

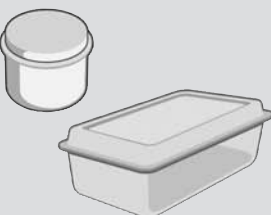
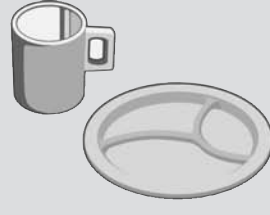

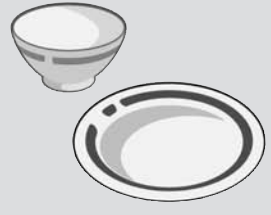

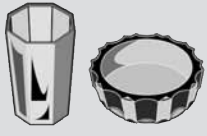
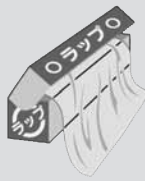
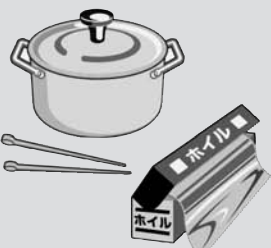
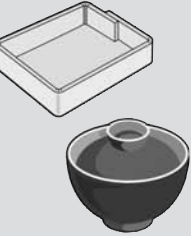
使える容器・使えない容器

○ は使える。
× は使えない。

レンジ加熱とオーブン、グリル加熱を間違えないでください。間違えると食品や容器が発煙・発火することがあります。加熱する前に、加熱の種類を確認してください。プラスチック類は家庭用品質表示法に基づく耐熱温度表示をごらんください。材質や耐熱温度がわからない容器はつかわないでください。

使える容器・使えない容器

使える容器・使えない容器

	プラスチック容器		陶器・磁器		ガラス容器		その他		
	耐熱性のあるプラスチック容器 ポリプロピレン製など 	その他のプラスチック容器 	耐熱性のある陶器・磁器 ココット皿 グラタン皿など 	日常使っている陶器・磁器 茶わん・皿など 	耐熱性のあるガラス容器 	耐熱性のないガラス容器 強化ガラス クリスタルガラス カットグラスなど 	ラップ類 	金属容器・金串・アルミホイルなど 	竹・木・籐・紙・ニス塗り・漆塗り容器など 
レンジ	○ 耐熱温度が140 以上のもの、「電子レンジ使用可」の表示のあるものを使います。 ただし、砂糖、バター、油を使った料理は高温になり、容器が変形してしまうので使えません。	× 耐熱温度が140 未満のもの(ポリエチレン、スチロール樹脂など)や耐熱温度が高くても電波で変質するもの(メラミン、フェノール、ユリア樹脂、アルミなどで表面加工した樹脂など)は使えません。 ただし、5 半解凍 6 解凍 のときにだけ、発泡スチロールのトレイが使えます。	○ ただし、色絵付け、ひび模様、金、銀模様のあるものは、器を傷めたり、火花(スパーク)がでるので使えません。 また素焼きの陶器など吸水性の高いものや、長時間浸水させた陶器、磁器は、熱くなることがあるので注意してください。	○	○ ただし、加熱後、急冷すると割れることがあります。	×	○ 耐熱温度が140 以上のものは使えます。 ただし、油、バター、砂糖を使った料理は高温になり、ラップが溶けてしまうので使えません。	× 電波を反射するので使えません。 ただし、アルミホイルは電波を反射する性質を利用し、加熱しすぎる部分をおおうなど、部分的に使えます。 このとき、加熱室壁面、ドアファインダーにふれると火花(スパーク)が出て、破損や故障の恐れがあるので注意してください。	× こげたり、塗りがはげたり、ひび割れることがあるので使えません。 とくに針金を使っているものは燃えやすくなります。 ただし、竹串、楊子、紙は料理集に記載している使い方に限り使えます。
オーブン、グリル	× ただし、「グリル、オーブン使用可」の表示のあるものは使えます。	×	○	×	○ ただし、加熱後、急冷すると割れることがあります。	×	× ただし、発酵では使えます。	○ ただし、取っ手がプラスチックのものは使えません。	× ただし、硫酸紙や耐熱性の加工を施した紙製品は使えます。

上手な使いかたのポイント

上手な使いかたのポイント

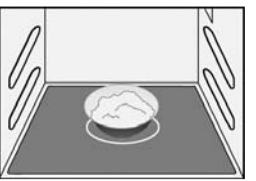
食品の分量と容器の大きさ

	食品の分量		容器の大きさ
あたためる	100g未満 手動調理で	100g~600g オート調理か手動調理で	 食品が7~8分目になる容器が目安

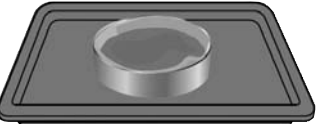
調理する	オート調理 のみもの 角皿スチーム デイリー カロリーカット	オート調理や手動調理は、本書に記載されている分量や容器に従ってください。 食品の分量や容器は本書の該当ページに従ってください。	
	手動調理 オープン(発酵) グリル レンジ(発酵)		

食品を置く位置

中央部に置く。2個以上の場合も中央部にまとめる。



テーブルプレート中央部分の温度をはかっていますので、食品を端に置いて加熱すると正しく食品の温度がはかれずに加熱しすぎや加熱ムラの原因となります。



2個以上の食品の同時加熱

分量を同じくらいにして中央部に寄せて置きます。 異なる容器や食品はうまく調理できません。 	異なる食品は手動調理で様子を見ながら加熱。 オープン(発酵) グリル レンジ(発酵)	異なる食品はオート調理はできません。
---------------------------------------------------------	---------------------------------------------------	------------------------

調理中の仕上がり状態の確認

調理中のドアの開閉は、できるだけさけ、開閉するときは、短時間にする。

確認はドア越しに

開閉するときは短時間に

温度を下げないためです。
ドアを開けると調理は中断されます。

オート調理後の追加加熱

追加加熱は、手動調理で様子を見ながら行う。

調理が終了

こんなときは・・・もう少し熱くしたいときや焦げ目をつけたいときなどは追加加熱をする

手動調理で様子を見ながら追加加熱する

調理後の食品や付属品の取り出し

注意
(やけどの原因)

調理中や調理終了後は食品や容器、付属品、庫内、ドアなど各部が熱くなる場合があるので注意する。

調理が終了したら、食品を早めに取り出す。余熱で仕上がりが変わることがあるためです。

調理終了音が鳴ったら取り出してください。

取り出し忘れ防止のために調理終了後、ドアが開けられるまでに、1分ごとに「ピピッ」と3回鳴ってお知らせします。

オープン、グリル調理で角皿を取り出すときは、中央部分を厚めの乾いたふきんやお手持ちのオープン用手袋を使い両手で取り出します。

メロディーの切り替えかた

好みによって、メロディー音を「ブザー音」や「無音」に変えられます。

ドアを開閉して表示部に「0」を表示させてから、温度/仕上がり を3秒間押し続けます。ピッとブザー音が鳴ったら切り替えが終了です。同じ操作でブザー音を無音に切り替えられます。さらに同じ操作でメロディー音にもどすことができます。

上手な使いかたのポイント

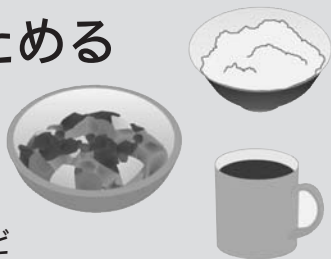
調理の手順

オート調理

調理方法は

あたためる

ごはん
お総菜
飲みものなど



オート調理であたためる → P.20、21

1あたため 2解凍あたため メニュー番号 1、2

オート調理であたためる → P.22

のみもの メニュー番号 3、4

調理する

グラタン
茶わん蒸し
鶏のハーブ焼きなど



オート調理で調理する → P.22～25

デイリー メニュー番号 5～13

角皿スチーム メニュー番号 14～18

カロリーカット メニュー番号 19～27

手動調理

レンジ
(発酵)

→ P.26～28、32

グリル

→ P.29

オープン
(発酵)

→ P.30、31、33

加熱の種類や時間、温度を手動で
設定して調理する

操作手順は



1回押す → 1あたため
2回押す → 2解凍あたため

のみもの

メニュー選択



あたため
スタート

デイリー

角皿
スチーム

カロリー
カット

メニュー選択



あたため
スタート

終了音が鳴ったら終了です

オープン
(発酵)

グリル

レンジ
(発酵)

10分

1分

10秒

または



温度/仕上がり



あたため
スタート

終了音が鳴ったら終了です

調理のあとは

冷却ファンの風切り音がする場合があります。

続けて調理しないときはお手入れをする。

脱臭

→ P.42

→ P.36

→ P.37

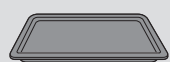
約10分放置すると自動的に電源が切れます。

→ P.2

「入」にするときはドアを開けます。

オート調理や加熱の種類で付属品
(角皿)を使い分ける

角皿を使う



操作手順の準備を右の絵で表示

角皿を使わない




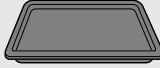


設定の取り消し、あたためや調理の中止は **とりけし**

オート調理




オート調理一覧

オート調理で使う付属品・参照ページ

メニュー分類	参照ページ		付属品の使用について	
	操作手順	作り方・コツ		
あたため	1 あたため	→ P.20	→ P.21	
	2 解凍あたため	→ P.20	→ P.21	
のみもの	3 牛乳	→ P.22	→ P.22	
	4 お酒	→ P.22	→ P.46	
デイリー	5 半解凍	→ P.22	→ P.24	
	6 解凍	→ P.22	→ P.24	
	7 葉・果菜	→ P.22	→ P.23	
	8 根菜	→ P.22	→ P.23	
	9 グラタン	→ P.22	→ P.58	
	10 ピザ	→ P.22	→ P.59	
	11 ケーキ	→ P.22	→ P.64	
	12 かんたんパン	→ P.22	→ P.72	
13 低温調理	→ P.22	→ P.60,61		

オート調理

オート調理で使う付属品・参照ページ

メニュー分類	参照ページ		付属品の使用について	
	操作手順	作り方・コツ		
角皿スチーム	14 茶わん蒸し	→ P.25	→ P.55	
	15 手づくり豆腐	→ P.25	→ P.55	
	16 和菓子	→ P.25	→ P.67	
	17 スフレ-ステーキ	→ P.25	→ P.66	
	18 プリン	→ P.25	→ P.68	
カロリーカット	19 鶏のハーブ焼き	→ P.22	→ P.49	
	20 スペアリブ	→ P.22	→ P.49	
	21 豚肉の野菜ロール	→ P.22	→ P.48	
	22 鶏のからあげ	→ P.22	→ P.52	
	23 エビフライ	→ P.22	→ P.53	
	24 ヒレカツ	→ P.22	→ P.53	
	25 オープン天ぷら	→ P.22	→ P.52	
	26 焼きそば	→ P.22	→ P.56	
	27 チンジャオロウス-	→ P.22	→ P.56	

オート調理