

# スチームオーブンレンジ

## MS-2401

### 取扱説明書

#### もくじ

##### ご使用の前に

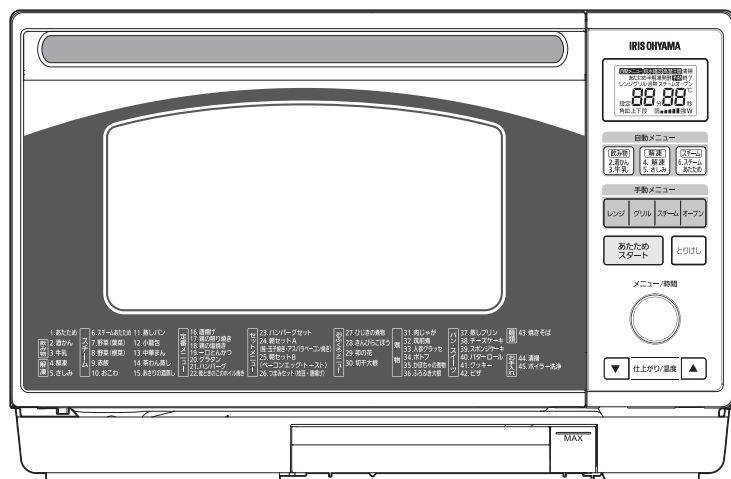
|                    |    |
|--------------------|----|
| 安全上の注意 .....       | 2  |
| 使用上の注意 .....       | 6  |
| 加熱の仕組み .....       | 7  |
| 使える容器・使えない容器 ..... | 8  |
| 各部の名称 .....        | 10 |

##### 取り扱いかた

|                     |    |
|---------------------|----|
| 準備 .....            | 13 |
| 使いかた 基本 .....       | 15 |
| 使いかた 自動メニュー .....   |    |
| あたため .....          | 17 |
| 飲み物 .....           | 18 |
| 解凍 .....            | 19 |
| スチーム .....          | 20 |
| ゆで野菜 .....          | 21 |
| その他の自動メニュー .....    | 22 |
| 使いかた 手動メニュー .....   |    |
| レンジ .....           | 25 |
| グリル .....           | 28 |
| スチーム .....          | 29 |
| オーブン .....          | 30 |
| 使いかた お手入れメニュー ..... | 35 |
| お手入れ .....          | 36 |
| クッキングガイド .....      | 37 |

##### こんなときには

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 故障かな？と思ったら .....  | 56  |
| 仕様 .....          | 58  |
| 保証とアフターサービス ..... | 59  |
| 保証書 .....         | 裏表紙 |



この商品は海外ではご使用になれません。  
FOR USE IN JAPAN ONLY

#### 保証書 付 (裏表紙)

このたびは、お買い上げいただきまことにありがとうございます。

- この取扱説明書をよくお読みになり、正しくお使いください。
- ご使用の前に「安全上の注意」を必ずお読みください。
- この取扱説明書はお使いになる方がいつでも見ることができるよう大切に保管してください。
- 「保証書」は「お買い上げ日」「販売店名」の記入を必ず確かめ、販売店からお受け取りください。

# 安全上の注意

最初に、この「安全上の注意」をよく読んでいただき、正しく使用してください。  
人への危害や、財産への損害を未然に防止するため、必ず守る必要があることを説明しています。

## 図記号の意味



注意を促す記号です。



禁止を示す記号です。



必ず行うことを示す記号です。

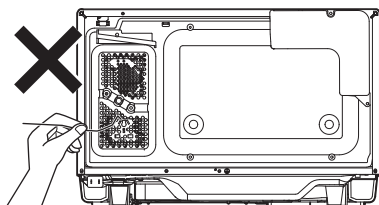


## 危険

誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う  
おそれが高い、差し迫った内容を示しています。



- 吸気口・排気口や製品のすきま、庫内の開口部に、異物を入れない  
火災・感電・けがの原因になります。  
異物が入ったときは、お買い上げの販売店  
または修理専用コールにご相談ください。



分解禁止

- 分解・修理・改造をしない  
火災・感電・けがの原因になります。修理  
技術者以外の方が修理を行うことは危険  
です。  
修理については、お買い上げの販売店また  
は修理専用コールにご相談ください。



## 警告

誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う  
おそれがある内容を示しています。

### 電源プラグ・電源コードは正しく使う



- 電源プラグのほこりは定期的に取り  
ほこりがたまると、湿気などで絶縁不良に  
なり、火災・感電の原因になります。
- 電源プラグはコンセントの奥まで確実  
に差し込む  
ショートによる火災・感電の原因になりま  
す。
- 電源は交流100V、定格15A以上の  
コンセントを単独で使う  
火災の原因になります。



プラグを抜く

- お手入れや点検、移動の際は、必ず電  
源プラグをコンセントから抜く  
感電やけがの原因になります。  
ただし、使用后1分は冷却のため、電源プ  
ラグを抜かないでください。



ぬれ手禁止

- ぬれた手で電源プラグの抜き差しをし  
ない  
感電・やけど・けがの原因になります。



- 電源コードや電源プラグが傷んだり、  
コンセントの差し込みがゆるいとき  
は使わない  
ショートによる火災・感電の原因になり  
ます。電源コードが破損したときは、修  
理専用コールへお問い合わせください。
- 電源コードをたばねて通電しない  
過熱してやけど・火災の原因になります。  
電源コードは、必ずのばして使用してく  
ださい。
- 持ち運び時や収納時に電源コードを  
引っ張らない  
火災・感電の原因になります。
- 電源コードを傷つけない  
傷つける、加工する、無理に曲げる、引っ  
張る、ねじる、重いものを載せる、挟み  
込むなどしないでください。  
電源コードが破損し、火災・感電の原因  
になります。



アースを  
必ず接続

- **アースを必ず取り付ける**  
故障したり漏電したりしたときに、感電のおそれがあります。

次のような場所で使用する場合は、法律でアース工事（D種設置工事）が義務付けられています。

- **湿気の多い場所**  
土間・コンクリート床・貯蔵室など  
飲食店の厨房など
- **水気のある場所**  
洗い場など水を扱うところ  
水滴が飛び散るところ  
地下室など結露しやすいところ



- **水気の多いところで使用する場合は、漏電遮断機を設置する**  
水気の多いところに設置する場合は、アースの他に漏電遮断機の設置が義務付けられています。（ご家庭の分電盤に設置されていることがあります。）  
詳しくは、お買い上げの販売店または電気工事店にご相談ください。

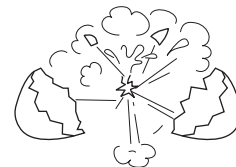


- **アースは、ガス管や水道管、電話線や避雷針のアース線には絶対に接続しない**  
爆発・火災の原因になります。

## レンジ加熱時は



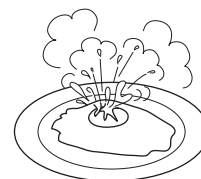
- **卵は必ず割りほぐしてから加熱する**
- **殻や膜付きの食材は必ず切れ目を入れる**
- **びんや密封容器のふたは必ず外してから加熱する**  
破裂して、けがややけどの原因になります。



- **乳児のミルクやベビーフード、介護食などをあたためるときは、加熱後かきまぜて温度を確認する**  
やけどのおそれがあります。



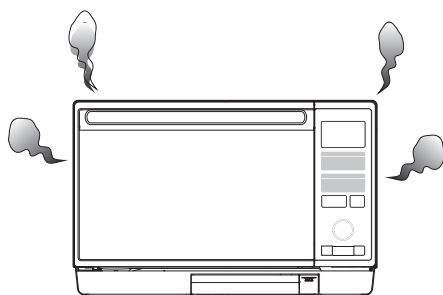
- **缶詰・瓶詰め・袋詰め・レトルト食品・真空パック食品は加熱しない**  
破裂のおそれがあります。必ず別容器に移し替えてから加熱してください。
- **ゆで卵、目玉焼きなどは加熱しない**  
爆発して大変危険です。



## 調理中は



- **調理中はそばを離れない**  
食材が発煙・発火することがあるので、注意してください。
- **繊維質の多い食材・小さく切った食材・少量の食材は発火することがあるので、注意する**  
ラップをする、加熱しすぎないなど注意して調理してください。



- **屋外で使用しない**
- **壁や家具、カーテンなど、燃えやすいものの近くで使用しない**
- **畳・じゅうたん・テーブルクロスなど熱に弱いものの上で使用しない**  
火災の原因になります。

## 飲み物などの加熱時は



- **加熱しすぎない**
- **加熱前・加熱後はスプーンなどでかきまぜる**  
飲み物や油脂分の多い液体（生クリームなど）は、加熱後取り出すときに突然沸騰して飛び散ることがあり、やけどの原因になります。  
加熱しすぎたときは、庫内で冷ましてから取り出してください。



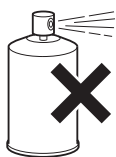
水ぬれ禁止

- **水まわり、風呂場など湿気のある場所では絶対に使用しない**
- **本体を水につけたり、本体に水をかけたりしない**  
火災・感電の原因になります。

# 安全上の注意 つづき



- スプレーをかけない  
(殺虫剤、整髪料、潤滑油など)
- 引火性のもの(灯油・ガソリン・シンナーなど)、可燃性のもののそばで使わない
- 油煙の舞う場所や近くで使用しない  
火災の原因になります。



- 子どもなど取り扱いに不慣れな人だけで使わせたり、幼児に触れさせたりしない
- 乗ったり寄りかかったりしない  
感電・やけど・けがなどの原因になります。
- 扉に無理な力を加えない  
変形して電波漏れにより人体に被害を及ぼしたり、火災の原因になります。



- 異常・故障時には直ちに使用を中止し、電源プラグをコンセントから抜く  
発煙・火災・感電のおそれがあります。  
【異常の例】
- 異常な音やにおいがする
- 電源プラグ・電源コードが異常に熱くなる
- 電源コードを動かすと、通電したりしなかったりする
- 運転中時々電源が切れる
- 触れるとビリビリ電気を感じる
- ➔ 使用を中止し、お買い上げの販売店またはアイリスコールへお問い合わせください。



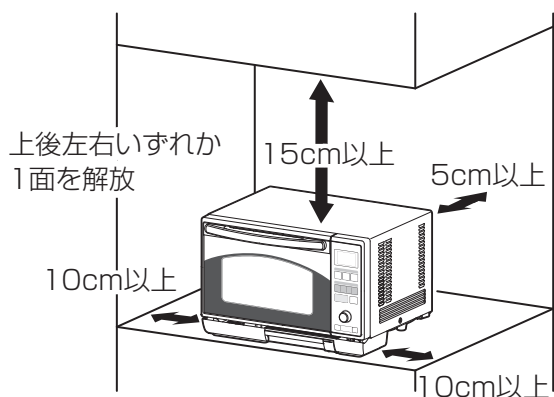
## 注意

誤った取り扱いをすると、人がけがをしたり、物的損害が発生するおそれがある内容を示しています。

### 安全に設置する



- 水平で安定した場所で使用する  
不安定な場所で使用すると、落下・転倒してけがや火災の原因になります。
- 壁・家具・カーテンなどから図に示す距離を離す  
壁・家具・カーテンの損傷・汚損、さらにせまい場所に設置すると、過熱・火災の原因になります。風通しが良く、水などのかからないところに設置してください。



- 肩より高い位置に設置しない  
食材を取り出すときに不安定になり、けがややけどの原因になります。



- 本体が転倒・落下した場合は、外部に損傷がなくても使用しない
- 扉が損傷したら使用しない  
感電や電波漏れによる人体への被害のおそれがあります。点検・修理は、お買い上げの販売店または修理専用コールへご依頼ください。
- 扉にもものをはさんだまま使用しない  
誤動作して、電波漏れにより人体に被害を及ぼしたり、過熱して火災の原因になります。



- 調理以外の用途に使用しない  
衣類やふきんなどの乾燥、食品の収納などに使用しないでください。異常動作・火災の原因になります。
- 業務用など家庭用以外の用途に使用しない  
本製品は家庭用として設計されています。業務用など家庭用以外の用途に使用すると、火災などの原因になります。



- 本体の上にもものを置かない
- 本体の下にもものを置かない  
火災の原因になります。



### 加熱禁止



- レンジで金属容器や金串は使用しない  
放電・火花・過熱・やけどの原因になります。  
アルミホイルを使用する場合は、庫内壁面に近づけないよう注意してください。
- 鮮度保持剤（脱酸素剤）を入れたまま加熱しない  
火災の原因になります。
- 庫内が空のままレンジ加熱しない  
過熱して火災の原因になります。

### 加熱中・加熱後は



接触禁止

- 高温になっている部分にさわらない  
加熱中・加熱直後は、容器・扉・庫内などが熱くなっていることがあるので、やけどのおそれがあります。  
食器を取り出すときは、ミトンやふきんなどを使用してください。



高温注意

- ラップを外すときは注意する  
蒸気でやけどするおそれがあります。



プラグを抜く

- 電源プラグを抜くときは、電源コードを持たずに必ず電源プラグを持って引き抜く  
電源コードが破損し、火災・感電の原因になります。
- 長期間使わないときは、必ず電源プラグをコンセントから抜く  
絶縁低下により、火災・感電の原因になります。



- 電源コードは本体の下を通さない  
火災の原因になります。

### 食材が発煙・発火した場合は



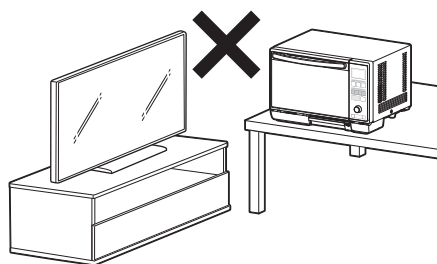
- 扉を開けない  
食材が発火した場合は、すぐに調理を中止し、電源プラグを抜いて、炎が消えるまで扉を開けないでください。空気が流れ込み、炎が大きくなります。  
また、扉に水をかけないでください。ガラス扉が割れることがあります。



- 庫内は常にきれいにする  
発火するおそれがあります。  
また、庫内が損傷すると、電波漏れなど危険な状態になるおそれがあります。

## 使用上の注意

- ラジオやテレビに近づけないでください。  
ラジオやテレビにノイズが入る場合があります。



- 無線LAN機器から離してください。  
無線LANの通信機能が低下する場合があります。

- 扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。  
扉を開けたままにすると、10分後に庫内灯は消灯しますが、電源は切れません。
- 扉を閉めた状態で、何も操作をしないで約5分経過すると、電源が切れます。
- このレンジは、ボタンを操作するとお知らせ音が鳴ります。調理終了も音でお知らせします。
- 取り忘れ防止のために、調理終了後扉を開けないと「ピッ、ピッ、ピッ♪」と鳴ってお知らせします。(1分ごとに5分間くり返した後、電源が切れます。)

### 廃棄について

- 製品や梱包材の廃棄については、お住まいの自治体の取り決めにしたがって処理してください。

# 加熱の仕組み

本製品は、レンジ加熱・ヒーター加熱・スチーム加熱の機能を持った調理器です。

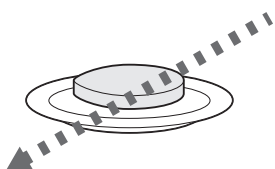
それぞれの機能が単独で使用できる他、自動メニューではこれらを組み合わせて適切な加熱方法で調理します。

## レンジ加熱

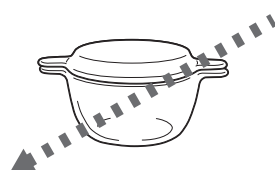
庫内に電波が放射されると、食品に含まれる水分子に吸収され加熱されます。



水分のある食品は電波を吸収します。



水分が凍っていると電波が吸収されにくくなります。



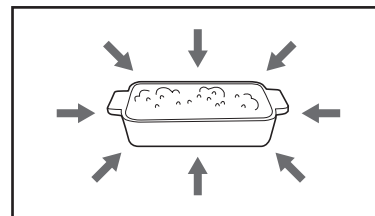
ガラス容器、陶器などは電波を透過して吸収されません。



金属製の器は電波を反射します。

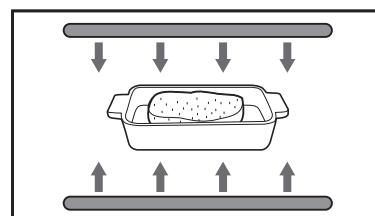
## ヒーター加熱（オーブン）

上下にあるヒーターで庫内の温度を一定に保ち、じっくり焼き上げます。中までよく火を通したいときに使います。



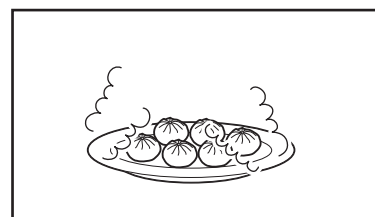
## ヒーター加熱（グリル）

上下にあるヒーターで高温で一気に焼き上げます。火の通りやすいものや、表面に焦げ目をつけたいときに使用します。

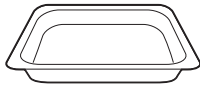
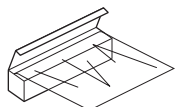
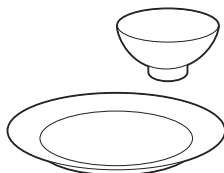


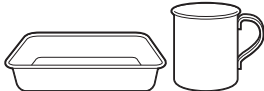
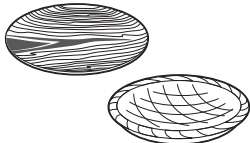
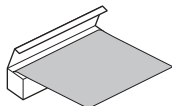
## スチーム加熱

蒸気で加熱します。蒸し調理や、レンジ加熱と併用してふっくらと仕上げるときに使用します。



# 使える容器・使えない容器

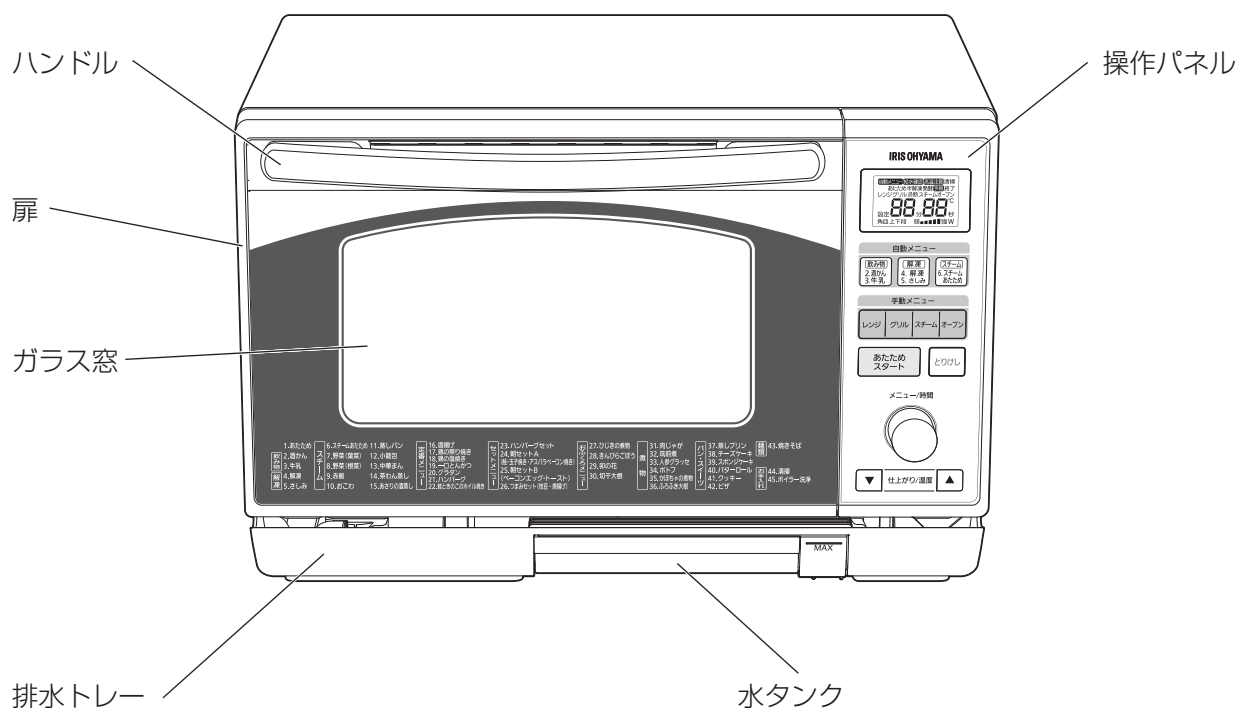
| 容器の種類                                                                                      |                                                                                                                | レンジ加熱                                                                                                                         | ヒーター加熱<br>(オーブン・グリル)                        | スチーム加熱 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|--------|
| 付属の角皿<br> |                                                                                                                | ✕ 使えません                                                                                                                       | ○ 使えます                                      |        |
| ガラス                                                                                        | 耐熱性がある<br>                    | ○ 使えます<br>・ただし、急熱・急冷すると割れることがあります。                                                                                            |                                             |        |
|                                                                                            | 耐熱性がない<br>                    | ✕ 使えません<br>・カットグラス・強化ガラスも使えません。                                                                                               |                                             |        |
| プラスチック                                                                                     | 耐熱性がある<br>(耐熱温度：140℃以上)<br>   | ○ 使えます<br>・「電子レンジ使用可能」の表示のあるものを使えます。<br>・金属ねじを使用しているものは使えません。                                                                 | ✕ 使えません<br>・ただし、オーブン調理で設定温度が耐熱温度以下であれば使えます。 | ○ 使えます |
|                                                                                            | 耐熱性がない<br>(耐熱温度：140℃未満)<br> | ✕ 使えません<br>・耐熱性容器でも、ふたは耐熱性でないことがあるので確認してください。<br>・熱で変形するものも使えません。(スチロール・ポリエチレン (PET) など)<br>・ただし、レンジ加熱の解凍や、オーブン加熱の発酵などでは使えます。 |                                             |        |
|                                                                                            | ラップ<br>(耐熱温度：140℃以上)<br>    | ○ 使えます<br>・ただし、油分の多い料理は耐熱温度より高温になるので使えません。                                                                                    | ✕ 使えません<br>・ただし、オーブン加熱の発酵では使うことがあります。       | ○ 使えます |
| 陶磁器                                                                                        | 耐熱性がある<br>                  | ○ 使えます<br>・ただし、急熱・急冷すると割れることがあります。<br>・金銀模様・絵柄・ひび模様のある器は、火花が出たり、傷んだりすることがあるので使えません。                                           | ○ 使えます<br>・ただし、急熱・急冷すると割れることがあります。          |        |
|                                                                                            | 耐熱性がない<br>                  | ✕ 使えません                                                                                                                       | ✕ 使えません<br>・水分がしみこんでひび割れなどの原因になることがあります。    |        |

| 容器の種類 |                                                                                                                          | レンジ加熱                                                          | ヒーター加熱<br>(オープン・グリル)                                               | スチーム加熱                           |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| 金属    | アルミ・ほうろうなどの<br>金属容器<br>                 | ✕ 使えません<br>・金串、金網、金箔・銀箔のフィルムやテープ、針金の入ったものも使えません。               | ○ 使えます                                                             |                                  |
|       | アルミホイル<br>                              | △<br>・なま物の解凍などで部分的に使うことがあります。(庫内壁面に近づけたり、鋭利な部分を作らないようにしてください。) | ○ 使えます                                                             |                                  |
| 紙・木・竹 | 漆器<br>                                  | ✕ 使えません<br>・塗りがはげたり、ひび割れしたりすることがあります。                          |                                                                    |                                  |
|       | 紙・木・竹<br>                             | ✕ 使えません<br>・加熱しすぎると燃えたりすることがあります。<br>・釘や針金など金属を使用しているものは使えません。 | ✕ 使えません                                                            | ✕ 使えません<br>・スチームの熱で破損するおそれがあります。 |
|       | クッキングペーパー<br>クッキングシート<br>クッキングバック<br> | ○ 使えます<br>・ただし加熱しすぎると燃えたりすることがあります。                            | △<br>・クッキングシートは、自動メニューで使うことがあります。<br>・発煙・発火することがあるので、注意して使用してください。 | ○ 使えます                           |

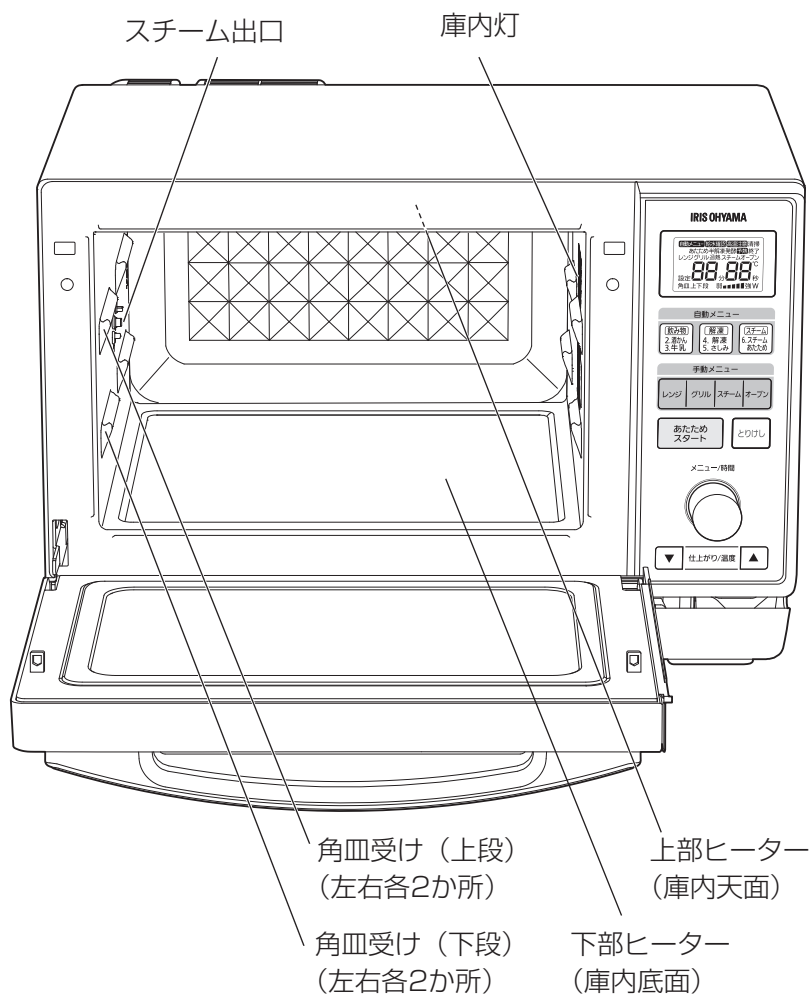


# 各部の名称

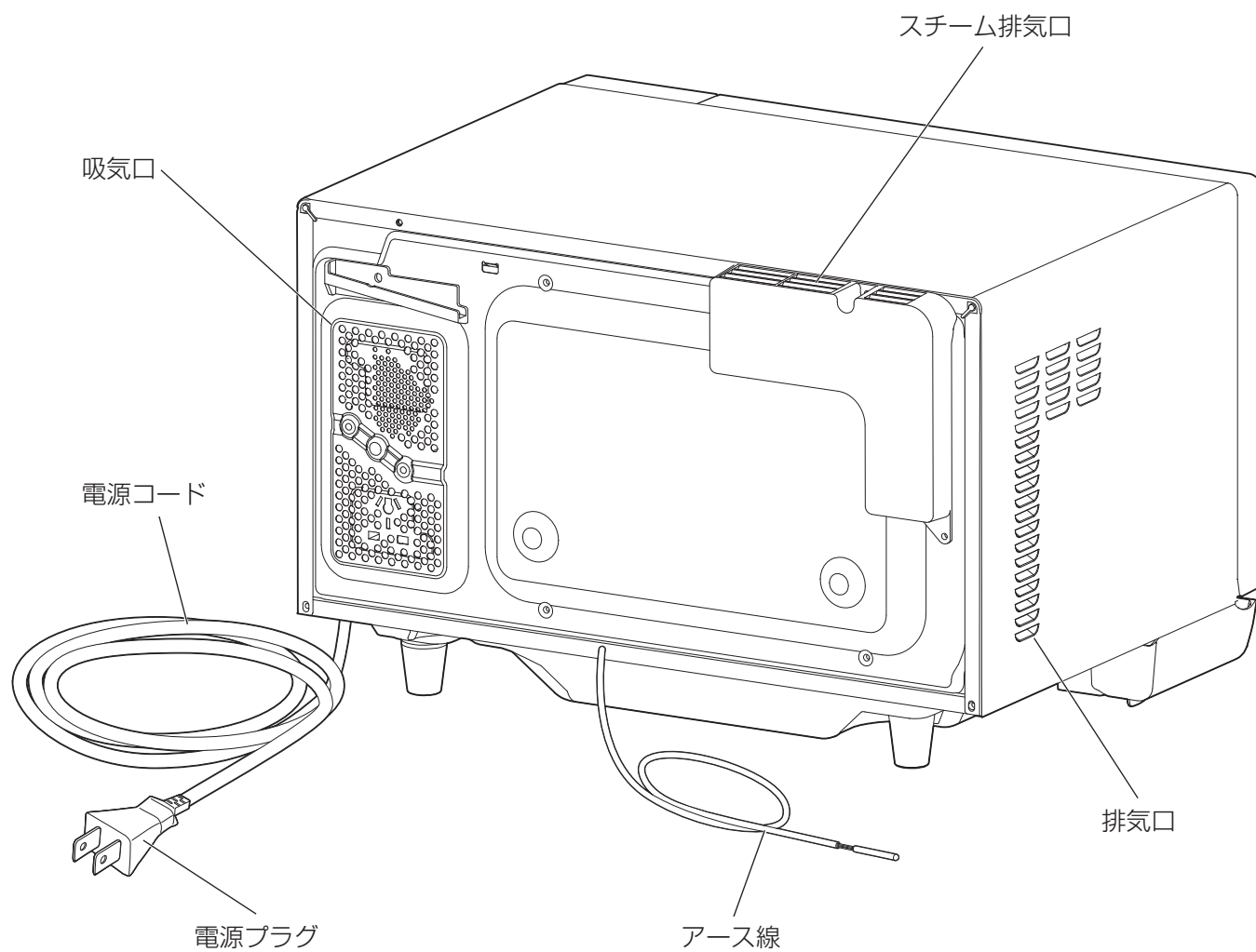
## ■正面



## ■庫内

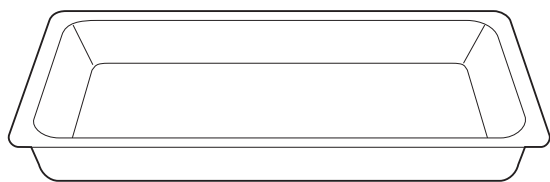


## ■背面



## ■付属品

角皿（金属製）



# 各部の名称 つづき

## ■ 操作部

### 表示部

加熱時間やメニュー番号などが表示されます。

### 手動メニューボタン

手動で加熱するときに、加熱の種類を選びます。

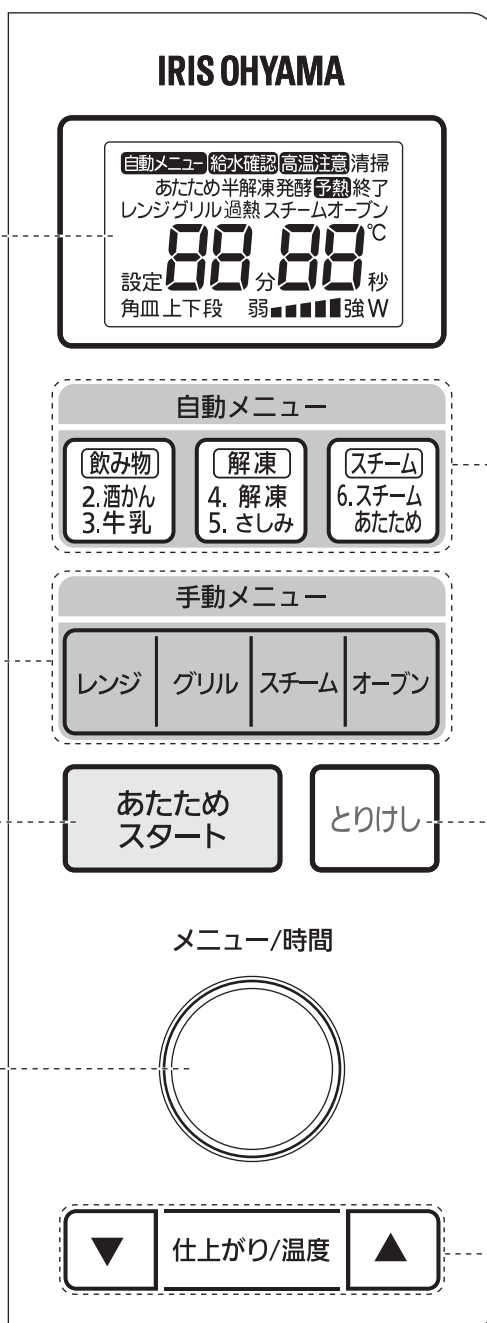
(→P13、25～34)

### スタートボタン

ボタンを押すと加熱がスタートします。

### メニュー／時間つまみ

7～45の自動メニューを選ぶとき、時間を設定するときに使います。



### 自動メニューボタン

自動の基本メニュー（2～6）を選びます。(→P18～20)

### とりけしボタン

設定を取り消したり、加熱を途中で止めるときに押します。

(→P15～16)

長押しすると、お知らせ音の切／入を切り替えできます。

(→P16)

### 仕上がり／温度ボタン

自動メニューの仕上りの調整や、手動メニューのオープンの調理温度の設定に使用します。

# 準備

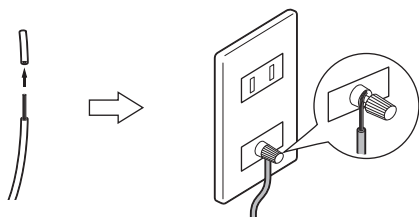
## ■ 設置

**1** 4ページの「安全に設置する」にしたがって、設置する

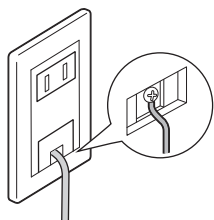
**2** アースを接続する

アース端子付きコンセントがある場合

- ・アース線先端の絶縁被覆を抜き取り、導線部分をアース端子に差し込んで固定します。

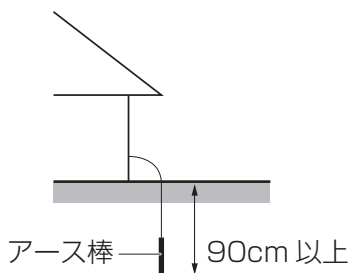


- ・ふた付きの場合は開けてつないでください。



アース端子付きコンセントがない場合

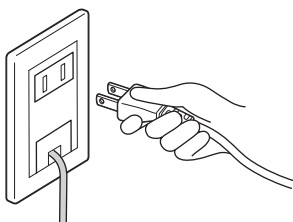
- ・アース棒の設置が必要です。販売店または電気工事店に相談してください。



### 警告

- ガス管や水道管、電話線や避雷針のアース線には絶対に接続しないでください。

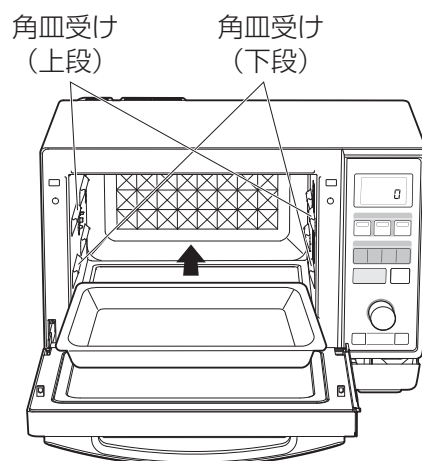
**3** 電源プラグをコンセントに差し込む



## ■ から焼き

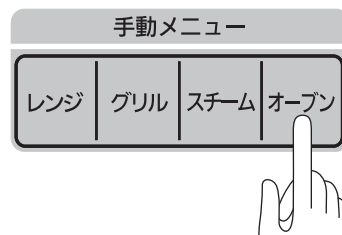
- オーブン・グリルを初めて使用するときに、煙やにおいが出ることもあるので、使用を始める前から焼きしてください。
- から焼きするときは、必ず換気してください。また、小鳥や小動物は別な部屋に移してください。

**1** 角皿を上段または下段の角皿受けにセットする



**2** 扉を閉め、手動メニューのオープンボタンを2回押す

- ・設定・角皿・オープン・170℃が表示されます。



- ※操作を取り消すとき、加熱を途中で止めるときはとりけしボタンを押してください。

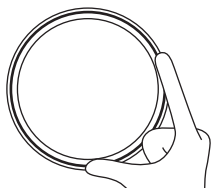
**3** 仕上がり／温度ボタンで温度を200℃に設定する



# 準備 つづき

## 4 メニュー／時間つまみを回して時間を20分に設定する

メニュー／時間



## 5 あたためスタートボタンを押す

- ・ から焼きが開始されます。



- ・ 表示部に残り時間が表示されます。
  - ・ 終了すると、「ピッ ♪」と5回鳴ってお知らせします。
- ※ 1回のから焼きでにおいを取りきれない場合でも、何度か調理をするとおいになります。



### 注意

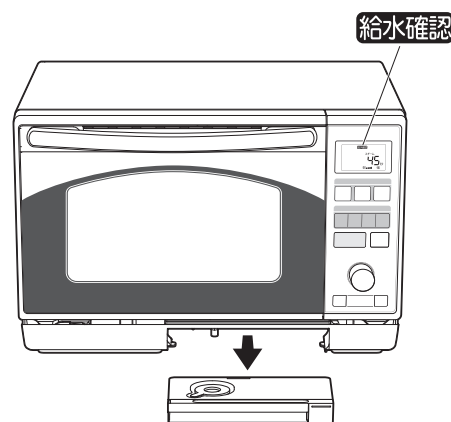
- 加熱中・加熱直後はガラス扉や庫内壁面、角皿が熱くなりますのでやけどに注意してください。

## ■ 水タンクに給水する

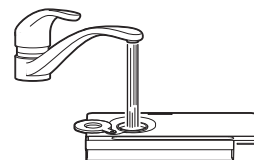
スチーム加熱を使用するときは、水タンクにMAXまで給水してください。

- スチーム加熱を使用するときに、水タンクの水が不足していたり、水タンクが確実に差し込まれてなかったりすると、**給水確認**が表示されます。
- スチーム加熱を使用した調理中に水タンクの水がなくなると、調理は一時停止して、**給水確認**が点滅表示されます。水タンクに給水してセットした後にあたためスタートボタンを押すと、調理は再開します。

## 1 水タンクを手前に引いて取り外す



## 2 ふたを開け水道水を入れる



- ※ 水タンクについた水滴は拭き取ってください。
- ※ 水タンクを斜めにすると、水タンクの吸気穴より水がこぼれるので注意してください。



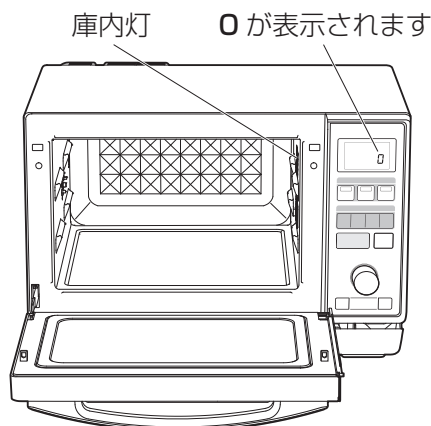
### 注意

- 水道水以外は使用しないでください。浄水器の水・アルカリイオン水・井戸水・ミネラルウォーターなどは、腐食・においなどの原因になります。
- 調理後残った水は捨て、調理前に毎回新しい水を入れてください。

## 3 水タンクを元どおりにセットする。

## ■電源を入れるには

- ・扉を開けると電源が入ります。
- ・扉を開けたときは、庫内灯が点灯します。

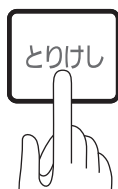


※扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。

※扉を開けたままだと、約10分で庫内灯は消灯しますが、電源は切れません。

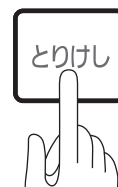
## ■操作を取り消すには

- ・操作中にとりけしボタンを押すと、操作は取り消されて最初の状態に戻ります。
- ・1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。



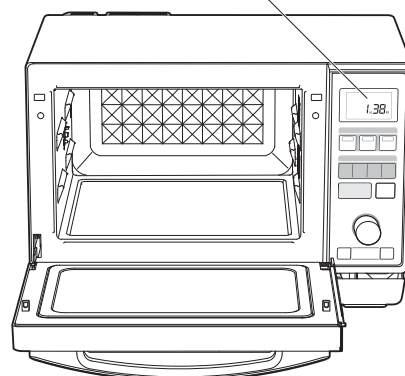
## ■加熱を一時停止するには

- ・自動メニューでは、センサーが働くと残り時間が表示されます。手動メニューは最初から残り時間が表示されます。  
残り時間の表示中にとりけしボタンを押すと、加熱は一時停止します。



- ・残り時間が表示されている場合は、加熱の途中で扉を開けたときも、加熱が一時停止します。

残り時間が表示されます

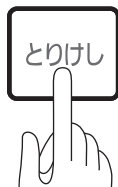


- ・扉を閉めてあたためスタートボタンを押すと加熱が再開します。

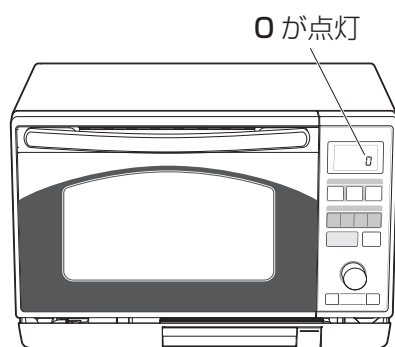


## ■加熱を停止するには

- 自動メニューで残り時間が表示される前に**とりけし**ボタンを押すと、加熱は停止して最初の状態に戻ります。
- 一時停止中に**とりけし**ボタンを押すと、加熱は停止して最初の状態に戻ります。

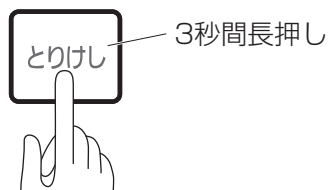


- 自動メニューで残り時間が表示される前に扉を開けると、加熱は停止して最初の状態に戻ります。



## ■お知らせ音を切ったり、入れたりするには

- 表示部に**0**が表示されているときに、**とりけし**ボタンを3秒以上長押ししてください。長押しするたびに**OFF**または**ON**が3秒間表示され、お知らせ音の切/入が切り替わります。



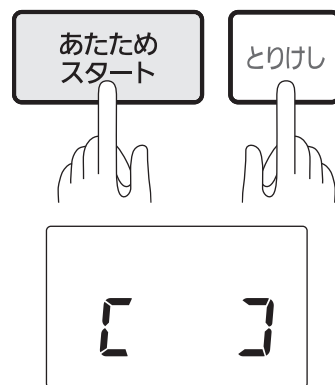
## ■チャイルドロック

子どものいたずら事故を防ぐために、チャイルドロックをかけることができます。

### チャイルドロックをかけるには。

- **とりけし**ボタンを押しながら**あたためスタート**ボタンを押してください。
- 表示部に[ ]が表示されます。

※ **あたためスタート**ボタンを先に押すと加熱が開始されてしまいます。**とりけし**ボタンを先に押すようにしてください。



- 再度**とりけし**ボタンを押しながら**あたためスタート**ボタンを押すと、チャイルドロックは解除されます。



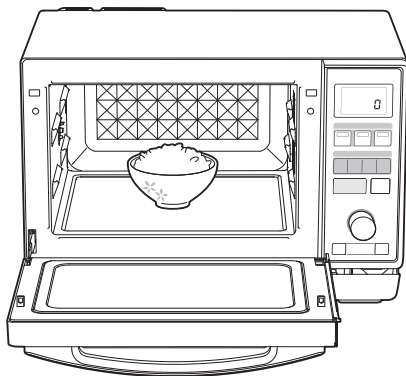
# 使いかた 自動メニュー（あたため）

食品の温度を検知して自動であたためます。

- レンジ加熱を使用します。付属の角皿・金属の容器は使えません。（→P8～9）

## 1 食品を入れる

- ・扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- ・食品を耐熱性の容器に入れて庫内に入れ、扉を閉めます。
- ・食品は、できるだけ中央に、均等に配置してください。



※ごはんはラップをせず、固めのときは水をふりかけてください。



### 警告

- 弁当は、調味料の容器・まるごとのゆで卵・アルミカップなどは取り出してから加熱してください。

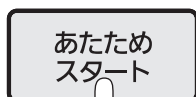


### 注意

- 飲み物は、加熱前と加熱後にスプーンなどでかきまぜてください。

## 2 あたためスタートボタンを押す

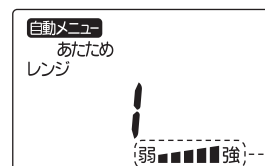
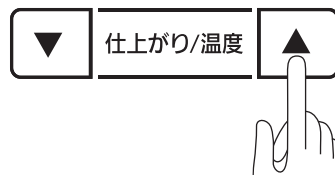
- ・表示部に「1」が表示され、加熱が開始されます。
- ・10秒後にレンジが表示されます。



※残り時間が表示される前にとりけしボタンを押すと、加熱は停止して最初の状態に戻ります。

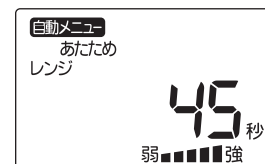
## 3 必要に応じて仕上がり／温度ボタンで調整する

- ・仕上がり調整表示が点滅している間は、仕上がり／温度ボタンで仕上がりの強弱を調整できます。



仕上がり調整表示

- ・センサーが働くと残り時間が表示されます。



※残り時間が表示された後でとりけしボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。一時停止中はあたためスタートボタンを押すと加熱を再開します。

- ・加熱が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。



### 注意

- 加熱後は容器が熱くなるので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください

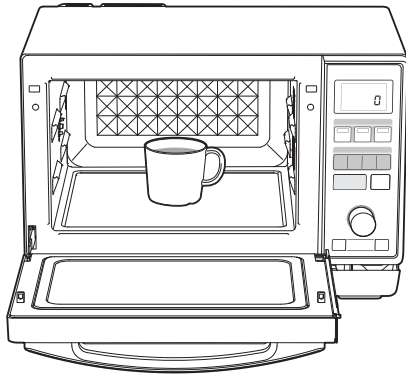
# 使いかた 自動メニュー（飲み物）

食品の温度を検知して自動であたためます。

- レンジ加熱を使用します。付属の角皿・金属の容器は使えません。（→P8～9）

## 1 食品を入れる

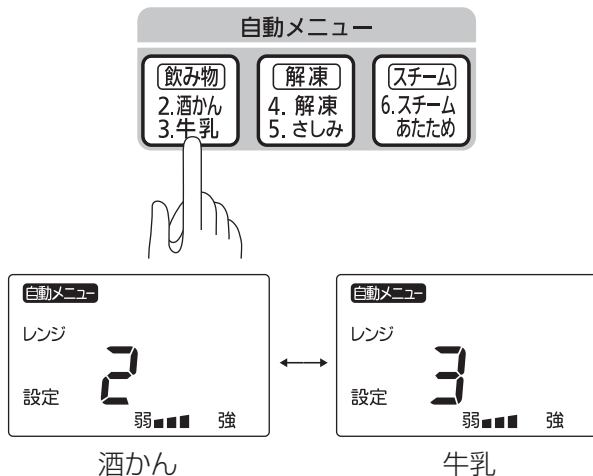
- ・扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- ・食品を耐熱性の容器に入れて庫内に入れ、扉を閉めます。
- ・食品は、できるだけ中央に、均等に配置してください。



**注意** ●飲み物は、加熱前と加熱後にスプーンなどでかきまぜてください。

## 2 自動メニューの飲み物を選ぶ

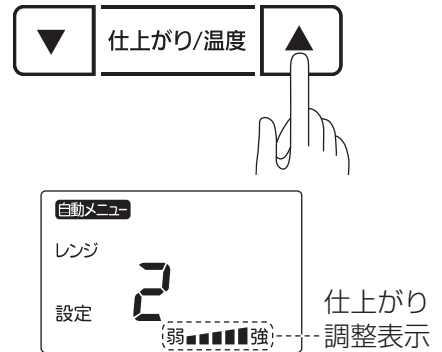
- ・**飲み物** ボタンを押すたびにメニューが切り替わります。



- ※操作を取り消すときは**とりけし**ボタンを押してください。
- ※1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。

## 3 必要に応じて仕上がり／温度ボタンで調整する

- ・仕上がりの強弱が調整されます。



## 4 あたためスタートボタンを押す

- ・加熱が開始されます。
- ・**レンジ**の表示が一旦消え、10秒後に再度表示されます。



※残り時間が表示される前にとりけしボタンを押すと、加熱は停止して最初の状態に戻ります。

- ・センサーが働くと残り時間が表示されます。



※残り時間が表示された後で**とりけし**ボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。一時停止中は**あたためスタート**ボタンを押すと加熱を再開します。

- ・加熱が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。



**注意**

- 加熱後は容器が熱くなるので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。

# 使いかた 自動メニュー（解凍）

食品の温度を検知して、冷凍食品やさしみを自動で解凍します。

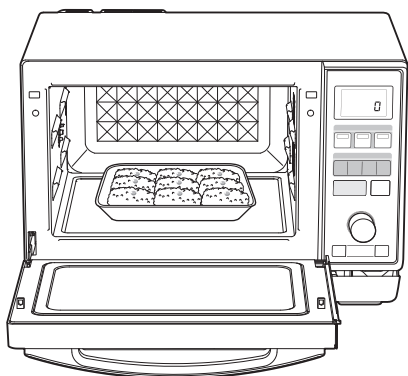
- レンジ加熱を使用します。付属の角皿・金属の容器は使えません。（→P8～9）
- 食材は3cm以内に厚さをそろえてください。
- 解凍しかかっている食材は仕上がりにむらが出て、一部が煮えてしまうことがあります。解凍する直前まで冷凍庫から出さないでください。
- 少量の食品（100g未満）は、煮えや変色のおそれがあるので解凍はできません。
- 食材の細い部分や薄い部分にアルミホイルを巻くと、煮えや変色をおさえることができます。



- アルミホイルを使うときは、庫内壁面に近づけないでください。また鋭利な部分を作らないでください。火花が出る場合があります。

## 1 食品を入れる

- ・扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- ・食品のラップは外し、発泡スチロールのトレーに載せたまま庫内に入れ、扉を閉めます。
- ・発泡スチロールのトレーがないときは、耐熱性の容器に入れてください。
- ・食品は、できるだけ中央に、均等に配置してください。

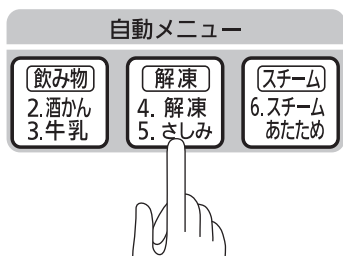


## 注意

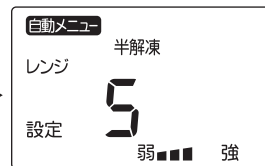
- 発泡スチロールのトレーは熱で溶けることがあるので、加熱のしすぎに注意してください。

## 2 自動メニューの解凍を選ぶ

- ・解凍ボタンを押すたびにメニューが切り替わります。



解凍



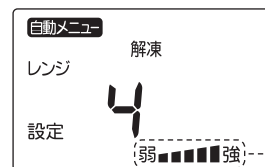
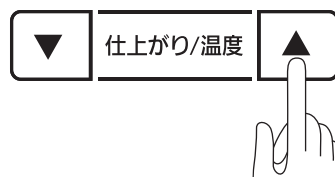
さしみ

※操作を取り消すときはとりけしボタンを押してください。

※1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。

## 3 必要に応じて仕上がり／温度ボタンで調整する

- ・仕上りの強弱が調整されます。



仕上がり調整表示

## 4 あたためスタートボタンを押す

- ・加熱が開始されます。
- ・レンジの表示が一旦消え、10秒後に再度表示されます。



※残り時間が表示される前にとりけしボタンを押すと、加熱は停止して最初の状態に戻ります。

- ・センサーが働くと残り時間が表示されます。



※残り時間が表示された後でとりけしボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。一時停止中はあたためスタートボタンを押すと加熱を再開します。

- ・加熱が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。

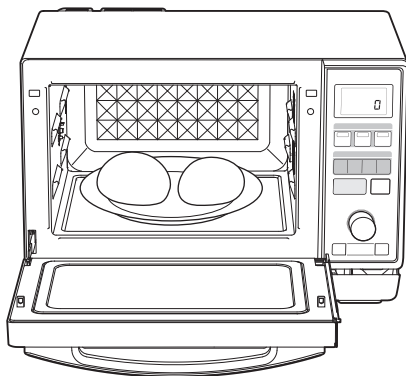
# 使いかた 自動メニュー（スチーム）

食品の温度を検知して、スチームを使用して自動であたためます。

- スチーム加熱とレンジ加熱を組み合わせで使用します。付属の角皿・金属の容器は使えません。（→P8～9）
- 使用前に水タンクに給水してください。（→P14）
- ラップはしないでください。

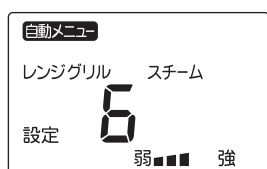
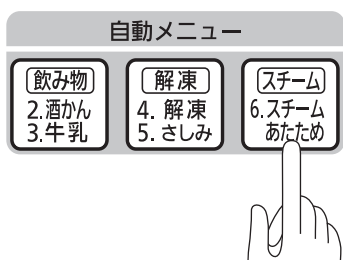
## 1 食品を入れる

- ・扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- ・食品を耐熱性の容器に入れて庫内に入れ、扉を閉めます。
- ・食品は均等に、くっつかないように配置してください。



## 2 自動メニューのスチームボタンを押す

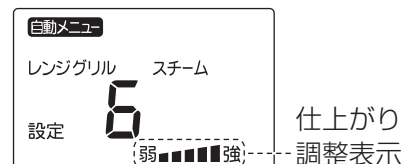
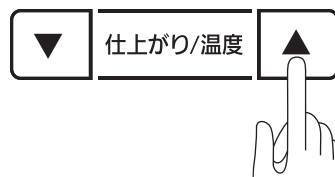
- ・「6」が表示されます。



- ※ 操作を取り消すときはとりけしボタンを押してください。
- ※ 1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。

## 3 必要に応じて仕上がり／温度ボタンで調整する

- ・仕上りの強弱が調整されます。



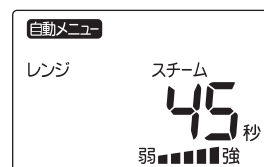
## 4 あたためスタートボタンを押す

- ・加熱が開始されます。
- ・レンジの表示が一旦消え、20～30秒後にグリルの表示が消えるとレンジが再度表示されます。



- ※ 残り時間が表示される前にとりけしボタンを押すと、加熱は停止して最初の状態に戻ります。

- ・センサーが働くと残り時間が表示されます。



- ※ 残り時間が表示された後でとりけしボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。一時停止中はあたためスタートボタンを押すと加熱を再開します。

- ・加熱が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。



- 加熱後は容器が熱くなるので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。
- 加熱中・加熱直後はガラス扉や庫内壁面が熱くなりますのでやけどに注意してください。

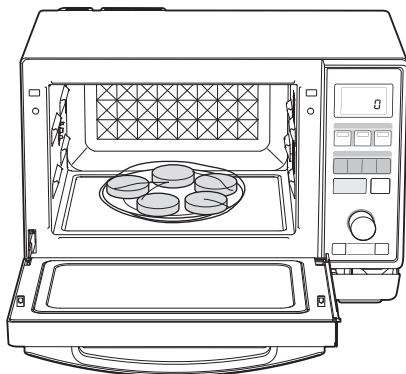
# 使いかた 自動メニュー（ゆで野菜）

温度を検知して、自動でゆで野菜を作ります。

- レンジ加熱を使用します。付属の角皿・金属の容器は使えません。（→P8～9）
- 食材は3cm以内に厚さをそろえてください。
- 調理できる分量は、100～300gです。
- 食材は耐熱皿にできるだけ重ならないように並べ、ラップでおおいます。ラップは、蒸気がもれないように容器をきっちりとおおってください。
- 油分を含む食材を加熱するときは、ラップの耐熱温度を超えるおそれがあるので注意してください。

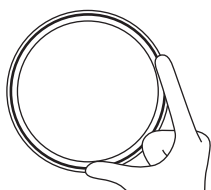
## 1 食品を入れる

- ・扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- ・庫内中央に置いて、扉を閉めます。



## 2 メニュー／時間つまみを回して「7」または「8」を選ぶ

メニュー／時間



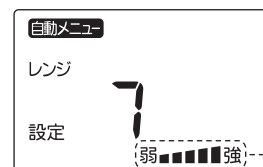
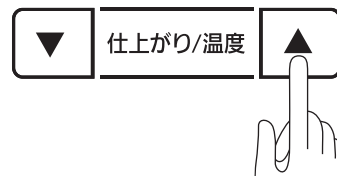
| 表示 | メニュー |        | 分量       |
|----|------|--------|----------|
| 7  | ゆで野菜 | 野菜（葉菜） | 100～300g |
| 8  |      | 野菜（根菜） |          |

※操作を取り消すときはとりけしボタンを押してください。

※1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。

## 3 必要に応じて仕上がり／温度ボタンで調整する

- ・仕上がりの強弱が調整されます。



仕上がり調整表示

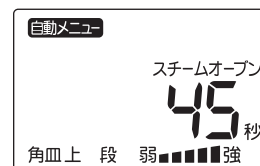
## 4 あたためスタートボタンを押す

- ・加熱が開始されます。



※残り時間が表示される前にとりけしボタンを押すと、加熱は停止して最初の状態に戻ります。

- ・センサーが働くと残り時間が表示されます。



※残り時間が表示された後でとりけしボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。一時停止中はあたためスタートボタンを押すと加熱を再開します。

- ・加熱が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。



### 警告

- 繊維質の多い食材を加熱するときは、発煙・発火することがあるので注意してください。



### 注意

- 加熱後は容器が熱くなるので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。
- 小さく切ったにんじんなどを少量だけ加熱すると火花が出ることがあります。



# 使いかた その他の自動メニュー

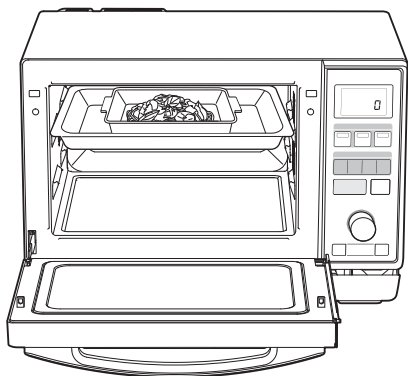
加熱の方法を組み合わせ、選んだメニューを自動で調理します。

それぞれのメニューについて、詳しくは「クッキングガイド」(P37～55)をご覧ください。

- 使用する加熱方法によって、使用できない容器があります。「使える容器・使えない容器」(P8～9)及び「クッキングガイド」(P37～55)を参照して容器を選んでください。
- 付属の角皿の使いかたについては、「クッキングガイド」(P37～55)を参照してください。
- スチームを使用するメニューについては、調理開始前に水タンクにMAXまで給水してください。

## 1 食品を入れる

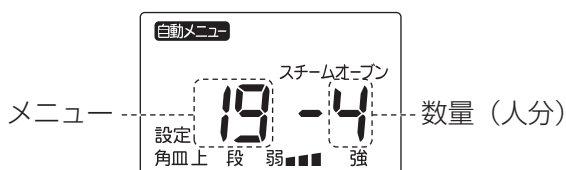
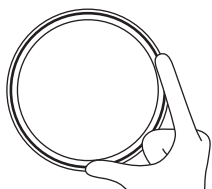
- ・扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- ・食品は、できるだけ中央に、均等に配置してください。
- ・下ごしらえが必要なものは、「クッキングガイド」にしたがってあらかじめ済ませてください。



## 2 メニュー／時間つまみを回してメニューを選ぶ

- ・自動メニュー一覧(P23)またはとびらのメニュー一覧を参照して選んでください。

メニュー／時間

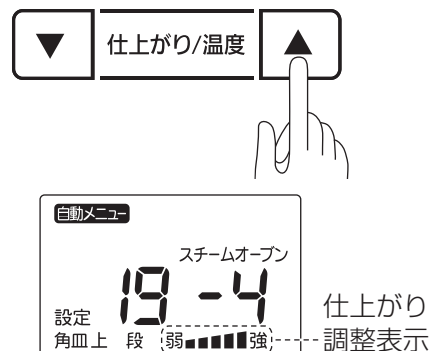


※操作を取り消すときはとりけしボタンを押してください。

※1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。

## 3 必要に応じて仕上がり／温度ボタンで調節する

- ・仕上がりの強弱を調節できます。



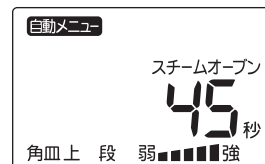
## 4 あたためスタートボタンを押す

- ・調理が開始されます。



※残り時間が表示される前にとりけしボタンを押すと、加熱は停止して最初の状態に戻ります。

- ・センサーが働くと残り時間が表示されます。



※残り時間が表示された後でとりけしボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。一時停止中はあたためスタートボタンを押すと加熱を再開します。

- ・加熱が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。



注意

- 加熱後は容器が熱くなるので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。
- スチーム・グリル・オーブンを使用するメニューは、加熱中・加熱直後にガラス扉や庫内壁面が熱くなりますのでやけどに注意してください。

## ■自動メニュー一覧

| 表示   | メニュー       |             | 分量  | 使用加熱方法    | 調理時間の目安 | クッキングガイド |
|------|------------|-------------|-----|-----------|---------|----------|
| 9    | スチーム       | 赤飯          | 4人前 | レンジ+スチーム  | 約30分    | P37      |
| 10   |            | おこわ         | 4人前 | レンジ+スチーム  | 約30分    | P37      |
| 11   |            | 蒸しパン        | 9個  | オーブン+スチーム | 約40分    | P38      |
| 12   |            | 小籠包         | 4人前 | オーブン+スチーム | 約30分    | P38      |
| 13   |            | 中華まん        | 4人前 | スチーム      | 約37分    | P39      |
| 14-1 |            | 茶わん蒸し       | 1人前 | オーブン+スチーム | 約38分30秒 | P40      |
| 14-2 |            |             | 2人前 |           | 約38分30秒 |          |
| 14-3 |            |             | 3人前 |           | 約38分30秒 |          |
| 14-4 |            |             | 4人前 |           | 約38分30秒 |          |
| 15   |            | あさりの酒蒸し     | 2人前 | レンジ       | 約2分30秒  | P40      |
| 16-1 | 定番<br>メニュー | 唐揚げ         | 1人前 | オーブン+スチーム | 約18分30秒 | P41      |
| 16-2 |            |             | 2人前 |           | 約20分30秒 |          |
| 16-3 |            |             | 3人前 |           | 約22分30秒 |          |
| 16-4 |            |             | 4人前 |           | 約25分30秒 |          |
| 17-1 |            | 鶏の照り焼き      | 1人前 | オーブン+スチーム | 約18分    | P41      |
| 17-2 |            |             | 2人前 |           | 約20分    |          |
| 17-3 |            |             | 3人前 |           | 約22分    |          |
| 17-4 |            |             | 4人前 |           | 約24分    |          |
| 18-1 |            | 鶏の塩焼き       | 1人前 | オーブン+グリル  | 約22分    | P42      |
| 18-2 |            |             | 2人前 |           | 約24分    |          |
| 18-3 |            |             | 3人前 |           | 約26分    |          |
| 18-4 |            |             | 4人前 |           | 約28分    |          |
| 19-1 |            | 一口とんかつ      | 1人前 | オーブン+スチーム | 約15分30秒 | P42      |
| 19-2 |            |             | 2人前 |           | 約16分30秒 |          |
| 19-3 |            |             | 3人前 |           | 約19分30秒 |          |
| 19-4 |            |             | 4人前 |           | 約22分30秒 |          |
| 20-1 |            | グラタン        | 1人前 | グリル       | 約13分    | P43      |
| 20-2 |            |             | 2人前 |           | 約14分    |          |
| 20-3 |            |             | 3人前 |           | 約16分    |          |
| 20-4 |            |             | 4人前 |           | 約18分    |          |
| 21-1 |            | ハンバーグ       | 1人前 | オーブン      | 約19分    | P43      |
| 21-2 |            |             | 2人前 |           | 約21分    |          |
| 21-3 |            |             | 3人前 |           | 約23分    |          |
| 21-4 |            |             | 4人前 |           | 約25分    |          |
| 22-1 |            | 鮭ときのこのホイル焼き | 1人前 | オーブン      | 約21分    | P44      |
| 22-2 |            |             | 2人前 |           | 約23分    |          |
| 22-3 |            |             | 3人前 |           | 約25分    |          |
| 22-4 |            |             | 4人前 |           | 約28分    |          |



# 使いかた    その他の自動メニュー    つづき

| 表示   | メニュー     |                           | 分量     | 使用加熱方法    | 調理時間の目安 | クッキングガイド |
|------|----------|---------------------------|--------|-----------|---------|----------|
| 23   | セットメニュー  | ハンバーグセット                  | 4人前    | オーブン      | 約34分    | P44      |
| 24   |          | 朝セットA (鮭・玉子焼き・アスパラベーコン巻き) | 2人前    | オーブン      | 約19分    | P45      |
| 25-1 |          | 朝セットB<br>(ベーコンエッグ・トースト)   | 1人前    | オーブン      | 約13分    | P45      |
| 25-2 |          |                           | 2人前    |           | 約14分    |          |
| 26-1 |          | つまみセット (枝豆・唐揚げ)           | 1人前    | スチーム+オーブン | 約20分30秒 | P46      |
| 26-2 |          |                           | 2人前    |           | 約23分30秒 |          |
| 27-1 | おふくろメニュー | ひじきの煮物                    | 1人前    | レンジ       | 約3分     | P46      |
| 27-2 |          |                           | 2人前    |           | 約6分     |          |
| 27-3 |          |                           | 3人前    |           | 約9分     |          |
| 27-4 |          |                           | 4人前    |           | 約12分    |          |
| 28-1 |          | きんぴらごぼう                   | 1人前    | レンジ       | 約4分     | P47      |
| 28-2 |          |                           | 2人前    |           | 約5分40秒  |          |
| 28-3 |          |                           | 3人前    |           | 約7分50秒  |          |
| 28-4 |          |                           | 4人前    |           | 約10分    |          |
| 29-1 |          | 卵の花                       | 1人前    | レンジ       | 約2分45秒  | P47      |
| 29-2 |          |                           | 2人前    |           | 約3分30秒  |          |
| 29-3 |          |                           | 3人前    |           | 約4分15秒  |          |
| 29-4 |          |                           | 4人前    |           | 約5分     |          |
| 30-1 |          | 切干大根                      | 1人前    | レンジ       | 約3分30秒  | P48      |
| 30-2 |          |                           | 2人前    |           | 約4分30秒  |          |
| 30-3 |          |                           | 3人前    |           | 約6分     |          |
| 30-4 |          |                           | 4人前    |           | 約7分30秒  |          |
| 31   | 煮物       | 肉じゃが                      | 2人前    | レンジ       | 約15分    | P48      |
| 32   |          | 筑前煮                       | 2人前    | レンジ       | 約28分    | P49      |
| 33   |          | 人参グラッセ                    | 2人前    | レンジ       | 約4分     | P49      |
| 34   |          | ポトフ                       | 4人前    | レンジ       | 約35分    | P50      |
| 35   |          | かぼちゃの煮物                   | 2人前    | レンジ       | 約8分     | P50      |
| 36   |          | ふろふき大根                    | 2人前    | レンジ       | 約9分     | P51      |
| 37   | パン・スイーツ  | 蒸しプリン                     | 6個     | オーブン+スチーム | 約37分30秒 | P51      |
| 38   |          | チーズケーキ                    | 直径18cm | オーブン      | 約50分    | P52      |
| 39   |          | スポンジケーキ                   | 直径18cm | スチーム+オーブン | 約30分    | P52      |
| 40   |          | バターロール                    | 9個     | オーブン      | 約9分     | P53      |
| 41   |          | クッキー                      | 20枚分   | オーブン      | 約13分    | P54      |
| 42   |          | ピザ                        | 直径23cm | オーブン      | 約13分    | P54      |
| 43   | 麺類       | 焼きそば                      | 2人前    | レンジ       | 約10分    | P55      |

※ 44、45はお手入れのメニューです。お手入れについては35ページをご覧ください。

※ 調理時間は加熱時間の合計の目安です。食材の温度や量などによって異なります。また、準備や途中の処理の時間は含みません。

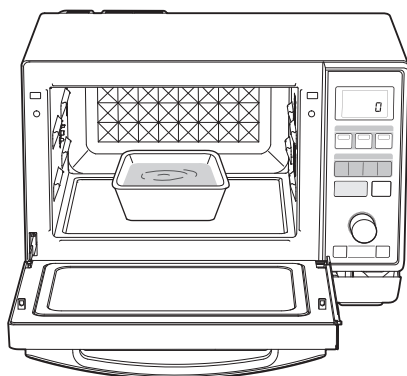
# 使いかた 手動メニュー（レンジ）

手動で出力と時間を設定して加熱します。

- レンジ加熱を使用します。付属の角皿・金属製の容器は使えません。（→P8～9）
- 量が多いときは、少量ずつに分けて加熱してください。
- ごはんやカレーなどは、平たく均一に1人前ずつ冷凍しておくと、上手にあたためることができます。
- ラップの使いかたについては27ページを参照してください。

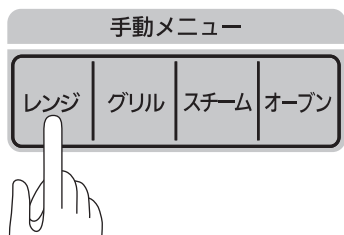
## 1 食品を入れる

- ・扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- ・食品を耐熱性の容器に入れて庫内に入れ、扉を閉めます。
- ・食品は、できるだけ中央に、均等に配置してください。



## 2 レンジボタンを押す

- ・レンジボタンを押すたびに出力が切り替わります。



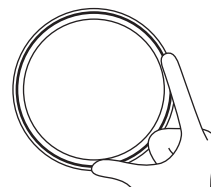
600W → 500W → 400W → 200W → 100W

- ※操作を取り消すときはとりけしボタンを押してください。
- ※1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。

## 3 メニュー／時間つまみを回して時間を設定する

- ・時間設定の表示に切り替わります。

メニュー/時間



- ・600W・500W・400Wは30分まで、200W・100Wは90分まで以下のように設定できます。

0～1分： 5秒単位  
1～5分： 10秒単位  
5～10分： 30秒単位  
10～30分： 1分単位  
30～90分： 5分単位

## 4 あたためスタートボタンを押す

- ・加熱が開始されます。



- ・表示部に残り時間が表示されます。



※とりけしボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。一時停止中はあたためスタートボタンを押すと加熱を再開します。

- ・加熱が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。



**注意**

- 加熱後は容器が熱くなるので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。

# 使いかた 手動メニュー（レンジ） つづき

## ■レンジ加熱の目安（600Wの場合）

あたため

| 食品・食材                                                                                                                                                                                                  | 分量        | ラップ | 加熱時間                    | メモ                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----|-------------------------|-----------------------------------------|
| ハンバーグ                                                                                                                                                                                                  | 1個（80g）   |     | 約1分                     |                                         |
| ハンバーグ（冷凍）                                                                                                                                                                                              | 1個（80g）   | する  | 約1分30秒                  | 加熱後、2～3分ラップをしたまま蒸らす                     |
| 焼きとり                                                                                                                                                                                                   | 6本（150g）  |     | 約1分                     | 照りを出すため、先にたれを塗る                         |
| てんぷら・フライ                                                                                                                                                                                               | 1人前（150g） |     | 約1分                     | キッチンペーパーやてんぷら敷紙の上に、重ならないように並べる          |
|  <b>注意</b> ●いかは、はじけることがあるので加熱時間は控えめにしてください。                                                                           |           |     |                         |                                         |
| フライ（冷凍）                                                                                                                                                                                                | 4個（100g）  |     | 約1分30秒                  | 皿に並べる                                   |
| 焼きそば・スパゲッティ                                                                                                                                                                                            | 1人前（200g） |     | 約1分30秒                  | 加熱後かきまぜる<br>また、ぱさついているときはサラダ油かバターを少しまぜる |
| ピラフ（冷凍）                                                                                                                                                                                                | 1人前（250g） | する  | 約4分30秒                  | あらかじめ、ほぐしておく                            |
| ごはん（冷凍）                                                                                                                                                                                                | 1杯（150g）  | する  | 約2分30秒                  |                                         |
| 焼きおにぎり（冷凍）                                                                                                                                                                                             | 1個（80g）   | する  | 約1分                     |                                         |
| おにぎり                                                                                                                                                                                                   | 1個（80g）   |     | 約30秒                    |                                         |
| まんじゅう                                                                                                                                                                                                  | 1個（65g）   |     | 約20秒                    | あんが熱くなるので、控えめに加熱する                      |
| 肉まん・あんまん                                                                                                                                                                                               | 1個（110g）  | する  | 約40秒<br>（冷凍品は約1分～1分30秒） | 底の紙を取って、さっと水にくぐらせ、1個ずつゆったりとラップに包む       |
|  <b>注意</b> ●あんまんは、先にあんが熱くなり、3分以上（冷凍品は4分以上）加熱すると発煙・発火のおそれがあります。                                                      |           |     |                         |                                         |
| しゅうまい（冷凍）                                                                                                                                                                                              | 1袋（230g）  | する  | 約3分                     | 両面に水をふりかける                              |
| みそ汁                                                                                                                                                                                                    | 1杯（150g）  | する  | 約1分                     | 加熱前と加熱後にかきまぜる                           |
| 煮物                                                                                                                                                                                                     | 1人前（200g） | する  | 約1分30秒                  |                                         |
| カレー・シチュー                                                                                                                                                                                               | 1人前（200g） | する  | 約1分30秒                  | 加熱後かきまぜる                                |
| 丼物                                                                                                                                                                                                     | 1人前（350g） | する  | 約2分                     |                                         |
| 牛乳（冷蔵）                                                                                                                                                                                                 | 1杯（200mL） |     | 約1分30秒                  | 加熱前と加熱後にかきまぜる                           |
| お酒（常温）                                                                                                                                                                                                 | 1本（180mL） |     | 約1分                     | 加熱前と加熱後にかきまぜる                           |
| 茶わん蒸しのあたため                                                                                                                                                                                             | 1個        |     | 30～60秒                  | 様子を見ながら加熱する                             |
| ロールパンのあたため                                                                                                                                                                                             | 2個（80g）   |     | 約20秒                    | 時間が経つと固くなるので、食べる直前に加熱する                 |
| 今川焼き（冷凍）                                                                                                                                                                                               | 1個（90g）   | する  | 約1分30秒                  |                                         |
| ミックスベジタブル（冷凍）                                                                                                                                                                                          | 100g      | する  | 約1分30秒                  |                                         |
|  <b>注意</b> ●小さく切ったにんじんなどを少量だけ加熱すると火花が出ることがあります。100gより少ないときは、大きめの容器に野菜がひたるくらいの水を入れ、ふたをして加熱してください。（にんじん50g＋水50mLで約2分） |           |     |                         |                                         |
| 里いも（冷凍）                                                                                                                                                                                                | 300g      |     | 約10分                    |                                         |

※ レトルト食品などで500Wが推奨されている場合は、レンジで**500W**を選んでください。

## ラップの使いかた

### ラップをするもの

- ・ 煮物、蒸し物、汁物、調理済み冷凍食品全般など、しっとり仕上げたい場合
- ・ 具の多いスープなど、はじけるおそれのあるもの

### ラップをしないもの

- ・ ごはんもの、揚げ物、焼き物、炒め物など、水分を飛ばし気味にしたい場合

- ・ ラップは容器をゆったりとおおい、食品・食材に沿わせます。余裕がないと破れることがあります。
- ・ 油分の多い食品を加熱するときは、ラップの耐熱温度を超えることがあるので注意してください。

## ゆで野菜

| 食材               | 分量   | ラップ | 加熱時間   | メモ                                    |
|------------------|------|-----|--------|---------------------------------------|
| じゃがいも<br>さつまいも   | 150g | する  | 約3分    | まるごと加熱するときは、丸皿の中央を避けて置く               |
| にんじん             | 200g | する  | 約6分    | 用途に合わせて切り、容器に入れてひたるくらいの水を加え、ふたかラップをする |
| だいこん             | 200g | する  | 約4分    | 大きさをそろえる                              |
| キャベツ・白菜          | 200g | する  | 約2分30秒 | 太い芯はあらかじめそいでおく                        |
| ほうれん草            | 200g | する  | 約2分    | 葉と茎を交互に重ねてラップに包む                      |
| カリフラワー<br>ブロッコリー | 200g | する  | 約2分30秒 | 小房に分け、あらかじめ食塩水につけておく                  |
| グリーンアスパラガス       | 200g | する  | 約2分30秒 | 根元の固い皮を取り、あらかじめ軽く塩でもんでおく              |



### 警告

- 繊維質の多い食材は、発煙・発火することがあります。ラップをする、加熱しすぎないなど、注意して調理してください。



### 注意

- 加熱時間は目安であり、分量や調理状態により異なります。必要以上に加熱すると、発煙・発火の原因になりますので注意してください。

# 使いかた 手動メニュー（グリル）

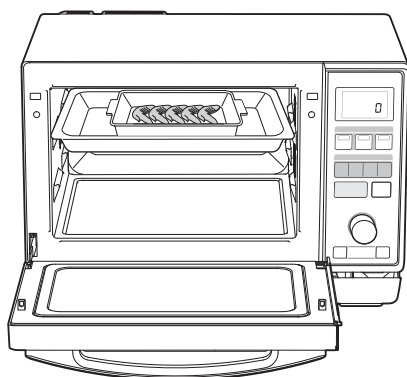
手動で時間を設定してグリル調理します。

※ 温度は設定できません。手動で時間を設定して調整してください。

- ヒーター加熱を使用します。使用可能な容器については8～9ページをご覧ください。
- 付属の角皿を使います。

## 1 食品を入れる

- ・扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- ・食品を耐熱性の容器に入れて付属の角皿に載せ、角皿を上段の角皿受けにセットして扉を閉めます。
- ・食品は、できるだけ中央に、均等に配置してください。



## 2 手動メニューのグリルボタンを押す

- ・加熱時間の設定表示になります。



※ 操作を取り消すときはとりけしボタンを押してください。

※ 1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。

## 3 メニュー／時間つまみを回して時間を設定する

メニュー/時間



- ・30分まで以下のように設定できます。

|         |       |
|---------|-------|
| 0～1分：   | 5秒単位  |
| 1～5分：   | 10秒単位 |
| 5～10分：  | 30秒単位 |
| 10～30分： | 1分単位  |

## 4 あたためスタートボタンを押す

- ・加熱が開始されます。



- ・表示部に残り時間が表示されます。



※ とりけしボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。一時停止中はあたためスタートボタンを押すと加熱を再開します。

- ・加熱が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。



- 加熱後は容器が熱くなるので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。
- 加熱中・加熱直後はガラス扉や庫内壁面が熱くなりますのでやけどに注意してください。

# 使いかた 手動メニュー（スチーム）

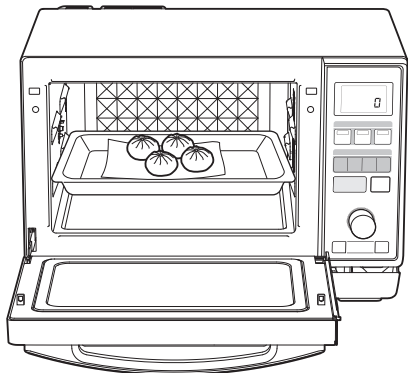
手動で時間を設定してスチーム加熱します。

※ 温度は設定できません。手動で時間を設定して調整してください。

- 使用前に水タンクに給水してください。（→P14）
- ラップはしないでください。
- メニューによって付属の角皿を使用します。角皿の使いかたについては、「クッキングガイド」（P37～55）なども参考にしてください。

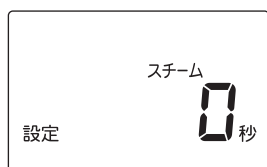
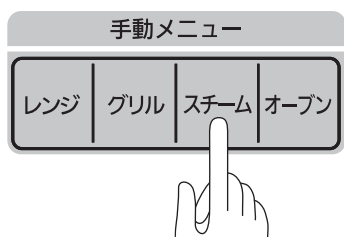
## 1 食品を入れる

- ・扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- ・食品を、耐熱性の容器に並べて角皿にのせるか、クッキングシートなどを角皿に敷いて並べ、上段または下段の角皿受けにセットし、扉を閉めます。
- ・食品は均等に配置してください。



## 2 手動メニューのスチームボタンを押す

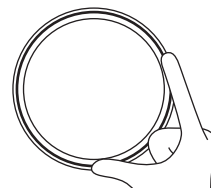
- ・加熱時間の設定表示になります。



- ※ 操作を取り消すときはとりけしボタンを押してください。
- ※ 1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。

## 3 メニュー／時間つまみを回して時間を設定する

メニュー/時間



- ・30分まで以下のように設定できます。  
0～1分： 5秒単位  
1～5分： 10秒単位  
5～10分： 30秒単位  
10～30分： 1分単位

## 4 あたためスタートボタンを押す

- ・加熱が開始されます。



- ・表示部に残り時間が表示されます。



※ とりけしボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。一時停止中はあたためスタートボタンを押すと加熱を再開します。

- ・加熱が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。



- 加熱後は容器が熱くなるので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。
- 加熱中・加熱直後はガラス扉や庫内壁面が熱くなりますのでやけどに注意してください。



# 使いかた 手動メニュー（オーブン）

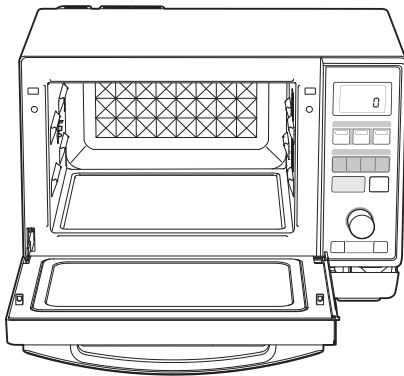
## ■予熱ありメニュー

手動で温度と時間を設定してオーブン調理します。予熱をして、庫内温度を上げてから調理します。

- ヒーター加熱を使用します。使用可能な容器については8～9ページをご覧ください。
- 付属の角皿を使います。

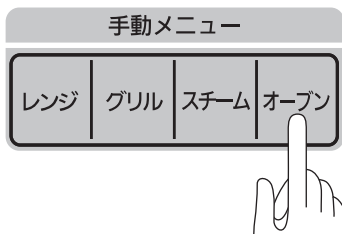
### 1 扉を開けて電源を入れる

- ・扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- ・食品を入れずに扉を閉めます。



### 2 手動メニューのオーブンボタンを1回押す

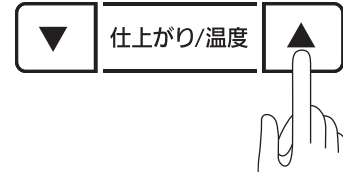
- ・温度設定画面になります。



- ※操作を取り消すときはとりけしボタンを押してください。
- ※1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。

### 3 仕上がり／温度ボタンで温度を設定する

- ・100～250℃の範囲で設定できます。
- ※庫内温度が高いときは、100～210℃の範囲で設定できます。



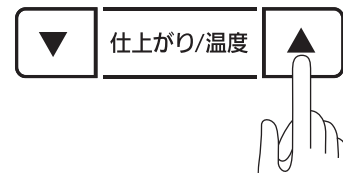
### 4 あたためスタートボタンを押す

- ・予熱が開始されます。
- ・予熱の間は**予熱**が点滅します。



※調理を途中で止めるときはとりけしボタンを押してください。

※予熱開始後に温度設定を変更する場合は、オーブンボタンを押して設定温度を表示し、5秒以内に**仕上がり／温度**ボタンで変更します。



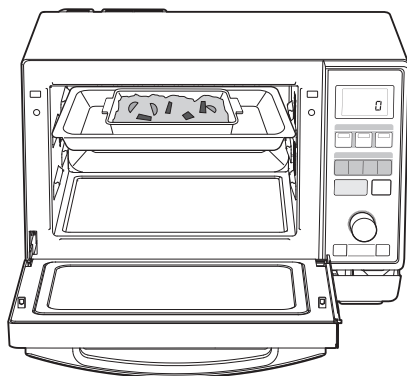
- ・予熱が完了すると、「ピッ♪」と2回鳴ってお知らせします。



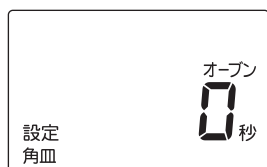


## 5 予熱が完了したら、10分以内に、食品を入れ時間を設定する

- 予熱が完了すると音でお知らせします。
- ※ 予熱完了後10分以上放置すると、音が鳴って操作はキャンセルされます。
- 食品は耐熱性の容器に入れて付属の角皿に載せ、クッキングガイド(P37～55)などを参考にして、角皿を上段または下段の角皿受けにセットして扉を閉めます。
- 食品は、できるだけ中央に、均等に配置してください。
- 予熱**は消灯します。

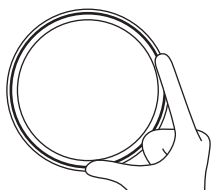


- 調理時間の設定表示になります。



- メニュー／時間**つまみを回して時間を設定してください。

メニュー/時間



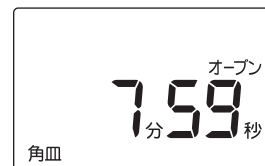
- 90分まで以下のように設定できます。
  - 0～1分： 5秒単位
  - 1～5分： 10秒単位
  - 5～10分： 30秒単位
  - 10～30分： 1分単位
  - 30～90分： 5分単位

## 6 スタートボタンを押す

- 調理が開始されます。

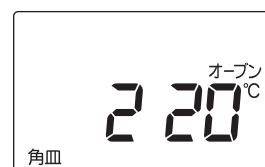
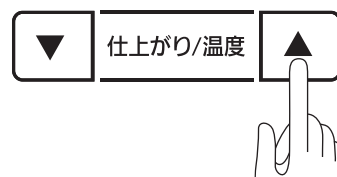


- 表示部に残り時間が表示されます。



- ※ 残り時間が表示された後で**とりけし**ボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。一時停止中は**あたためスタート**ボタンを押すと加熱を再開します。

- ※ 調理開始後に温度設定を変更する場合は、**オープン**ボタンを押して設定温度を表示し、5秒以内に**仕上がり／温度**ボタンで変更します。



- 調理が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。



**注意**

- 加熱後は容器が熱くなるので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。
- 加熱中・加熱直後はガラス扉や庫内壁面が熱くなりますのでやけどに注意してください。

# 使いかた 手動メニュー（オーブン） つづき

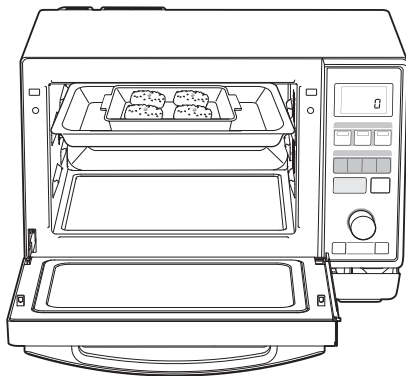
## ■予熱なしメニュー

手動で温度と時間を設定してオーブン調理します。  
予熱をせずに調理を開始します。調理後で庫内温度が上がっているときや、食品を低温から調理するときに使います。

- ヒーター加熱を使用します。使用可能な容器については8～9ページをご覧ください。
- 付属の角皿を使います。

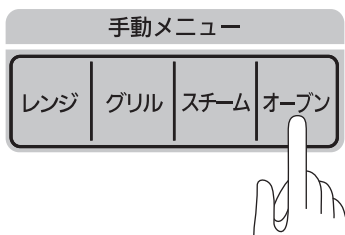
### 1 食品を入れる

- ・扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- ・食品を耐熱性の容器に入れて付属の角皿に載せ、角皿を上段または下段の角皿受けにセットして扉を閉めます。
- ・食品は、できるだけ中央に、均等に配置してください。



### 2 手動メニューのオーブンボタンを2回押す

- ・温度設定画面になります。



- ※操作を取り消すときはとりけしボタンを押してください。
- ※1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。

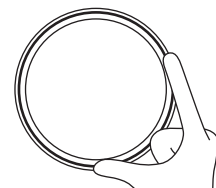
### 3 仕上がり／温度ボタンで温度を設定する

- ・100～250℃の範囲で設定できます。
- ※庫内温度が高いときは、100～210℃の範囲で設定できます。



### 4 メニュー／時間つまみを回して時間を設定する

メニュー/時間



- ・90分まで以下のように設定できます。
- 0～1分： 5秒単位
- 1～5分： 10秒単位
- 5～10分： 30秒単位
- 10～30分： 1分単位
- 30～90分： 5分単位

### 5 スタートボタンを押す

- ・調理が開始されます。



- ・表示部に残り時間が表示されます。



- ※残り時間が表示された後でとりけしボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。一時停止中はあたためスタートボタンを押すと加熱を再開します。

※ 調理開始後に温度設定を変更する場合は、オープンボタンを押して設定温度を表示し、5秒以内に仕上がり／温度ボタンで変更します。



- ・加熱が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。



- 加熱後は容器が熱くなるので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。
- 加熱中・加熱直後はガラス扉や庫内壁面が熱くなりますのでやけどに注意してください。

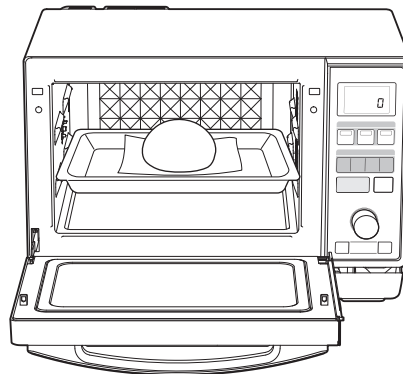
## ■発酵

低温でオープン加熱して食品を発酵させます。

- ヒーター加熱を使用します。使用可能な容器については8～9ページをご覧ください。
- 付属の角皿を使用します。

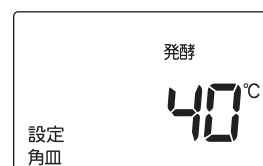
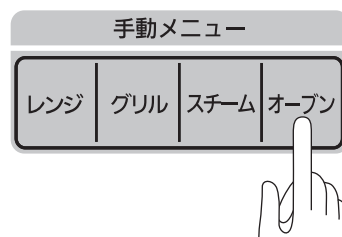
## 1 食品を入れる

- ・扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- ・角皿に食品を載せ、上段または下段の角皿受けにセットして扉を閉めます。
- ・食品は霧吹きなどが必要な場合は済ませ、乾燥しないようにラップなどをかぶせてください。
- ・食品は発酵するとふくらむので、間を空け、均等に配置してください。



## 2 手動メニューのオープンボタンを3回押す

- ・温度設定画面になります。



※ 操作を取り消すときはとりけしボタンを押してください。

※ 1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。

# 使いかた 手動メニュー（オープン） つづき

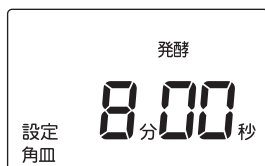
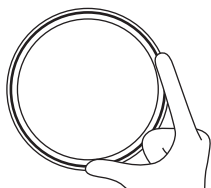
## 3 仕上がり／温度ボタンで温度を設定する

- 35℃または40℃に設定できます。



## 4 メニュー／時間つまみを回して時間を設定する

メニュー/時間



- 90分まで以下のように設定できます。

- 0～1分： 5秒単位
- 1～5分： 10秒単位
- 5～10分： 30秒単位
- 10～30分： 1分単位
- 30～90分： 5分単位

## 5 あたためスタートボタンを押す

- 加熱が開始されます。



- 表示部に残り時間が表示されます。



※ 庫内温度が高いときは、**高温注意**が点滅表示され、加熱は開始されません。

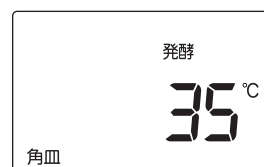
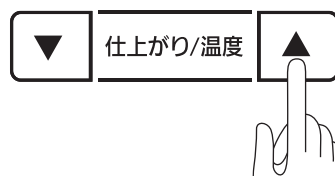
このようなときは、**とりけし**ボタンを押して加熱を一旦停止し、庫内が十分冷えてから再度操作してください。



※ **とりけし**ボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。

一時停止中は**あたためスタート**ボタンを押すと加熱を再開します。

※ 調理開始後に温度設定を変更する場合は、**オープン**ボタンを押して設定温度を表示し、5秒以内に**仕上がり／温度**ボタンで変更します。



- 加熱が終了すると、「ピッ ♪」と5回鳴ってお知らせします。

# 使いかた お手入れメニュー

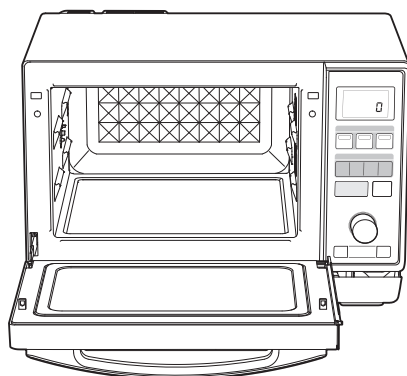
**清掃**は、スチーム加熱を使用して、汚れを落としやすくします。

**ボイラー洗浄**は、ボイラー内部を洗浄します。スチームの出が悪くなったときに使用してください。

●使用する前に水タンクに給水してください。(→P14)

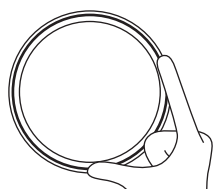
## 1 扉を開閉し電源を入れる

- ・扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- ・何も入れずに扉を閉めます。



## 2 メニュー／時間つまみを回してお手入れメニューを選ぶ

メニュー/時間



| 表示 | メニュー   | 目安時間 | 洗浄内容                      |
|----|--------|------|---------------------------|
| 44 | 清掃     | 20分  | 庫内をスチーム加熱して、汚れを落としやすくします。 |
| 45 | ボイラー洗浄 | 18分  | ボイラー内部を洗浄します。             |

※操作を取り消すときは**とりけし**ボタンを押してください。

※1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。

## 3 あたためスタートボタンを押す

- ・洗浄が開始されます。



- ・表示部に残り時間が表示されます。
- ※**とりけし**ボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。一時停止中は**あたためスタート**ボタンを押すと加熱を再開します。

### ボイラー洗浄のとき

ボイラー洗浄のときは、途中でお知らせ音が鳴って一時停止します。(1分30秒)

水タンクを取り外して、再度**あたためスタート**ボタンを押してください。

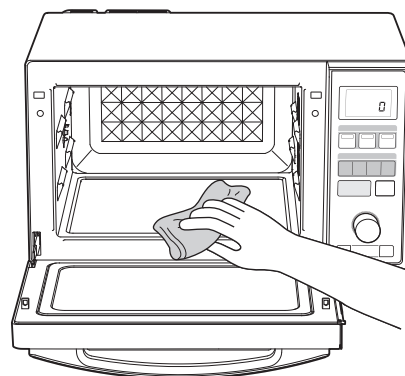


## 注意

- 加熱中・加熱直後はガラス扉や庫内壁面が熱くなるのでやけどに注意してください。
- 特にボイラー洗浄後は、庫内が熱くなりますので注意してください。

## 4 洗浄が終了したら、庫内を拭く

- ・洗浄が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。
- ・**清掃**後は、庫内をよく拭き取って清掃してください。排水トレイを取り外して、たまった水を捨ててください。(→P36)
- ・**ボイラー洗浄**後は、給水タンクを忘れずに取り付けてください。



# お手入れ



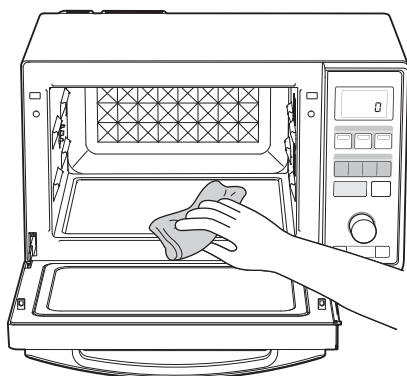
- お手入れは、必ず本体が冷めてから行ってください。
- 食材の残りや汚れが残ったまま放置しないでください。火災の原因になります。

- 使用後は早めにお手入れしてください。
- みがき粉、たわし、シンナー、ベンジンなどは使用しないでください。

## 本体・庫内

よくしぼったふきんで拭く

- ・汚れが取れにくいときは、お手入れメニューの「44」(清掃、→P35)を使用してください。

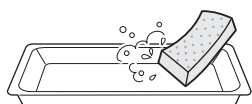


**注意** ●庫内は汚れがついたままにしないでください。火災の原因になります。

## 角皿

薄めた台所用洗剤で洗い水で流す

- ・洗った後、よく乾かしてください。

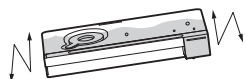


## 水タンク

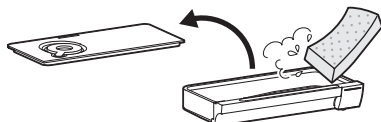
調理後、水を捨てる

時々、水を入れて振り洗いする

- ・洗った後、よく乾かしてください。

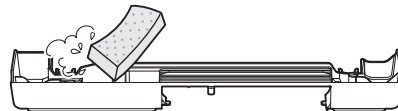


※カバーを外して洗うこともできます。  
スポンジなどで洗い、水で流してください。



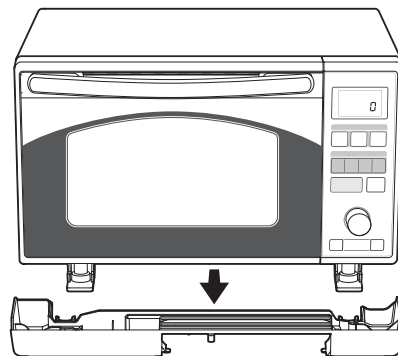
## 排水トレイ

- ・スチームを使用した後は、たまった水を捨ててください。
- ・水を捨てた後は流水で洗い、水滴はよく拭き取ってください。



排水トレイを取り外すには

- ・水タンクを外してから、排水トレイの左右を持って、手前に引いてください。



**注意** ●排水トレイ・水タンクは必ず取り付けて使用してください。



※ 材料は最大分量です。分量が選べるメニューは、人数分に応じて調整してください。

※ 容器の種類や大きさ、食材の温度によって仕上がりが異なることがあります。**仕上がり**／**温度**ボタンで調整してください。

※ 写真はイメージです。

### 赤飯



角皿使用不可



水タンク給水



レンジ  
+  
スチーム

自動メニュー  
9



#### 材 料 (4人前)

もち米 ..... 320g    あずき ..... 30g  
あずきのゆで汁+水...350mL

#### 作りかた

- 1 もち米は洗ってざるに上げ、よく水気を切る。
- 2 あずきを鍋でゆで（約20分）、十分に冷まして、あずきとゆで汁を別々に取っておく。
- 3 耐熱ガラス製ボウル（直径22cm程度が適しています。）にもち米とあずきを入れ、あずきのゆで汁と水を合わせて350mL加え、ラップをして1時間ひたす。

4 ラップを外して、容器を庫内中央に置き、自動メニュー「9」を選んで**あたためスタート**を押す。

5 加熱が終了したら、取り出してまぜ合わせる。

### おこわ



角皿使用不可



水タンク給水



レンジ  
+  
スチーム

自動メニュー  
10



#### 材 料 (4人前)

もち米 ..... 320g    とりもも肉..... 80g  
にんじん..... 50g    しいたけ ..... 2枚  
ごま油 ..... 大さじ1/2

#### A

だし汁 ..... 340mL    しょうゆ ..... 大さじ1  
砂糖 ..... 小さじ1    酒 ..... 大さじ1

#### B

酒 ..... 小さじ1    しょうゆ ..... 小さじ1

#### 作りかた

1 もち米は洗ってざるに上げ、よく水気を切る。

2 耐熱ガラス製ボウル（直径22cm程度が適しています。）に1を入れて、Aを加え、ラップをして1時間ひたす。

3 とりもも肉を2cm角に切り、Bにつけておく。にんじんは千切りに、しいたけは薄切りにする。

4 2に、3・にんじん・しいたけをのせて、ごま油をまわしかける。

5 容器を庫内中央に置き、自動メニュー「10」を選んで**あたためスタート**を押す。

6 加熱が終了したら、取り出してまぜ合わせる。



### 蒸しパン



オープン  
+  
スチーム

自動メニュー  
11



#### 材 料 (直径6cm、9個分)

|                    |      |                 |        |
|--------------------|------|-----------------|--------|
| 薄力粉 .....          | 150g | ベーキングパウダー ..... | 6g     |
| 砂糖 .....           | 75g  | 牛乳 .....        | 100mL  |
| 卵 .....            | 1個   | 塩 .....         | 小さじ1/4 |
| アルミカップ (6cm) ..... | 9枚   |                 |        |

#### 作りかた

- 1 ボウルに薄力粉とベーキングパウダーを合わせてふるい、砂糖・牛乳・卵・塩を加えて、だまにならないように注意しながら、粉っぽさがなくなるまでまぜる。
- 2 プリン型(直径6cm、金属製のもの)にアルミカップを入れ、生地を等分に入れて角皿に並べる。

**3** 2を下段にセットし、自動メニュー「11」を選んであたためスタートを押す。

### 小籠包



オープン  
+  
スチーム

自動メニュー  
12



#### 材 料 (16個分)

|             |      |                 |     |
|-------------|------|-----------------|-----|
| 豚ひき肉 .....  | 140g | 干しいたけ .....     | 2枚  |
| 長ねぎ .....   | 10g  | ぎょうざの皮 (大判) ... | 16枚 |
| 粉ゼラチン ..... | 3g   |                 |     |

**A**  
とりがらスープの素 ... 小さじ1/2    水 .....

**B**  
塩 .....

酒 .....

ごま油 .....

オイスターソース ... 小さじ1/2

しょうゆ .....

すりおろししょうが .. 小さじ1

#### 作りかた

- 1 **A**を耐熱容器に入れて、手動メニューのレンジ 600Wで1分20秒加熱する。
- 2 加熱後、ゼラチンを加えて溶けるまでよくまぜ、冷蔵庫で冷やし固める。
- 3 もどした干しいたけ・長ねぎをみじん切りにしてボウルに入れ、豚ひき肉と**B**を加えて、ねばりが出るまでよくまぜ合わせる。
- 4 冷やし固めた **2** を細かく刻み、**3** とまぜ、16等分する。  
※ ゼリーが溶けないよう、具を冷蔵庫で冷やしてから包んでください。
- 5 ぎょうざの皮の中央に **4** をのせ、皮の周囲に水をつける。右手の親指と人差し指で最初のひだをつまみ、左手で回しながら、右手の人差し指で次々とひだを寄せてつまみ、最後に上部を閉じ合わせる。
- 6 角皿にクッキングシートを敷いて、**5** を閉じ合わせた面を上にして並べる。
- 7 **6** を下段にセットし、自動メニュー「12」を選んであたためスタートを押す。

## 中華まん



角皿使用



水タンク確認

スチーム

自動メニュー  
13



### 材 料 (4個分)

干しいたけ.....2枚      たけのこ(水煮).....40g  
長ねぎ.....40g      しょうが.....10g  
豚ひき肉.....90g

#### A

しょうゆ.....大さじ1      酒.....大さじ1/2  
砂糖.....大さじ1/2      ごま油.....大さじ1  
塩・こしょう.....少々

#### B

薄力粉.....50g      強力粉.....50g  
ドライイースト..小さじ1      砂糖.....大さじ1 1/2  
サラダ油.....大さじ1/2      めるま湯(40℃)..50mL

### 作りかた

**1** 干しいたけは水でもどしてみじん切りに、たけのこ・長ねぎ・しょうがもみじん切りにしてボウルに入れ、豚ひき肉とAを加えて、ねばりが出るまでよくまぜあわせ、4等分する。

※ しいたけのもどし汁は取っておき、他の料理にお使いください。

- 2** 別のボウルにBを入れて、粉っぽさがなくなるまで全体をよくまぜる。さらに、強力粉(分量外)をふった台の上に取り出して、手のひらでこすりつけるようにしながら、なめらかになるまでこねる。
- 3** 2をなめらかな面が出るように丸め、サラダ油(分量外)を薄く塗ったボウルに入れる。
- 4** 表面に霧を吹き、ラップをして、角皿にのせて下段にセット、手動メニューの**発酵 35℃**で**20分**加熱する。
- 5** 発酵が終了したら、再度強力粉をふった台の上に取り出し、包丁かスケッパーで4等分して丸める。乾燥しないようにラップをかけておく。
- 6** 麺棒で軽くのばし、手のひらにのせ、中心が厚くなるように指で直径10cmにのばす。  
※ のばした後も、乾燥しないようにラップをかけておき、一つずつ取り出しながら作ってください。
- 7** 人差し指と親指で輪を作り、のばした生地をのせる。
- 8** 具を中心にのせ、周囲の生地をつまんで閉じるようにしながらひだを作っていく。最後にひだを全部つまんでひねり、口をしっかり閉じる。
- 9** 8をクッキングシートにのせ、角皿に並べる。下段にセットして自動メニュー「13」を選び、**あたためスタート**を押す。

### 茶わん蒸し



オープン  
+  
スチーム

自動メニュー  
14



#### 材 料 (4個分)

|                 |      |                |     |
|-----------------|------|----------------|-----|
| 卵 .....         | 2個   | とりもも肉.....     | 40g |
| 酒 .....         | 小さじ1 | えび .....       | 4尾  |
| しいたけ.....       | 2枚   | かまぼこ (3mm厚) .. | 4枚  |
| ぎんなん (缶詰) ..... | 8個   | 水菜 .....       | 適量  |

#### A

|           |        |                |
|-----------|--------|----------------|
| だし汁 ..... | 350mL  | 薄口しょうゆ..大さじ1/2 |
| みりん ..... | 大さじ1/2 | 塩.....小さじ1/2   |

#### 作りかた

- 1 卵を割りほぐし、Aを加えて泡立て器でよく混ぜ合わせ、裏ごしする。
- 2 とりもも肉を2cm角に切り、酒につけておく。えびは、尾を残して殻をむき背わたを取る。しいたけは4つに切る。

**3** それぞれの具と1を4等分して茶わん蒸しの容器に8分目まで入れ、ふたをする。

**4** 3を角皿に並べ下段にセットする。自動メニュー「14-4」を選んであたためスタートを押す。

**5** 加熱終了後、取り出して、水菜をのせてふたをし、5分ほどむらす。

### あさりの酒蒸し



レンジ

自動メニュー  
15



#### 材 料 (2人前)

|           |      |         |          |
|-----------|------|---------|----------|
| あさり ..... | 200g | 酒 ..... | 大さじ1 1/2 |
|-----------|------|---------|----------|

#### 作りかた

- 1 砂抜きをしたあさを耐熱ガラス製ボウルに入れ、酒をふりかける。
- 2 ラップをし、庫内中央に置いて自動メニュー「15」を選び、あたためスタートを押す。

## 唐揚げ



スチーム  
+  
オープン

自動メニュー  
16



### 材 料 (4人前)

とりもも肉..... 500g 市販の唐揚げ粉..袋記載の分量

### 作りかた

- 1 とりもも肉を一口大(1個約30g)に切り、唐揚げ粉をまぶす。10分ほどおいて、粉っぽさがなくなるまでなじませる。
- 2 角皿にクッキングシートを敷き、1を皮を上にして並べ、上段にセットする。
- 3 自動メニュー「16-4」を選んであたためスタートを押す。

## 鶏の照り焼き



オープン  
+  
スチーム

自動メニュー  
17



### 材 料 (4人前)

とりもも肉...2枚(500g) しょうゆ.....大さじ2  
みりん.....大さじ2 酒.....大さじ1

### 作りかた

- 1 とりもも肉を厚みが均一になるように切り開き、フォークなどで皮に穴をあけておく。
- 2 1を、しょうゆ・みりん・酒につけ、冷蔵庫で30分置く。
- 3 角皿にクッキングシートを敷き、2を皮を上にして並べ、下段にセットする。
- 4 自動メニュー「17-4」を選んであたためスタートを押す。



### 鶏の塩焼き



角皿使用

オープン  
+  
グリル

自動メニュー  
**18**



#### 材 料 (4人前)

とりもも肉...2枚 (500g) 塩..... 小さじ1  
ローズマリー (パウダー)...大さじ1 黒こしょう..... 適量

#### 作りかた

- 1** とりもも肉を厚みが均一になるように切り開き、フォークなどで皮に穴をあけておく。
- 2** **1**に、塩とローズマリー、好んで黒こしょうをすりこみ、冷蔵庫で30分置く。
- 3** 角皿にクッキングシートを敷き、**2**を皮を上にして並べ、上段にセットする。
- 4** 自動メニュー「18-4」を選んであたためスタートを押す。

### 一口とんかつ



角皿使用



水タンク給水

スチーム  
+  
オープン

自動メニュー  
**19**



#### 材 料 (4人前)

豚ひれ肉 (一口かつ用)...400g パン粉..... 50g  
サラダ油..... 大さじ1 塩・こしょう..... 少々  
薄力粉..... 適量 溶き卵..... 適量

#### 作りかた

- 1** フライパンにサラダ油を敷き、パン粉を入れて、こげないようにこまめにまぜながら、きつね色になるまで炒める。
- 2** 肉をたたいて1.5cmの厚さにし、塩こしょうしておく。
- 3** **2**に、薄力粉・溶き卵・**1**のパン粉の順につける。
- 4** 角皿にクッキングシートを敷き、**3**を並べて上段にセットし、自動メニュー「19-4」を選んであたためスタートを押す。

## グラタン



グリル

自動メニュー  
20



### 材 料 (4人前)

マカロニ..... 50g      コーン ..... 40g  
牛乳 ..... 270mL      コンソメスープ... 150mL  
ナチュラルチーズ(ピザ用)... 80g

### A

玉ねぎ(薄切り)..中1/2個(100g)      マッシュルーム(薄切り).. 40g  
むきえび..... 100g      バター ..... 5g  
オリーブオイル..大さじ1

### B

バター ..... 30g      薄力粉 ..... 30g

### 作りかた

**1** マカロニを柔らかくなるまでゆで、水気を切る。

**2** 耐熱ガラス製ボウルにAを入れ、庫内中央に置いて、手動メニューのレンジ 600Wで5分加熱する。

**3** 別の耐熱ガラス製ボウルにBを入れ、庫内中央に置いて、手動メニューのレンジ 600Wで1分30秒加熱し、取り出して泡立て器でよくまぜ合わせる。

**4** 3に牛乳とコンソメスープを少しずつ加え、さらにまぜ合わせる。

**5** 4を庫内中央に置き、手動メニューのレンジ 600Wで、だまにならないように途中2～3回まぜ合わせながら、5分加熱する。

**6** 5に、2とマカロニ、コーンを加えてまぜ合わせ、グラタン皿に等分に入れる。

**7** チーズをのせ、角皿に並べて上段にセットし、自動メニュー「20-4」を選んであたためスタートを押す。

## ハンバーグ



オープン

自動メニュー  
21



### 材 料 (4人前)

合いき肉..... 300g      玉ねぎ..小1個(150g)  
パン粉 ..... 25g      牛乳 ..... 大さじ2

### A

卵 ..... 1個      塩 ..... 小さじ1/2  
ナツメグ.....少々      こしょう ..... 少々

### 作りかた

**1** みじん切りにした玉ねぎを耐熱ガラス製ボウルに入れ、ラップをかけずに庫内中央に置いて、手動メニューのレンジ 600Wで4分加熱し、冷ましておく。

**2** パン粉は牛乳で湿らせておく。

**3** ボウルに、合いき肉と1、2、Aを入れ、ねばりが出るまでよくまぜ合わせる。

**4** 3を4等分し、厚さ2cmの小判形に形を整える。

**5** 角皿にクッキングシートを敷き、4を並べて上段にセットし、自動メニュー「21-4」を選んであたためスタートを押す。

### 鮭ときのこのホイル焼き



角皿使用

オープン

自動メニュー  
22



#### 材 料 (4人前)

|                  |               |
|------------------|---------------|
| 生鮭.....4切(1切80g) | えのき.....100g  |
| しめじ.....120g     | 酒.....大さじ2    |
| バター.....40g      | 塩・こしょう.....少々 |

#### 作りかた

- 1 鮭は、塩こしょうしておく。えのき・しめじは小房に分けておく。
- 2 適当な大きさのアルミホイルを4枚用意して、鮭・えのき・しめじ・バターを4等分してのせ、酒をかけて包む。

**3** 2を角皿に並べて下段にセットし、自動メニュー「22-4」を選んで**あたためスタート**を押す。

### ハンバーグセット



角皿使用

オープン

自動メニュー  
23



#### 材 料 (4人前)

|                               |                 |
|-------------------------------|-----------------|
| 合びき肉.....300g                 | 玉ねぎ...小1個(150g) |
| パン粉.....25g                   | 牛乳.....大さじ2     |
| にんじん..中 $\frac{1}{2}$ 本(100g) | いんげん.....50g    |
| じゃがいも.....170g                | 砂糖.....小さじ2     |
| 水.....大さじ2                    | バター.....20g     |
| サラダ油.....大さじ1                 |                 |

#### A

|             |                         |
|-------------|-------------------------|
| 卵.....1個    | 塩.....小さじ $\frac{1}{2}$ |
| ナツメグ.....少々 | こしょう.....少々             |

#### 作りかた

- 1 みじん切りにした玉ねぎを耐熱ガラス製ボウルに入れ、ラップをかけずに庫内中央に置いて、手動メニューの**レンジ 600W**で**4分**加熱し、冷ましておく。
- 2 パン粉は牛乳で湿らせておく。
- 3 ボウルに、合びき肉と**1**、**2**、**A**を入れ、ねばりが出るまでよくまぜ合わせる。
- 4 **3**を4等分し、厚さ2cmの小判形に形を整える。
- 5 にんじんは長さ2cmに切った後、縦に4等分する。いんげんは5cmの長さに切る。じゃがいもはくし形に切り、水にさらしておく。
- 6 アルミホイルに、にんじんを重ならないように並べ、いんげんを上のにせる。砂糖と水を合わせてかけ、バターを入れて、きっちり包む。
- 7 じゃがいもの水気を切り、サラダ油をからめる。
- 8 角皿にクッキングシートを敷いて**4**を並べ、中央に**6**、すきまにじゃがいもを並べる。
- 9 角皿を上段にセットし、自動メニュー「23」を選んで**あたためスタート**を押す。



## 朝セット A

(鮭・玉子焼き・アスパラベーコン巻き)



オープン

自動メニュー  
24

### 材 料 (2人前)

塩鮭 ..... 2切 (1切80g)    卵 ..... 2個  
アスパラガス ..... 2本    ベーコン ..... 2枚

### A

砂糖 ..... 小さじ1    しょうゆ ..... 小さじ1  
だし汁 ..... 大さじ2

### 作りかた

- 1 卵を溶き、Aを加えてよくまぜあわせ、クッキングシートを敷いた型に流し込む。  
(型は、5×13cm、深さ5cm以上の金属製ミニパウンドケーキ型が最適)

- 2 アスパラガスは、硬い部分を切り落とし、4等分する。ベーコンは半分に切る。
- 3 アスパラガスを2本ずつベーコンで巻き、つまようじで止める。
- 4 角皿にクッキングシートを敷いて 1、3 と塩鮭を並べて下段にセットし、自動メニュー「24」を選んであたためスタートを押す。
- 5 加熱終了後、角皿ごと取り出す。玉子焼きは、そのまま5分置いてから、型から取り出す。



## 朝セット B

(ベーコンエッグ・トースト)



オープン

自動メニュー  
25

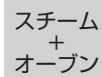
### 材 料 (2人前)

ベーコン ..... 2枚    卵 ..... 2個  
食パン (6枚切り) ... 2枚

### 作りかた

- 1 ベーコンは半分に切る。角皿にクッキングシートを敷いて、奥側にベーコンを並べ、上に卵を落とす。
- 2 角皿の手前側に食パンをのせて下段にセットし、自動メニュー「25-2」を選んであたためスタートを押す。
- 3 できあがったら、好みに塩・こしょうなどをしてください。

### つまみセット (枝豆・唐揚げ)



自動メニュー  
**26**



#### 材 料 (2人前)

とりもも肉..... 250g 市販の唐揚げ粉..袋記載の分量  
枝豆..... 100g 塩..... 適量

#### 作りかた

- 1 とりもも肉を一口大(1個約30g)に切り、唐揚げ粉をまぶす。10分ほどおいて、粉っぽさがなくなるまでなじませる。
- 2 枝豆を軽く洗い、塩をまぶしてよくもみ、うぶ毛を取る。軽く洗い流してから、さらに塩をふる。
- 3 角皿にクッキングシートを敷き、皮が上になるようにとり肉をのせる。枝豆は、アルミ箔で平らな器を作り、重ならないように入れる。
- 4 角皿を上段にセットし、自動メニュー「26-2」を選んで**あたためスタート**を押す。

※ 冷凍の枝豆でも同じように調理することができます。軽く塩をふり、冷凍されたまま調理してください。

### ひじきの煮物



レンジ

自動メニュー  
**27**



#### 材 料 (4人前)

乾燥ひじき..... 20g こんにゃく..... 20g  
油揚げ..... 1枚 にんじん..... 30g  
れんこん(水煮)..... 15g 大豆(水煮)..... 40g

#### A

だし汁..... 160mL みりん..... 大さじ2  
しょうゆ..... 大さじ2 砂糖..... 大さじ1  
酒..... 大さじ1

#### 作りかた

- 1 ひじきは水でもどしておく。こんにゃくは短冊切りにし、ゆでてあくを抜いておく。
- 2 油揚げは千切り、にんじんは半月切り、れんこんは5mm幅に切り、耐熱ガラス製のボウルに入れて、水でもどしたひじき・大豆・こんにゃく・Aを加えまぜ合わせる。
- 3 ボウルにラップをして庫内中央に置き、自動メニュー「27-4」を選んで**あたためスタート**を押す。
- 4 加熱が終了したら、取り出してまぜ合わせる。

## きんぴらごぼう



レンジ

自動メニュー  
28



### 材 料 (4人前)

ごぼう ..... 130g    にんじん ..... 80g

### A

みりん ..... 大さじ2    しょうゆ ..... 大さじ2  
砂糖 ..... 大さじ2    酒 ..... 大さじ2  
ごま油 ..... 大さじ1

### 作りかた

- 1 ごぼうとにんじんを3mm幅くらいの千切りにし、水にさらしてあく抜きをする。
- 2 1の水気を切って耐熱ガラス製ボウルに入れ、Aを加えて味をからませる。

3 ふんわりとラップをして庫内中央に置き、自動メニュー「28-4」を選んであたためスタートを押す。

## 卵の花



レンジ

自動メニュー  
29



### 材 料 (4人前)

おから ..... 100g    こんにゃく ..... 20g  
にんじん ..... 20g    油揚げ ..... 1/2枚  
長ねぎ ..... 35g

### A

だし汁 ..... 80mL    砂糖 ..... 大さじ1/2  
しょうゆ ..... 大さじ1    みりん ..... 大さじ1 1/2  
サラダ油 ..... 大さじ1/2

### 作りかた

- 1 にんじんと油揚げを千切りに、長ねぎをみじん切りにする。こんにゃくは短冊切りにし、ゆでてあく抜きをしておく。

2 耐熱ガラス製のボウルにおからを入れ、1とAを加えて、むらがないようによく混ぜる。

3 ボウルにふんわりとラップをして庫内中央に置き、自動メニュー「29-4」を選んであたためスタートを押す。

4 お知らせ音が鳴ったら、一度取り出してよくまぜ、もう一度ふんわりとラップをして庫内中央に置き、あたためスタートを押す。

5 加熱が終了したら、取り出してよくまぜ合わせる。



### 切干大根



角皿使用不可

レンジ

自動メニュー  
30



#### 材 料 (4人前)

切り干しだいこん... 20g 油揚げ ..... 20g  
にんじん ..... 20g しいたけ ..... 1/2枚

#### A

砂糖 ..... 小さじ4 しょうゆ ..... 小さじ4  
だし汁 ..... 200mL

#### 作りかた

- 1 切り干しだいこんは水でもどしておく。
- 2 油揚げとにんじんは千切り、しいたけは薄切りにして、耐熱ガラス製ボウルに入れ、水でもどした切り干しだいこんとAを加える。

3 ふんわりとラップをして庫内中央に置き、自動メニュー「30-4」を選んであたためスタートを押す。

4 加熱が終了したら、よくまぜ合わせる。

### 肉じゃが



角皿使用不可

レンジ

自動メニュー  
31



#### 材 料 (2人前)

豚ばら肉(薄切り)... 200g 糸こんにゃく ..... 80g  
にんじん ..... 50g じゃがいも ..... 200g  
玉ねぎ ..... 60g 絹さや ..... 適量

#### A

だし汁 ..... 70mL 砂糖 ..... 大さじ1 1/2  
しょうゆ ..... 大さじ1 1/2 酒 ..... 大さじ1 1/2  
すりおろししょうが .... 少々

#### 作りかた

- 1 豚肉は食べやすい大きさに、にんじんは小さめの乱切り、じゃがいもは乱切り、玉ねぎは薄切りにする。糸こんにゃくは食べやすい大きさに切り、ゆでてあく抜きをしておく。

2 耐熱ガラス製のボウルににんじんを入れ、上に豚肉をちらしながら並べる。さらに、じゃがいも、糸こんにゃく、玉ねぎの順に入れ、合わせておいたAを加える。

3 ボウルにふんわりとラップをして庫内中央に置き、自動メニュー「31」を選んであたためスタートを押す。

4 加熱が終了したらよくまぜ合わせ、お好みでゆでた絹さやを散らす。

## 筑前煮



レンジ

自動メニュー  
32

### 材 料 (2人前)

ごぼう ..... 50g      たけのこ (水煮) .. 100g  
れんこん (水煮) .... 50g      にんじん ..... 50g  
とりもも肉..... 100g      干しいたけ ..... 2枚  
こんにゃく..... 100g      絹さや ..... 適量

### A

砂糖 ..... 大さじ1<sup>2</sup>/<sub>3</sub>      しょうゆ ..... 大さじ1  
みりん ..... 大さじ1      だし汁 ..... 100mL

### 作りかた

- 1 ごぼうは乱切りにし、水にさらしてあく抜きをしておく。たけのこ・にんじんは乱切りに、れんこんは5mm幅に切る。干しいたけは水でもどして4等分、とり肉は2cm角に切っておく。こんにゃくは一口大にちぎり、ゆでてあく抜きをしておく。  
※ しいたけのもどし汁は取っておき、他の料理にお使いください。

- 2 耐熱ガラス製ボウルに入れたとり肉にAを加えてラップをし、手動メニューのレンジ 600Wで2分加熱する。
- 3 2 ににんじん・ごぼう・れんこん・こんにゃく・しいたけ・たけのこを順に入れ、ふんわりとラップをして庫内中央に置き、自動メニュー「32」を選んであたためスタートを押す。
- 4 加熱が終了したらよくまぜ合わせ、お好みでゆでた絹さやを散らす。

## 人参グラッセ



レンジ

自動メニュー  
33

### 材 料 (2人前)

にんじん..... 120g

### A

水 ..... 大さじ2      砂糖 ..... 小さじ2  
バター ..... 20g

### 作りかた

- 1 にんじんを1cm厚の輪切りにし、面取りをする。
- 2 耐熱ガラス製のボウルににんじんを重ならないように入れ、Aを加えて味をからませる。
- 3 ボウルにふんわりとラップをして庫内中央に置き、自動メニュー「33」を選んであたためスタートを押す。

### ポトフ



角皿使用不可

レンジ

自動メニュー  
34



#### 材 料 (4人前)

|                       |                      |
|-----------------------|----------------------|
| キャベツ..... 200g        | 玉ねぎ ... 中1個 (200g)   |
| にんじん.... 中1/2本 (100g) | じゃがいも.... 中2個 (300g) |
| ブロックベーコン.. 50g        | ウィンナー..... 2本        |
| 水..... 400mL          | コンソメ ..... 1個        |
| ブロッコリー..... 適量        |                      |

#### 作りかた

- 1 ジャがいもは半分に切り、水にさらしておく。キャベツはざく切り、玉ねぎはくし切り、にんじんは長さ3cmに切った後、縦半分に切る。ベーコンは一口大、ウィンナーは斜め半分に切る。
- 2 耐熱ガラス製ボウルに、にんじん、玉ねぎ、じゃがいも、ベーコン、ウィンナー、キャベツを順に入れ、コンソメを溶かした水を加える。
- 3 2 にふんわりとラップをして庫内中央に置き、自動メニュー「34」を選んであたためスタートを押す。

4 加熱が終了したら、お好みでゆでたブロッコリーを加えてよくまぜ合わせる。

### かぼちゃの煮物



角皿使用不可

レンジ

自動メニュー  
35



#### 材 料 (2人前)

かぼちゃ..... 200g

#### A

|               |                |
|---------------|----------------|
| だし汁..... 大さじ2 | しょうゆ..... 小さじ2 |
| みりん..... 大さじ1 |                |

#### 作りかた

- 1 かぼちゃを3cm角に切り、皮を下にして耐熱ガラス製ボウルに入れ、Aを加える。
- 2 ボウルにふんわりとラップをして庫内中央に置き、自動メニュー「35」を選んであたためスタートを押す。



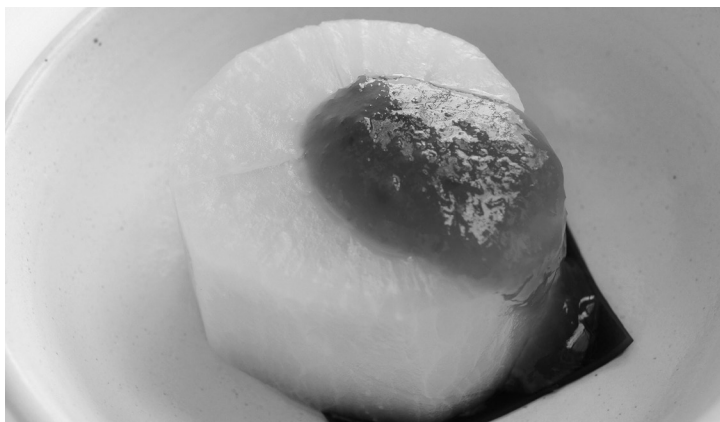
## ふろふき大根



角皿使用不可

レンジ

自動メニュー  
36



### 材 料 (2人前)

だいこん..... 200g    だし汁 ..... 70mL

### A

みそ ..... 20g    砂糖 ..... 大さじ1  
みりん ..... 大さじ2    酒 ..... 大さじ3

### 作りかた

- 1 耐熱容器にAを入れて、ラップをせずに、手動メニューのレンジ 600Wで5分加熱し、冷ましておく。  
※ 加熱終了後は熱くなっているので注意してください。

- 2 だいこんの皮をむき、3cm厚に切って、面取りする。
- 3 別の耐熱ガラス製ボウルにだいこんとだし汁を入れ、ふんわりとラップをして庫内中央に置き、自動メニュー「36」を選んであたためスタートを押す。
- 4 加熱終了後、器に盛り付けてから、作っておいた1を上からかける。

## 蒸しプリン



角皿使用



水タンク給水

オープン  
+  
スチーム

自動メニュー  
37



### 材 料 (6個分)

牛乳 ..... 500mL    砂糖 ..... 80g  
卵 (M) ..... 4個    バニラエッセンス... 少々

### カラメルソース

砂糖 ..... 40g    水 ..... 大さじ1  
お湯 ..... 大さじ1

### 作りかた

- 1 鍋に砂糖と水を入れて加熱し、茶色になったら火からおろしお湯を加える。  
※ 飛び散ることがあるのでやけどに注意してください。

- 2 金属製プリン型（直径6cm、高さ5.5cmくらい）に1（カラメルソース）を等分に入れる。
- 3 牛乳と砂糖を耐熱容器に入れ、手動メニューのレンジ 600Wで3分30秒加熱する。加熱終了後、かきまぜて砂糖を溶かす。
- 4 室温に戻した卵を、泡立て器で白身が残らないようによく溶き、3を少しずつ加え、よくまぜる。最後にバニラエッセンスを加える。
- 5 4をこし、2の容器に等分に入れて、アルミホイルでふたをする。角皿にのせて下段にセットし、自動メニュー「37」を選んであたためスタートを押す。
- 6 加熱終了後、そのまま庫内で5分蒸らす。粗熱を取ったら、冷蔵庫へ入れる。  
※ 卵液の温度が低いとうまく固まりません。室温や卵液の温度が低い場合は、仕上がり／温度の▲で調整してください。  
※ 容器の形状や材質によって、仕上がりが異なることがあります。  
※ 柔らかい仕上がりの場合、型から外すとくずれることがあります。

### チーズケーキ



角皿使用

オープン

自動メニュー  
38



#### 材 料 (直径18cm)

クリームチーズ... 220g 砂糖 ..... 70g  
卵 ..... 2個 薄力粉 ..... 大さじ3  
生クリーム ..... 180g レモン汁 ..... 小さじ2

#### A

アブリコットジャム...大さじ1 水 ..... 大さじ1/2

#### 作りかた

- 1 ボウルにクリームチーズを入れ、柔らかくなるまで練る。
- 2 1に砂糖・卵・薄力粉・生クリーム・レモン汁の順に、加えながら混ぜる。

- 3 自動メニュー「38」を選んであたためスタートを押す（予熱）。
- 4 直径18cmの金属製型の底と周りにバター（分量外）を薄く塗り、クッキングシートを敷く。
- 5 2を型に流し込んで、角皿にのせ、お知らせ音が鳴って予熱完了したら、下段にセットしてあたためスタートを押す。
- 6 加熱終了後、取り出して、型を網にのせ冷やす。
- 7 Aを耐熱容器に入れ、ラップをして庫内中央に置き、手動メニューのレンジ 600Wで30秒加熱する。
- 8 6を型から外し、7を表面に塗る。

### スポンジケーキ



角皿使用



水タンク給水

スチーム  
+  
オープン

自動メニュー  
39



#### 材 料 (直径18cm)

薄力粉 ..... 90g 卵 ..... 3個  
砂糖 ..... 90g 牛乳 ..... 大さじ1  
バター ..... 15g バニラエッセンス... 少々

#### 作りかた

- 1 直径18cmの金属製型の底と周りにバター（分量外）を薄く塗り、クッキングシートを敷く。
- 2 バターと牛乳を耐熱容器に入れ、手動メニューのレンジ 200Wで1分加熱する。

- 3 別な容器で、室温にもどした卵を泡立てながら、砂糖を2回に分けて加える。文字が書けるような固さになったら、バニラエッセンスを加えてきめを整える。
- 4 3に薄力粉をふるい入れ、粉がなくなるまでへらでさっくりとまぜて、さらに2を加えて手早くまぜる。
- 5 自動メニュー「39」を選んであたためスタートを押す（予熱）。
- 6 4を型に流し込んだら、型ごと10cmの高さから数回落として空気を抜く。
- 7 6を角皿にのせ、お知らせ音が鳴って予熱完了したら、下段にセットしてあたためスタートを押す。
- 8 焼きあがったら、すぐに20～30cmの高さから落として空気を抜き、底を上にして網の上に取り出す。好みにフルーツやホイップクリームをのせる。

## バターロール



オープン

自動メニュー  
40



### 材 料 (9個分)

牛乳 ..... 110mL    卵 ..... 1/2個  
無塩バター ..... 30g    溶き卵 ..... 適量

### A

強力粉 ..... 200g    砂糖 ..... 20g  
塩 ..... 2g    ドライイースト ..... 3g

### 作りかた

- 1 ボウルにAを入れてまぜる。別な容器に牛乳と卵を入れてまぜ、Aに加えてまぜる。  
べたつきがなくなったら、室温に戻したバターを加えて、なじむまでこねる。
- 2 さらに、強力粉（分量外）をふるった台の上に取り出し、たたきつけながら生地が透明感が出るくらいまでこねる。

- 3 丸くまとめて、大きめのボウルなどに入れる。表面に霧を吹いてラップをして、角皿にのせて下段にセットし、手動メニューの発酵 35℃で50～60分加熱する（1次発酵）。指に強力粉をつけ、生地の中央を押して穴がそのまま残れば取り出す。
- 4 生地を手で押してガス抜きし、9等分して表面がなめらかになるように丸め、皿の上でラップをかぶせて20分休ませる。
- 5 生地を円錐状に手でまとめ、麺棒で三角形にのばして広い方から丸める。巻き終わりは下にして置く。
- 6 角皿にクッキングシートを敷いて生地を並べ、表面に霧を吹いて、下段にセットする。手動メニューの発酵 40℃で30～40分加熱する（2次発酵）。
- 7 角皿ごと取り出してから、自動メニュー「40」を選んであたためスタートを押す（予熱）。
- 8 生地表面に溶き卵を薄く塗り、お知らせ音が鳴って予熱が完了したら、下段にセットしてあたためスタートを押す。
- 9 焼きあがったら、網の上で冷ます。



### クッキー



オープン

自動メニュー  
41



#### 材 料 (20枚分)

薄力粉 ..... 110g    バター ..... 50g  
砂糖 ..... 35g    卵 ..... 1/2個

#### 作りかた

- 1 薄力粉をふるっておく。
- 2 室温で柔らかくしておいたバターに砂糖を加えて、なめらかになるまでよくすりませる。
- 3 2 に、溶いた卵、ふるった薄力粉の順に、まぜながら加えていく。
- 4 ひとまとめにした生地をラップに包み、冷蔵庫で20分ほど休ませる。

- 5 麺棒で生地を5mm程度の厚さにのばし、直径5cmくらいの丸型で抜く。
- 6 自動メニューの「41」を選んであたためスタートを押す（予熱）。
- 7 角皿にクッキングシートを敷いて 5 を並べ、お知らせ音が鳴って予熱完了したら下段にセットしてあたためスタートを押す。
- 8 焼きあがったら、網の上で冷ます。

### ピザ



オープン

自動メニュー  
42



#### 材 料 (直径23cm)

玉ねぎ ..... 50g    マッシュルーム ..... 20g  
サラミソーセージ ... 適量    ピーマン ..... 20g  
ピザソース ..... 50g    ナチュラルチーズ(ピザ用) .. 100g

#### 生地

強力粉 ..... 120g    砂糖 ..... 小さじ2  
ドライイースト ..... 2g    塩 ..... 1g  
サラダ油 ..... 大さじ1/2    めるま湯 .. 60 ~ 70mL

#### 作りかた

- 1 ボウルに生地材料を入れてまぜ、丸くまとめる。

- 2 1 を大きめの容器に入れて角皿にのせ、下段にセットする。手動メニューの発酵 45℃で30分加熱する。
- 3 玉ねぎ・マッシュルーム・サラミソーセージ・ピーマンは薄切りにする。
- 4 発酵が終了したら、強力粉をふった台の上に取り出し、手で押してガス抜きをし、麺棒で直径23cmの円形にして形を整える。
- 5 自動メニューの「42」を選んであたためスタートを押す（予熱）。
- 6 角皿にクッキングシートを敷き、4 をのせてピザソースを塗り、具を並べて最後にチーズをのせる。
- 7 お知らせ音が鳴って予熱完了したら、下段にセットしてあたためスタートを押す。

## 焼きそば



角皿使用不可

レンジ

自動メニュー  
43



### 材 料 (2人前)

焼きそば用麺(粉ソース付き)...2玉    もやし ..... 150g  
にんじん..... 50g    豚ばら肉 ..... 70g  
キャベツ..... 120g

### 作りかた

- 1 にんじんは薄切り、豚肉・キャベツは一口大に切る。
- 2 耐熱ガラス製ボウルに、もやし・にんじん・麺・豚肉・キャベツの順にのせる。
- 3 ふんわりとラップし、自動メニュー「43」を選んであたためスタートを押す。
- 4 加熱終了後、ソースをからめる。



# 故障かな？と思ったら

使用中に異常が生じた場合は、修理を依頼される前に本書をよくお読みのうえ、以下の点を確認してください。

| 状 態                         | 考えられる理由                    | 処 置                                                      |
|-----------------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------|
| 電源が入らない<br>(ボタンを押しても反応しない)  | ●電源プラグが確実に差し込まれていない        | ●電源プラグを確実に差し込んでください。                                     |
|                             | ●電源ブレーカーが入っていない            | ●安全を確認のうえ、電源ブレーカーを入れてください。                               |
|                             | ●電源が切れている（表示が消えている）        | ●扉を開けて電源を入れてください。                                        |
| 加熱中に電源が切れる（ブレーカーが切れる）       | ●使用できる電気の量を超えている           | ●他の電気製品のスイッチを切る、別なブレーカーの回路に接続するなどして、回路の容量を超えないようにしてください。 |
| 動作しない                       | ●扉がしっかり閉まっていない             | ●扉をしっかり閉めてください。                                          |
| スチーム加熱しない（給水確認が表示される）       | ●水タンクの水が足りない               | ●水タンクにMAXまで給水してください。（→P14）                               |
|                             | ●水タンクが正しく取り付けられていない        | ●水タンクを確実に取り付けてください。                                      |
| お知らせ音が鳴らない                  | ●お知らせ音が切（OFF）になっている        | ●とりけしボタンを3秒押して、お知らせ音を入（ON）にしてください。（→P16）                 |
| 1分ごとに、「ピッ、ピッ、ピッ」と鳴る         | ●調理後、食品を取り忘れている            | ●扉を開けると音は止まります。                                          |
| 加熱中に「ブーン」音が大きくなったり小さくなったりする | ●加熱をコントロールしている             | ●故障ではありません。そのまま使用してください。                                 |
| 加熱中に「カチッ」という音がある            |                            |                                                          |
| 加熱が終了してもファンの音がある            | ●加熱が終了した後も内部を冷却するためにファンが回る | ●内部が冷却されるまでお待ちください。電源プラグは抜かないでください。                      |
| 煙が出るにおいがする                  | ●最初から焼きをしていない              | ●最初使用する前から焼きをしてください。（→P13）                               |

|                     |                             |                                                            |
|---------------------|-----------------------------|------------------------------------------------------------|
| 火花が出る               | ●アルミホイルが庫内壁面に近い             | ●アルミホイルを庫内壁面から離してください。                                     |
|                     | ●アルミホイルなどに鋭利な部分がある          | ●アルミホイルは鋭利な部分を作らないでください。(→P9)                              |
|                     | ●金銀模様のある容器を使用している           | ●金銀模様のある容器は使用しないでください。(→P8)                                |
|                     | ●庫内に食品かすなどが付着している           | ●庫内壁面をお手入れしてください。(→P36)                                    |
| 解凍するとむらが出て一部が煮えてしまう | ●食材に細い部分・薄い部分がある            | ●食材の薄い部分や細い部分にアルミホイルを巻くと、煮えや変色を防ぐことができます。                  |
|                     | ●食材が半解凍されていた                | ●食材の凍った部分と解凍された部分では熱の通りかたが違います。食材は、解凍する直前まで冷凍庫から出さないでください。 |
| 食品があたたまらない          | ●食品がアルミホイルなどでおおわれている        | ●食品をアルミホイルなどでおおうと、加熱されません。                                 |
|                     | ●庫内や容器に水滴がついている             | ●水滴に熱が吸収されると食材が十分にあたまりません。水滴がついている場合は拭き取って使用してください。        |
|                     | ●冷凍品を「あたため」メニューであたためている     | ●冷凍品は熱が通りにくいので手動メニューであたためてください。                            |
| レンジ加熱中、扉に水滴がつく      | ●食品から出た水蒸気が扉に結露する           | ●ふきんで拭き取ってください。                                            |
| 庫内に水がたまる            | ●スチーム加熱をすると庫内で水蒸気が結露して水がたまる | ●異常ではありません。調理によって結露の程度は差があります。調理のたびに拭き取ってください。             |
| 扉下部から水がもれる          | ●排水トレーを取り付けてない              | ●排水トレーを取り付けて使用してください。(→P36)                                |

### それでも解決できないときは

お買い上げの販売店またはアイリスコールにお問い合わせください。



### 警告

●ご自分での分解・修理・改造はしないでください。

# 仕様

|                   |         |                                               |
|-------------------|---------|-----------------------------------------------|
| 電源                |         | AC 100V                                       |
| 定格周波数             |         | 50/60Hz                                       |
| レンジ               | 定格消費電力  | 1,450W                                        |
|                   | 定格高周波出力 | 1,000W（自動メニューのみ）、600W、500W、400W、200W相当、100W相当 |
|                   | 発振周波数   | 2,450MHz                                      |
|                   | タイマー    | 5秒～ 90分                                       |
| グリル               | 定格消費電力  | 1,380W                                        |
|                   | ヒーター出力  | 上ヒーター：680W、下ヒーター：680W                         |
|                   | タイマー    | 5秒～ 30分                                       |
| スチーム              | 定格消費電力  | 620W                                          |
|                   | ヒーター出力  | 600W                                          |
|                   | タイマー    | 5秒～ 30分                                       |
| オープン              | 定格消費電力  | 1,380W                                        |
|                   | ヒーター出力  | 上ヒーター：680W、下ヒーター：680W                         |
|                   | 温度調節    | 35、40℃（発酵）、100～250℃（庫内温度が高いときは210℃まで）         |
|                   | タイマー    | 5秒～ 90分                                       |
| 外形寸法（取っ手・つまみを含まず） |         | 幅513×奥行403×高さ332 mm                           |
| 加熱室の有効寸法          |         | 幅315×奥行355×高さ206 mm                           |
| 庫内総容量※1           |         | 約24L                                          |
| 製品質量              |         | 14.5kg                                        |
| 区分名※2             |         | D                                             |
| 電子レンジ機能の年間消費電力量※3 |         | 56.5kWh                                       |
| 年間待機時消費電力量※3      |         | 0.0kWh                                        |
| 年間消費電力量※3         |         | 68.9kWh                                       |

※1 庫内総容量とは、JISの判定基準にもとづき算出された容量です。

※2 区分名は、家庭用品品質表示法及び省エネ法にもとづき、機能・加熱方式・庫内容量の違いで分かれています。

※3 年間消費電力量は、省エネ法特定機器「電子レンジ」測定法により測定した数値です。実際に使用する年間消費電力量は、周囲環境・使用回数・使用時間・食材の量によって左右されます。

コンセントに電源プラグを接続した状態で、表示部が消灯しているとき（待機時）の消費電力は0Wです。

※ 製品の仕様は予告なく変更することがあります。

# 保証とアフターサービス

必ずお読みください。

## ■ 保証書

お買い上げの際に、所定の事項が記入されている保証書をお買い上げの販売店より必ずお受け取りください。

保証書がありませんと、無料修理保証期間内でも代金を請求される場合がありますので、大切に保管してください。

## ■ 保証期間

保証期間は、保証書（裏表紙）に記載されています。保証期間内に故障した場合は、保証規定にしたがって修理させていただきます。

## ■ 保証期間経過後の修理

お買い上げの販売店またはアイリスコールにご相談ください。修理により製品の機能が維持できる場合は、ご要望により有料にて修理いたします。

## ■ 補修用性能部品の保有期間について

当社はこの製品の補修用性能部品を製造打ち切り後、8年間保有しています。

性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品です。

## ■ アフターサービスについて

ご不明な点はお買い上げの販売店またはアイリスコールにお問い合わせください。

# スチームオーブンレンジ MS-2401

## 保証書

本書は、お買い上げ日から下記期間内に故障が発生した場合に、下記の保証規定により無料修理を行うことをお約束するものです。

|             |         |      |  |                  |         |
|-------------|---------|------|--|------------------|---------|
| お買い上げ日 ※    |         | 保証期間 |  | お買い上げ日より：1年間     |         |
| 年 月 日       |         |      |  | ※付属品（角皿）を除く      |         |
| お<br>客<br>様 | お名前     |      |  | ※<br>販<br>売<br>店 | 住所・店名   |
|             | ご住所 〒   |      |  |                  |         |
|             | 電話（ ） - |      |  |                  | 電話（ ） - |

販売店様へ： ※印欄は必ず記入してお渡してください。

### 保証規定

- 取扱説明書、本体貼付ラベルなどの注意書きにしたがった正常な使用状態で故障及び損傷した場合には、弊社が無料にて修理または交換いたします。
- 保証期間内に、故障などによる無料修理をお受けになる場合には、お買い上げの販売店にて、保証書をご提示のうえ、修理をご依頼ください。
- 保証内容は本製品自体の無料修理に限ります。保証期間内においても、その他の保証はいたしかねます。
- ご転居や贈答品などで本保証書に記入してある販売店に修理をご依頼にできない場合には、アイリスコールにお問い合わせください。
- 保証期間内におきましても次の場合には有料修理になります。
  - 使用上の誤り、不当な修理、改造などによる故障及び損傷
  - お買い上げ後の落下などによる故障及び損傷
  - 火災、地震、その他の天災地変による故障及び損傷
  - 一般家庭用以外（たとえば業務用の長時間使用、車両・船舶への搭載など）に使用された場合の故障及び損傷
  - お買い上げ後の移動、輸送または什器・備品などとの接触による故障及び損傷
  - 本書の提示がない場合
  - 本書にお買い上げ年月日、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
- 本書は日本国内においてのみ有効です。
- 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管してください。

修理メモ

- ※ 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もの（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。保証期間経過後の修理などについてご不明の場合は、お買い上げの販売店またはアイリスコールにお問い合わせください。
- ※ 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は、「保証とアフターサービス」をご覧ください。

アイリスオーヤマ株式会社 〒980-8510 仙台市青葉区五橋2丁目12番1号  
ホームページ <http://www.irisohyama.co.jp/>

製品に関するお問い合わせは  
アイリスコール (通話料無料)

0120-311-564

修理に関するお問い合わせは  
修理専用コール (通話料無料)

0800-170-7070

受付時間 平日 9:00～17:00、土・日・祝日 9:00～12:00 / 13:00～17:00  
(年末年始・夏期休業期間・会社都合による休日を除く)

FAX でのお問い合わせは (通話料無料) 0800-888-2600

Web からの問い合わせは <http://www.irisohyama.co.jp/support/>  
メールアドレスにご記入のうえ送信してください