに水を加えて) 700~750mL 塩・こしょう 各少々
---	---

●作りかた

- 内がまにⒶとスープを入れます。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「煮込み」を選び、加熱時間を分ボタンで60~85分に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 調理が終わったら、塩・こしょうで味をととのえ、器に盛ります。
※煮込みが足りないときは、時間を調節して追加加熱してください。

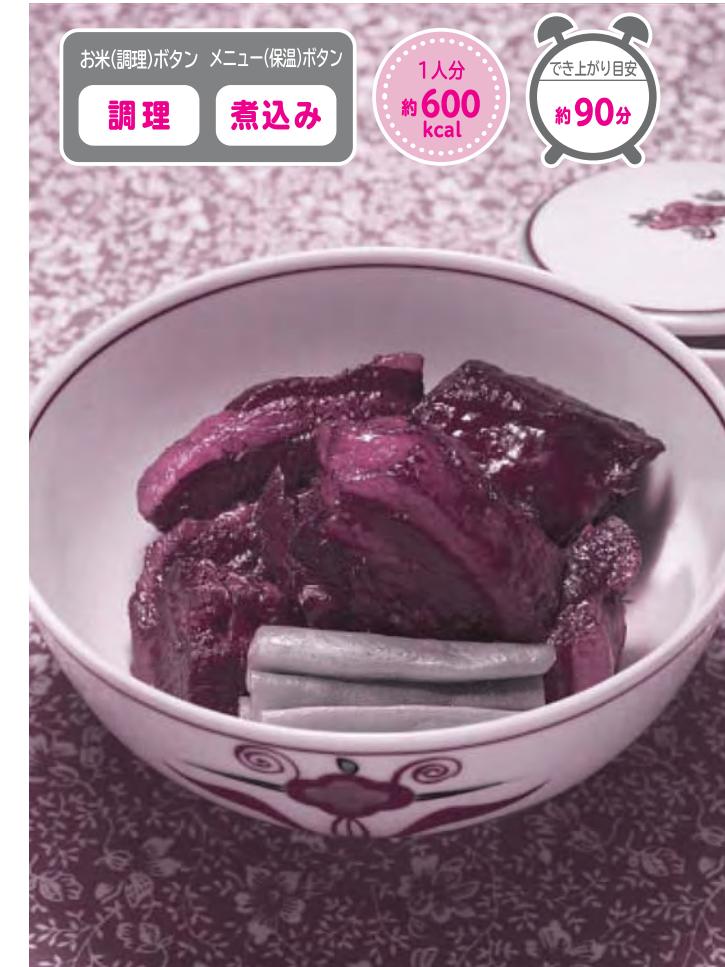
豚の角煮

●材料 (4人分)

豚バラ肉 (かたまりを8つに切る) 500g しょうが (薄切り) 2かけ (30g)
水 300~400mL
酒 100mL
Ⓐ
水 800mL 酒 大さじ3
しょうゆ 100mL
砂糖 50g
みりん 大さじ1
いんげん 適量
練りがらし 適量

●作りかた

- 内がまに豚バラ肉としょうが (1かけ) とⒶを加えます。
- 小さめの瀬戸皿をかぶせ、炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「煮込み」を選び、加熱時間を分ボタンで40分に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 加熱が終わったら、ゆで汁としょうがを捨て、豚バラ肉の表面についたあくや汚れを水で洗い流します。
- 内がまに③の豚バラ肉、残りのしょうが、Ⓐを加えます。
- 小さめの瀬戸皿をかぶせ、炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「煮込み」を選び、加熱時間を分ボタンで50分に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 調理が終わったら器に盛り、ゆでたいんげんを飾り、練りがらしを添えます。



お米(調理)ボタン メニュー(保温)ボタン

調理 煮込み

1人分
約600 kcal

でき上がり目安
約90分

いかめし

●材料 (2人分)

もち米 カップ1/2
するめいか (正味250gのもの) 2はい
しょうゆ 小さじ1
グリンピース 5g
A
水 200~300mL
酒 大さじ1
しょうゆ 大さじ1
砂糖 大さじ1
みりん 大さじ1
しょうが (薄切り) 3枚

●作りかた

- もち米は洗って1時間以上水に浸けておきます。
- するめいかは足を抜いて内臓を切り取り、きれいに洗います。
- するめいかの足は細かく刻み、水気をきった①のもち米、グリンピースと合わせ、しょうゆをまぶします。
- ②をするめいかの胴に詰め、口を楊枝で止めたら、内がまに入れ、合わせたⒶを加えます。
- 炊飯器に③を入れた内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「煮込み」を選び、加熱時間を分ボタンで40分に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 調理が終わったら、いかを裏返して煮汁をいかめし全体に含ませます。
- 取り出して好みの厚さに切り、器に盛ります。



肉じゃが

●材料 (4人分)

A	豚バラ薄切り肉 (3cm幅に切る) 150g じゃがいも (ひと口大に切る) 2個 (約300g)
B	
B	玉ねぎ (くし形切り) 2個 (約400g)
C	
C	にんじん (小さめの乱切り) 1本 (約100g)



お米(調理)ボタン メニュー(保温)ボタン

調理 煮込み

1人分
約250 kcal

でき上がり目安
1.0Lタイプ
約30分

でき上がり目安
1.8Lタイプ
約40分

●作りかた

- 内がまにⒶの材料とⒷを入れ全体を軽く混ぜます。
- 小さな瀬戸皿をかぶせ、炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「煮込み」を選び、加熱時間を分ボタンで1.0Lタイプは30分 (1.8Lタイプは40分) に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 調理が終わったら、全体を軽く混ぜ、器に盛り、絹さやを飾ります。

たまご雑炊



お米(調理)ボタン メニュー(保温)ボタン

調理

雑炊

1人分
約130 kcal



●材料 (4人分)

保温中のごはん、または冷ごはん 300g
だし汁 (粉末だし 小さじ1を水で溶いたもの) 400~500mL
卵 (溶きほぐす) 1個

●作りかた

- 1 保温中のごはんを使う場合は、切ボタンを押し、保温をやめます。冷ごはんを使う場合は、内がまに冷ごはんを入れます。
- 2 内がまのごはんにだし汁を加え、ごはんをほぐしておきます。
- 3 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「雑炊」を選び、炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 4 調理が終わったら、溶きほぐした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

★だし汁が水で溶けにくい場合は、少量のお湯で溶かしてご使用ください。
★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合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。
★具はごはんと混ぜずに、ごはんの上にのせてください。
★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。

手作りシュウマイ

●材料 (15個分)

A 豚ひき肉 75g
むきエビ 75g
玉ねぎ (みじん切り) 1/2個 (約100g)
干しいたけ (水で戻していしづきを取りみじん切り) 1枚分
しょうが (すりおろし) 少々
しょうゆ 大さじ1/2
ごま油 小さじ1/2
塩 少々
片栗粉 大さじ1強
シュウマイの皮 15枚
クッキングシート 30cm×30cmのもの1枚

●作りかた

- 1 ボウルにⒶを入れ、粘りが出るまでよく混ぜ合わせます。
- 2 Ⓛの具を大さじ1弱の分量 (約15g) ずつ、シュウマイの皮に包み込みます。
- 3 内がまに水を1.0Lタイプは「標準」の水位目盛1まで加え、付属の蒸し板を置き、冷蔵中華まんじゅうを並べます。(中華まんじゅうは重ならないように並べてください。または分量を1~2個にしてください。)
- 4 ③の上に、内がまにそってクッキングシートを敷き、その上にシュウマイを15個並べます。
- 5 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「蒸し」を選び、加熱時間を分ボタンで20分に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 6 調理が終わったら器に盛ります。



お米(調理)ボタン メニュー(保温)ボタン

調理

蒸し

15個分
約450 kcal



中華まんじゅうのあたため (冷凍/冷蔵)



お米(調理)ボタン メニュー(保温)ボタン

調理

蒸し



シュウマイのあたため (冷凍/冷蔵)



お米(調理)ボタン メニュー(保温)ボタン

調理

蒸し



●材料 (1~3個)

市販の冷蔵中華まんじゅう (1個 80~100gのもの) 1~3個

●作りかた

- 1 内がまに水を「標準」の水位目盛1まで加え、付属の蒸し板を置き、冷蔵中華まんじゅうを並べます。(中華まんじゅうは重ならないように並べてください。または分量を1~2個にしてください。)
- 2 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「蒸し」を選び、加熱時間を分ボタンで15分に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。
・冷凍中華まんじゅうをあたためるときは、加熱時間を20~25分にします。

●あたためのポイント ★蒸し板にクッキングシートを敷いておくと、取り出しがラクです。

蒸しとうもろこし

お米(調理)ボタン メニュー(保温)ボタン

調理

蒸し

1本分
約280 kcal

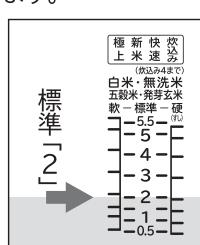


●材料 (1~2本)

生のとうもろこし 1~2本

●作りかた

- 1 とうもろこしは、内がまに入る大きさに切ります。
- 2 内がまに水を「標準」の水位目盛2まで加え、付属の蒸し板を置き、とうもろこしを並べます。
- 3 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「蒸し」を選び、加熱時間を分ボタンで25~30分に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。



●蒸しかたのポイント

★一度に並べきれない場合は、二度にわけて蒸します。

肉団子のもち米蒸し

お米(調理)ボタン メニュー(保温)ボタン
調理 蒸し

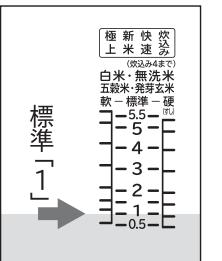


●材料 (15個分)

手づくりシウマイの材料 → P.52 (皮をのぞく)
もち米 カップ1/2
クッキングシート 30cm×30cmのもの1枚

●作りかた

- もち米はよく洗って1時間ほど水に浸けておき、ざるにあげて水気をよくふきとります。
- ボウルに手づくりシウマイの材料Ⓐを入れ、粘りが出るまでよく混ぜ合わせます。
- Ⓐの具を大さじ1弱の分量(約15g)ずつだんご状に丸め、周りにもち米をまぶしつけ、はがれないように軽くにぎります。
- 内がまに水を1.0Lタイプは「標準」の水位目盛1(1.8Lタイプは「標準」の水位目盛2)まで加え、付属の蒸し板を置きます。
- Ⓐの上に、内がまにそってクッキングシートを敷き、その上に肉団子15個を並べます。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「蒸し」を選び、加熱時間を分ボタンで20分に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 調理が終わったら器に盛ります。



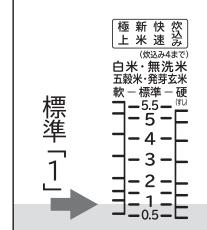
桜もち

●材料 (8個分)

A { 道明寺粉 100g
砂糖 大さじ1 1/3
あん 160g
B { 熱湯 160mL
食紅 微量(溶かしておく)
桜の葉(塩漬けにしたもの・水洗いする) 8枚
クッキングシート 30cm×30cmのもの1枚

●作りかた

- あんは8等分して丸めておきます。
- ボウルにⒶとⒷを入れ軽く混ぜ、ラップなどでおおいをし、そのまま5分間おきます。
- 内がまに水を1.0Lタイプは「標準」の水位目盛1(1.8Lタイプは「標準」の水位目盛2)まで加え、付属の蒸し板を置きます。
- Ⓐの上に内がまにそってクッキングシートを敷き、Ⓑを静かに流し入れます。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「蒸し」を選び、加熱時間を分ボタンで20分に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 調理が終わったら、クッキングシートの四隅をつまみ取り出し、クッキングシートにのせたまま皿に広げ、8等分します。
- 手水をつけⒷを広げあんを包み、桜の葉でおおいます。



チーズ蒸しパン

●材料 (直径約6.5cm、高さ3cmのスフレ型4個分)

A { 小麦粉(薄力粉) 50g
ベーキングパウダー 大さじ1/2
クリームチーズ(室温に戻す) 40g
卵(溶きほぐす) 1個
砂糖 40g
牛乳 大さじ2
サラダ油 大さじ1
ケーキ用のケース 4枚
スフレ型 4個

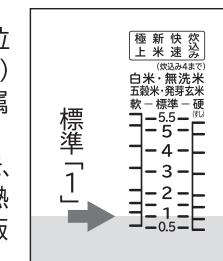
お米(調理)ボタン メニュー(保温)ボタン
調理 蒸し

1個分 約170 kcal
でき上がり目安 約20分



●作りかた

- スフレ型にケーキ用のケースを入れておきます。
- クリームチーズはやわらかくしておき、ハンドミキサーで砂糖を加えながらクリーム状にします。
- 卵を加え、もったりするまで泡立て、さらに牛乳とサラダ油を加えて混ぜます。
- ③にふるったⒶを加えてサックリと混ぜ、①の型に8分目まで入れます。
- 内がまに水を1.0Lタイプは「標準」の水位目盛1(1.8Lタイプは「標準」の水位目盛2)まで加え、炊飯器に内がまをセットし、付属の蒸し板を置いて、④を並べます。
- ふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「蒸し」を選び、加熱時間を分ボタンで約20分に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 調理が終わったら取り出します。



プリン

お米(調理)ボタン メニュー(保温)ボタン
調理 蒸し



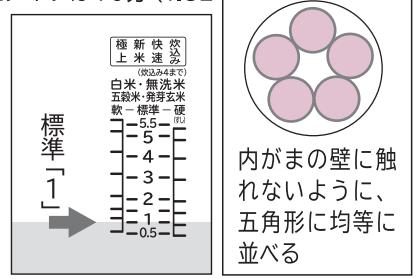
●材料 (直径約6.5cm、高さ3cmのスフレ型5個分)

[カラメルソース]
A { 砂糖 30g
水 大さじ1
お湯 小さじ2
卵(溶きほぐす) 2個
バニラエッセンス 少々
バター 少々
スフレ型 5個

[卵液]
牛乳 200mL
砂糖 40g
卵(溶きほぐす) 2個
バニラエッセンス 少々
バター 5個

●作りかた

- スフレ型にバターをぬります。
- Ⓐを合わせ火にかけ、カラメル色になったらお湯を加え、①に入ります。(このとき、ソースが飛び散りますので注意してください)
- 人肌にあたためた牛乳に砂糖を入れ溶かします。卵と合わせ、裏ごししてバニラエッセンスを加えて軽く混ぜ、②の型に注ぎ入れます。
- 内がまに水を1.0Lタイプは「標準」の水位目盛1(1.8Lタイプは「標準」の水位目盛2)まで加え、炊飯器に内がまをセットし、付属の蒸し板を置き、③を並べます。(並べかたの参考)
- ふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「蒸し」を選び、加熱時間を分ボタンで1.0Lタイプは10分(1.8Lタイプは15分)に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- ふたを開けずに5分間蒸らします。
- 調理が終わったら取り出し、冷ましてから、お好みでクリーム等をトッピングします。



注意

調理直後は内がまが熱くなっているので、やけに注意する

手作り寄せ豆腐

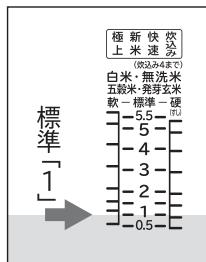


●材料 (直径約7.5cm、高さ5cmの耐熱ガラス容器4個分)

豆乳(無調整・市販のものは大豆固形成分10%以上のもの) 400mL
にがり 20~30mL
※でき上がりの豆腐のかたさは、豆乳やにがりの種類や量などによって変わりますので、にがりの量はメーカーの指示に従ってください。

●作りかた

- 1 ボウルに豆乳とにがりを入れよく混ぜます。液体がドロッとしてくるのが目安です。
- 2 耐熱ガラス容器に①の豆乳液を4等分して注ぎ入れ、表面の気泡をスプーンなどで取り除きます。
- 3 内がまに水を1.0Lタイプは「標準」の水位目盛1 (1.8Lタイプは「標準」の水位目盛2) まで加え、炊飯器に内がまをセットし、付属の蒸し板を置き、②を並べます。
- 4 フタを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「蒸し」を選び、加熱時間を分ボタンで20分に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 5 調理が終わったら、好みでねぎ、しょうがなどの薬味を添え、めんつゆなどをかけます。



ヘルシー大学いも



●材料 (4~5人分)

	[1.0Lタイプ]	[1.8Lタイプ]
さつまいも	400g	500g
A	砂糖 50g	60g
水	50 mL	60 mL
しょうゆ	小さじ1	小さじ2弱
黒ごま	適量	適量

●作りかた

- 1 さつまいもはよく洗って皮のまま乱切りにし、水につけておきます。
- 2 内がまに水きりした①のさつまいもを入れ、上からⒶをかけ、木しやもじで軽く全体をかき混ぜます。
- 3 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「蒸し」を選び、加熱時間を分ボタンで1.0Lタイプは15分 (1.8Lタイプは20分) に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 4 調理が終わったら、全体をざっくり混ぜ、たれをからめます。器に盛り、上から黒ごまをかけます。

温泉卵

●材料 (4個分)

卵(冷蔵庫から出したてのもの) 4個
めんつゆ(市販品) 適量

●作りかた

- 1 炊飯器に内がまをセットし、水を1.0Lタイプは「標準」の水位目盛2 (1.8Lタイプは「標準」の水位目盛4) まで加え、卵を入れます。
- 2 フタを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「温泉卵」を選び、加熱時間を分ボタンで1.0Lタイプは30~35分 (1.8Lタイプは4個で35~40分) に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。
※1.8Lタイプは最大量10個までできますが、加熱時間を50~55分にしてください。
- 3 調理が終わったら、卵を取り出し、殻を割って器に盛り、好みでめんつゆなどをかけます。

●加熱時間の目安

	卵の数量	加熱時間	
		やわらかめ	かため
1.0Lタイプ	1~10個	30分	35分
1.8Lタイプ	1~4個 5~10個	35分 50分	40分 55分



パン

※パンのポイント ➡ P.59

お米(調理)ボタン メニュー(保温)ボタン

調理

発酵
パン・ケーキ

1回分
約1380kcal
1.0Lタイプ

1回分
約2310kcal
1.8Lタイプ

でき上がり目安
1.0Lタイプ
約135分

でき上がり目安
1.8Lタイプ
約140分

●材料

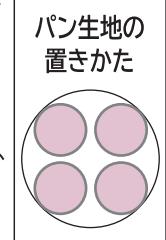
	[1.0Lタイプ]	[1.8Lタイプ]
A	小麦粉(強力粉) 250g	400g
	砂糖 大さじ2	大さじ4
	塩 小さじ $\frac{2}{3}$	小さじ1弱
	ドライイースト (顆粒状で予備発酵不要のもの) 小さじ $\frac{1}{2}$	小さじ2強
B	ぬるま湯 50~70mL	40~60mL
	卵(Mサイズ・溶きほぐす) $\frac{1}{2}$ 個	1個
	牛乳 80mL	140mL
	バター(室温に戻す) 40g	70g

●作りかた

- 1 ボウルにⒶを入れ、ダマができないようにほぐします。
Ⓑを加え軽く混ぜたら、バターを細かくして加え、手でよく混ぜてひとまとめにします。
- 2 生地がべつかなくななりボウルからくるんと離れるくらいまでよくこねます。
台にたたきつけて伸ばしたり、半分に折って押したりしながら、さらに生地をこねます。(約15分)
- 3 生地を丸めて内がまの中心にとじ目を下にして入れ、表面に霧を吹きかけます。
- 4 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「発酵」を選び、加熱時間を分ボタンで40分に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。(1次発酵)
- 5 1次発酵が終わったら、ふたを開けます。生地の大きさが2~2.5倍になるのが1次発酵完了の目安です。
指先に小麦粉をつけ、生地の中央を刺してみて、指の穴がそのまま残れば発酵は充分です。
- 6 生地を台などの上に取り出し、手で軽く押して中のガスを抜き、スケッパーまたは包丁で4等分に切り分けます。



- 7 生地を手のひらで丸め、とじ目を下にして内がまの縁に寄せて入れ、生地の表面に霧を吹きかけます。
- 8 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「発酵」を選び、加熱時間を分ボタンで40分に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。(2次発酵)
- 9 2次発酵が終わったら、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「パン・ケーキ」を選び、加熱時間を分ボタンで55分 (1.8Lタイプは60分) に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 10 烤上がりしたら、取り出し、網の上などで冷まします。



米粉パン

※パンのポイント ➡ P.59



お米(調理)ボタン メニュー(保温)ボタン
調理 発酵
パン・ケーキ

1回分
約1172kcal
1.0Lタイプ

1回分
約1872kcal
1.8Lタイプ

でき上がり目安
1.0Lタイプ
約105分

でき上がり目安
1.8Lタイプ
約110分

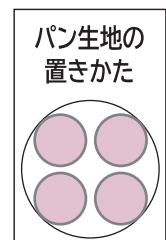


●材料

	[1.0Lタイプ]	[1.8Lタイプ]
A	製パン用米粉(グルテン入りのもの) 250g	400g
	砂糖 大さじ2	大さじ3
	塩 小さじ $\frac{2}{3}$	小さじ1強
	ドライイースト (顆粒状で予備発酵不要のもの) 小さじ $\frac{1}{2}$	小さじ2強
B	ぬるま湯 130~150mL	190~210mL
	牛乳 50mL	80mL
	バター(室温に戻す) 15g	25g

●作りかた

- 1 ボウルにⒶを入れ、ダマができないようにほぐします。Ⓑを加え軽く混ぜたら、バターを細かくして加え、手でよく混ぜてひとまとめにします。
- 2 生地がべつかなくななりボウルからくるんと離れるくらいまでよくこねます。
台にたたきつけて伸ばしたり、半分に折って押したりしながら、さらに生地をこねます。(約30分)
- 3 生地を手で軽く押して中のガスを抜き、スケッパーまたは包丁で4等分に切り分けます。
- 4 生地を手のひらで丸め、とじ目を下にして内がまの縁に寄せて入れ、生地の表面に霧を吹きかけます。
- 5 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「発酵」を選び、加熱時間を分ボタンで50分に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。(発酵)
- 6 発酵が終わったら、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「パン・ケーキ」を選び、加熱時間を分ボタンで55分 (1.8Lタイプは60分) に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 7 烤上がりしたら、取り出し、網の上などで冷まします。





ごはんパン

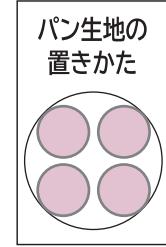
※パンのポイント → P.59

●材料

	【1.0Lタイプ】	【1.8Lタイプ】
A	小麦粉(強力粉) 200g 砂糖 大さじ2 塩 小さじ1 ドライイースト (顆粒状で予備発酵不要のもの) 小さじ1½	350g 大さじ3 小さじ1½ 小さじ2強
B	ぬるま湯 60~80mL 牛乳 50mL バター(室温に戻す) 10g 冷ごはん 100~200g	110~130mL 90mL 15g 150~300g
	【1.0Lタイプ】	【1.8Lタイプ】

●作りかた

- ごはんをつぶしておきます。つぶしにくいときは電子レンジなどで軽くあたためて冷ましておきます。
- ボウルにⒶを入れ、ダメができないようにほぐします。
Ⓑを加え軽く混ぜたら、バターを細かくして加え、手でよく混ぜてひとまとめにします。
- 生地がべつかなくななりボウルからくるんと離れるくらいまでよくこねます。台にたたきつけて伸ばしたり、半分に折って押したりしながら、さらに生地をこねます。(約20分)
- 生地を丸めて内がまの中心にとじ目を下にして入れ、表面に霧を吹きかけます。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「発酵」を選び、加熱時間を分ボタンで40分に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。(1次発酵)
- 1次発酵が終わったら、ふたを開けます。生地の大きさが2~2.5倍になるのが1次発酵完了の目安です。
指先に小麦粉をつけ、生地の中央を刺してみて、指の穴がそのまま残れば発酵は充分です。
- 生地を打ち粉(分量外)をした台の上に取り出し、手で軽く押して中のガスを抜きます。



パンのポイント

●作り方について

共通事項

- 作り方①の生地をもちつき機に入れてこねると生地が簡単に作れます。

	パン	米粉パン	ごはんパン
こね時間	10分	25分	15分

※こね時間は目安です。生地の一部を両手指でつまんで優しく左右に伸ばしたとき、切れることなく薄い膜ができればこね上がりです。

- 成形するときは固く絞ったぬれふきんなどをかけて生地を乾燥させないようにしてください。
- 生地を分割するときはスケッパーや包丁で切り分けてください。
手でちぎると、生地が傷み、ふくらみが悪くなります。
- 室温が35°C以上の場合は、ぬるま湯を冷水に変え、材料のⒶの粉とⒷを冷蔵庫で1時間冷やし、取り出したてのものをご使用ください。また、バターも冷蔵庫から取り出したての冷たいものをご使用ください。

ごはんパン

- 冷ごはんは炊飯後(または解凍後)1日以内のものをご使用ください。
- ごはんがつぶしにくいときは、少しあたためてつぶし、冷ましてからご使用ください。
温かいまま使用すると、ふくらみが悪くなることがあります。

米粉パン

- 米粉はグルテンの添加された製パン用のものをご使用ください。
添加されていないものではふくらみません。

●仕上がりについて

共通事項

- 室温が低いときは、底面の焼き色が濃くなることがあります。
また、ふくらみが悪くなることがあります。
- 室温が高いときは、ふくらみすぎたり、ふくらみが悪くなったりすることがあります。
- 室温や湿度、材料によって形やふくらみが変わります。
- 表面に焼き色はつきません。(炊飯器で焼いたパンの特徴です)
- 表面にしわができることがあります。(炊飯器で焼いたパンの特徴です)
- 時間がたつと少ししほみます。

ごはんパン

- 底面がおこげのようにかたく焼き上ることがあります。
- 打ち粉が多いと焼き色がうすくなったり、かために焼き上ることがあります。
- ごはんの量によってふくらみの高さや食感が変わります。
- ごはんのつぶしかたによって、ごはん粒の形が残ることがあります。
- 水分を多く含んでいるため、中心が少し凹んで焼き上ることがあります。

米粉パン

- 水分を多く含んでいるため、中心が少し凹んで焼き上ることがあります。

●その他

ごはんパン

- 水分が多く傷みやすいため、お早めにお召し上がりください。
(夏場:当日中 冬場:翌日まで)

マーブルケーキ

お米(調理)ボタン メニュー(保温)ボタン

調理 パン・ケーキ

1/8切れ分
約380 kcal

でき上がり目安
約50分

●材料

バター(室温に戻す)	150g
小麦粉(薄力粉)	150g
砂糖	140g
卵(溶きほぐす)	3個
ラム酒	大さじ1/2
アーモンドパウダー	45g
牛乳	大さじ2強
チョコレート	70g

●作りかた

- バターはかき混ぜてクリーム状にし、砂糖を加え、白くふんわりとした状態になるまでよく混ぜます。
- 卵を少量ずつ数回に分けて加え、さらにアーモンドパウダー、ラム酒、牛乳を加え、ムラのないようによく混ぜます。
- ②によくふるった小麦粉を加え、木しゃもじでさっくりと混ぜ合わせます。
- チョコレートは湯せんにかけて溶かします。
- ③の生地の1/3量をとて④のチョコレートを混ぜ込み、チョコレート生地を作ります。
- ⑤を③に加え、混ぜ込み、マーブル模様を作ります。
- 内がまに⑥を流し入れます。内がまの底をふきんなどを敷いたテーブルの上でトントンと軽くたたいて空気を抜きます。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「パン・ケーキ」を選び、加熱時間を分ボタンで50分に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 焼き上がったら、ふたを開けずにそのまま15分蒸らして落ち着かせます。
- 内がまから取り出して冷めます。

ヨーグルトチーズケーキ

●材料

	[1.0Lタイプ]	[1.8Lタイプ]
クリームチーズ(室温に戻す)	250g	380g
砂糖	80g	120g
(20gと60gに分けておく)	(30gと90gに分けておく)	
卵(卵黄と卵白に分けておく)	3個	5個
プレーンヨーグルト	200mL	300mL
小麦粉(薄力粉)	40g	60g
溶かしバター	20g	30g
レモン汁	大さじ1	大さじ1 1/2

●作りかた

- ボウルに卵白を入れ軽く泡立て、砂糖を1.0Lタイプは20g(1.8Lタイプは30g)加え、ツノが立つまでしっかりと泡立てます。
- やわらかくしたクリームチーズに砂糖を1.0Lタイプは60g(1.8Lタイプは90g)加え、なめらかなクリーム状になったら卵黄、プレーンヨーグルト、レモン汁を加え混ぜ合わせます。
- ②に、ふるった小麦粉と、溶かしバターを加えてよく混ぜます。
- ③に①を加え、卵白の泡が残らないように混ぜます。
- 内がまに④を流し入れます。内がまの底をふきんなどを敷いたテーブルの上でトントンと軽くたたいて空気を抜きます。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「パン・ケーキ」を選び、加熱時間を分ボタンで45分に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 焼き上がったら、ふたを開けずにそのまま15分蒸らして落ち着かせます。
- あら熱が取れたら内がまから取り出して冷蔵室に入れ十分に冷やします。※砂糖はお好みで加減してください。

お米(調理)ボタン メニュー(保温)ボタン

調理 パン・ケーキ

1/8切れ分
約230 kcal
1.0Lタイプ

1/8切れ分
約350 kcal
1.8Lタイプ

でき上がり目安
約45分



ヘルシーおからケーキ

●材料

	[1.0Lタイプ]	[1.8Lタイプ]
おから	150g	220g
コーンスターチ	大さじ2	大さじ3
バター(室温に戻す)	100g	150g
黒砂糖(粉末のもの)	50g	90g
はちみつ	大さじ1 1/2	大さじ3
牛乳	大さじ2	大さじ3
黒豆(市販の煮豆)	150g	230g
卵(溶きほぐす)	3個	4 1/2個

●作りかた

- おからはから煎りして水分をとばし、冷ましておきます。
- あら熱が取れたら、コーンスターチをおから全体にまぶします。
- ボウルにバターを入れ、黒砂糖を加え、ハンドミキサーでなめらかなクリーム状になるまでよく混ぜます。
- ③にはちみつ、卵、牛乳を少しづつ加え、混ぜ合わせます。
- 生地が均一に混ざり合ったら、②のおからと黒豆を加えしっかり合わせ、内がまに流し入れます。内がまの底をふきんなどを敷いたテーブルの上でトントンと軽くたたいて空気を抜きます。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「パン・ケーキ」を選び、加熱時間を分ボタンで45分に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 焼き上がったら、ふたを開けずにそのまま15分蒸らして落ち着かせます。
- 内がまから取り出して冷めます。



スポンジケーキ(デコレーションケーキ)

お米(調理)ボタン メニュー(保温)ボタン

調理 パン・ケーキ

1/8切れ分
約190 kcal
1.0Lタイプ

1/8切れ分
約260 kcal
1.8Lタイプ

でき上がり目安
約45分



●材料

	[1.0Lタイプ]	[1.8Lタイプ]
小麦粉(薄力粉)	120g	180g
砂糖	120g	180g
卵(卵黄と卵白に分けておく)	4個	6個
バニラエッセンス	少々	少々
A牛乳(室温に戻す)	大さじ1	大さじ1 1/2
バター(溶かしておく)	20g	30g
ホイップクリーム	適量	適量
くだもの	適量	適量

●作りかた

- ボウルに卵白を入れ、ハンドミキサーで軽く泡立ててから砂糖を加え、ツノが立つまでしっかりと泡立てます。さらに卵黄を加えてもったりするまで十分泡立ててからバニラエッセンスを加えます。
- ④は、牛乳とバターをよく混ぜ合わせておきます。
- 小麦粉をふるい入れ、木しゃもじなどを使い、練らないように粉気がなくなるまでさっくりと混ぜ、②を加えて手早く混ぜます。
- 内がまに③の生地を一気に流し入れます。内がまの底をふきんなどを敷いたテーブルの上でトントンと軽くたたいて空気を抜きます。
- 炊飯器に内がまをセットしてふたを閉め、お米(調理)ボタンで「調理」を、メニュー(保温)ボタンで「パン・ケーキ」を選び、加熱時間を分ボタンで45分に設定して炊飯(再加熱)ボタンを押します。
- 焼き上がったら、取り出し、十分に冷まし、ホイップクリームやくだものなどで飾ります。

注意

調理直後は内がまが熱くなっているので、スポンジケーキを取り出す際は、ミトンなどを用い、内がまに直接素手で触れない

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	RZ-SV100K	RZ-SX100J	RZ-SV180K	RZ-SX180J
炊 飯 容 量	1.0Lタイプ 0.09L(0.5合)~1.0L(5.5合)	1.0Lタイプ 0.18L(1合)~1.8L(1升)	1.8Lタイプ	1.8Lタイプ
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 き さ	幅 25.8cm 奥 行 37.8cm 高 さ 23.6cm	25.8cm 37.8cm 23.6cm	30.1cm 42.4cm 25.4cm	30.1cm 42.4cm 25.4cm
質 量 (重 さ)	約6.0kg	約5.7kg	約7.7kg	約7.4kg

■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-SV100K	RZ-SX100J	RZ-SV180K	RZ-SX180J
最 大 炊 飯 容 量	1.0L	1.0L	1.8L	1.8L
区 分 名	B	B	D	D
蒸 発 水 量	3.7g	3.7g	7.5g	6.0g
年 間 消 費 電 力 量	74.91kWh/年	74.94kWh/年	120.6kWh/年	119.5kWh/年
1回当たりの炊飯時消費電力量	142.3Wh	138.2Wh	203.6Wh	193.6Wh
1時間当たりの保温時消費電力量	15.53Wh	16.45Wh	19.57Wh	20.53Wh
1時間当たりのタイマー予約時消費電力量	0.66Wh	0.66Wh	0.66Wh	0.66Wh
1時間当たりの待機時消費電力量	0.61Wh	0.61Wh	0.61Wh	0.61Wh

※室温23°C、水温(炊飯前)23°C、RZ-SV100K/SX100Jは炊飯水量540g、炊飯米量450g、RZ-SV180K/SX180Jは炊飯水量750g、炊飯米量600g、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時間当たりの保温消費電力量は「保温」の設定の電力量です。

※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。

保証とアフターサービス (必ずお読みください)

■保証書(裏表紙)

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

●保証期間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

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.63)にお問い合わせください。

■ご転居されるときは

ご転居により、お買い上げの販売店のアフターサービス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。

■修理を依頼されるときは 持込修理

「お困りのときは」(P.30~35)を調べていただき、なお異常のあるときは、「切(とりけし)」ボタンを押しコンセントから電源プラグを抜き、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。

「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上げの販売店へ

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

修理などアフターサービスに関するご相談は
エコーセンターへ

TEL 0120-3121-68
FAX 0120-3121-87

(受付時間) 9:00~19:00 (365日)
携帯電話、PHSからもご利用できます。

商品情報やお取り扱いについてのご相談は
お客様相談センターへ

TEL 0120-3121-11
FAX 0120-3121-34

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

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

愛情点検

★長年ご使用のIH ジャー炊飯器の点検を!

●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。

ご使用の際
このようことは
ありませんか

- 電源コードや電源プラグが異常に熱い。
- 電源コードを折り曲げると通電したり、しなかたりする。
- いつもより異常に熱くなったり、焦げ臭いにおいがする。
- 触るとビリビリ電気を感じる。
- 自動的に切れないときがある。
- モーターの回転が止まったり、遅かったり不規則なときがある。
- 運転中に異常な音がする。
- 水漏れする。
- その他の異常・故障がある。

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

日立アプライアンス株式会社

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

日立 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 年 月 日	保 証 期 間
	※ お 客 様	ご 住 所 ご 芳 名		
※ 販 売 店	住 所 店 名	〒 様	電話	本体 : 1年 内がま内面フッ素被膜 RZ-SV100K: 5年 RZ-SV180K: 5年 RZ-SX100J: 3年 RZ-SX180J: 3年

※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。

1. 保証期間内でも次のような場合には有料修理となります。

- (イ) 使用上の誤り、または改造や不当な修理による故障または損傷。
- (ロ) 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。
- (ハ) 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、船舶にとつ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(みぞ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。

2. 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。

3. ご転居の場合は事前にお買い上げの販売店にご相談ください。

4. 贈答品等で本書に記入してあるお買い上げの販売店に修理をご依頼になれない場合には取扱説明書の63ページの「ご相談窓口」にご相談ください。

5. 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。

6. 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63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