

保証書

持込修理

この保証書は、本書記載内容で無料修理を行うことをお約束するものです。

スチームオーブンレンジ	品番 NMW-JV23K
★お客様お名前	様
★ご住所 〒	★電話番号 () -
保証期間 ★お買上げ日 年 月 日から 本体 …………… 1年間 付属品 …………… 対象外	★取扱販売店名、住所、電話番号

★印欄に記入のない場合は無効となりますから必ずご確認ください。

お買上げの日から上記保証期間中に、取扱説明書、本体ラベルその他の注意書きに従った正常な使用状態で故障した場合には、本書記載内容にもとづき、お買上げの販売店が無料修理いたしますので、商品と本保証書をご持参ご提示のうえ、お買上げの販売店にご依頼ください。

- 保証期間内でも次のような場合には有料修理となります。
 - 使用上の誤り、または改造や不当な修理による故障または損傷。
 - お買上げ後の落下、引っ越し、輸送等による故障または損傷。
 - 火災・地震・水害・落雷・その他の天災地変ならびに公害や異常電圧その他の外部要因による故障または損傷。
 - 業務用としての使用、車両・船舶への搭載等一般家庭用以外に使用された場合の故障または損傷。
 - 本書の提示がない場合。
 - 本書にお買上げ年月日、お客様名、販売店名の記入がない場合、あるいは字句を書き換えられた場合。
 - 消耗部品の交換
仕様変更 } 等
- 保証期間内でも商品を修理窓口へ送付された場合の送料や、出張修理を行った場合の出張料は、お客様のご負担となります。
- ご転居の場合は事前にお買上げの販売店にご相談ください。
- ご贈答品等で本書に記入してあるお買上げの販売店に修理をご依頼になれない場合には、下記の「お客様相談室」にお問い合わせください。
- 本書は日本国内においてのみ有効です。 Effective only in Japan.
- 本書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保存してください。

●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。従ってこの保証書によって保証書を発行している者（保証責任者）およびそれ以外の事業者に対するお客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間経過後の修理等についてご不明の場合は、お買上げの販売店または株式会社ヤマダホールディングス「お客様相談室」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詳しくは、58ページの「修理サービスについて」の項をご覧ください。

株式会社ヤマダホールディングス

【お客様相談室】 TEL 0120-258-260 (無料)

〒370-0841 群馬県高崎市栄町1番1号

受付時間：午前10時～午後9時（元日のみ休日）

取扱説明書

保証書付（裏表紙）

一般家庭用

（業務用としては使用しないでください）

スチームオーブンレンジ 品番：NMW-JV23K

お買上げまことにありがとうございます。

- この「取扱説明書(保証書付)」をよくお読みのうえ正しくお使いください。お読みになったあとは、いつでも取り出せるところに大切に保管してください。特に1～4ページの「安全上のご注意」を必ずお読みください。
- この商品を使用できるのは日本国内のみで、国外では使用できません。
This appliance is designed for domestic use in Japan only and cannot be used in any other country.

取扱説明書（保証書付）・本体には商品の色記号の表示を省略しています。包装箱に表示している品番の（ ）内の記号が色記号です。

もくじ

安全上のご注意	1～4
設置について	5
使える容器・使えない容器	6
各部のなまえ	7～8
知っておいていただきたいこと	9～10
準備する	11～12
使いかた	13～36
・クイックスタート	
あたため/アイスクリーム	13～14
・自動メニュー	15～24
基本の使いかた	15～16
解凍/さしみ解凍	17
お弁当あたため/お惣菜あたため/冷凍あたため	18
スチームあたため	19
フライあたため	20
トースト	21
牛乳・飲み物/お酒	22
ゆで葉野菜/ゆで根菜	23
自動メニュー13～38を調理する	24
・手動調理	25～36
レンジ	25～27
グリル	28
オープン（予熱なし）	29～30
オープン（予熱あり）	31～32
発酵	33～34
スチーム	35～36
お手入れ	37～38
お料理集	39～54
故障かな?と思ったら	55～56
仕様	57
愛情点検	58
修理サービスについて	58
保証書	裏表紙

SERIE
NOIR

Steam Microwave Oven

ここに示した注意事項は、あなたや他の人々への危害や損害を未然に防止するための、安全に関する重要な内容ですので、必ずお守りください。
その表示と意味は、次のようになっています。

●この表示を無視して、誤った使いかたをしたときに生じる内容を、3つに区分しています。

	危険	人が死亡または重傷を負う可能性が高い内容。
	警告	人が死亡または重傷を負う可能性が想定される内容。
	注意	人が傷害を負う可能性および物的損害のみの発生が想定される内容。

●本文中の絵表示の意味です。

	禁止	○は、してはいけない「禁止」の内容です。		一般的な禁止		分解禁止		接触禁止		
	強制	●は、必ず実行していただく「強制」の内容です。		ぬれ手禁止		水ぬれ禁止		必ず行う		電源プラグを抜く
				アース線を接続する						

危険

	吸気口・排気口・穴などにピンや針金など、異物を入れない 感電や異常動作をしてけがをするおそれがあります。		絶対に改造、分解をしない 改造はしない。また、修理技術者以外の人は、分解したり修理をしない。 火災・感電・けがの原因となります。修理はお買上げの販売店または株式会社ヤマダホールディングス「お客様相談室」にご相談ください。
--	---------------------------------------------------------	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

警告

	異常・故障時には、ただちに使用を中止する 使用を続けると、発煙・発火・火災・感電・けがのおそれがあります。 ＜異常・故障例＞ ●電源コードや電源プラグが異常に熱くなる。 ●異常なおいや音がする。 ●ドアに著しいガタや変形がある。 ●触れると電気を感じる。 ●その他の異常や故障がある。 ※お買上げの販売店または株式会社ヤマダホールディングス「お客様相談室」に点検、修理を依頼してください。		お子さまのいたずらに注意する 倒れたり、上にのったりして、けが・感電・やけど・故障のおそれがあります。
	煙が出たり、異常なおいがしたり、異音が出る場合はすぐに使用を中止し、電源プラグを抜いて、修理を依頼する		

警告

	アースを確実に取り付ける 確実に取り付けられていないと、万一故障や漏電をしたときに感電するおそれがあります。 [アースの取り付け方] アース線の先端の被覆を約1.5cmむき、アース付コンセントのアース端子にしっかりと接続します。 ※コンセントにアース端子がない場合はお買上げの販売店にアース工事(有料)をご相談ください。 		油脂の多い食品・液体*1、粒入りスープ*2を加熱するときは突沸に注意する 加熱後、取り出したあとに、突然沸騰(突沸)して飛び散る場合があります。やけどの原因となります。 *1… バター・生クリーム・オリーブ油など *2… コーンの粒やあさりなどが入ったスープ・小豆の粒が入ったおしるこなど
	湿気の多いところ(地下室など)や洗いの近くなど水のかかりやすいところに設置する場合は、必ずアース線に加え「漏電しゃ断器」をつけてください。		加熱前、加熱後は必ずスプーンでかき混ぜる 加熱後、取り出したあとに、突然沸騰(突沸)して飛び散る場合があります。やけどの原因となります。
	次のところへはアース線を接続しないでください。 ガス管・水道管・避雷針・電線のアース線		殻や膜などのある食品(トマト・イカ・栗・銀杏など)は、切れ目や割れ目を入れてから加熱する そのまま加熱すると、破裂して、やけど・けがの原因となります。
	缶詰・ビン詰・レトルト袋などの食品は別の容器に移してから加熱する。また、鮮度保持剤(脱酸素剤)を入れたまま加熱しない 発火や破裂して、やけど・けがの原因となります。		卵はそのまま加熱しないでよく割りほぐしてから加熱する 破裂して、やけど・けがの原因となります。
	容器を使用するときは、広口で背の低い容器を使用し、8分目まで入れる 少量の加熱は、沸騰による飛び散りの原因となります。		電源は、交流100V・定格15Aのコンセントを単独で使用する 他の器具と併用すると分岐コンセント部が異常発熱して、発火・火災・感電の原因となります。
	加熱するときは、設定時間を控えめにし、様子を見ながら加熱する 食品の分量に対して加熱時間が長いと、発火・発煙・やけどの原因となります。 特に、少量の加熱時や油脂の多い食品・液体、さつまいもなどの根菜類の加熱にはご注意ください。		電源プラグはコンセントの根元までしっかりさし込む さし込みが不完全な場合、発煙・発火・火災・感電・ショートの原因となります。
	食品を加熱しすぎない 加熱しすぎると、食品が炭化し、発煙・発火に至る場合があります。 万一発煙・発火した場合は次のことを行ってください。 ●すぐに電源プラグを抜く ●ドアを開けずに鎮火するのを待つ ●鎮火しない場合は消化器で消火する 処理後はそのまま使用せず、お買上げの販売店または株式会社ヤマダホールディングス「お客様相談室」にご相談ください。		電源プラグは清潔にする 電源プラグの刃および刃の取付面にホコリが付着している場合は、乾いた布でよく拭いてください。発煙・発火・火災の原因となります。
	電源コードや電源プラグは乱暴に取り扱わない 電源コードまたは、電源プラグを傷つける、加工する、熱器具に近づける、無理に曲げる、ねじる、引っ張る、重いものをのせる、束ねて使用する、などをしない。 感電・ショートによる発火の原因となります。修理はお買上げの販売店または株式会社ヤマダホールディングス「お客様相談室」にご相談ください。		電源プラグを抜くときは、電源コードを持たず、電源プラグを持ってまっすぐ引き抜く 感電・ショート・発火・火災の原因となります。
	お手入れの際は、必ず電源プラグをコンセントから抜く 感電・ショート・けがのおそれがあります。		

安全上のご注意

必ずお守りください

安全上のご注意

警告

子供や不慣れなただけで使用させたり、子供の手の届くところで使用しない、保管しない やけど・感電・けがの原因となります。	ドアが破損したり、ドアのロックに異常がある場合は使用しない 電波が漏れて、人体に障害を与えるおそれがあります。
ゆで卵の加熱はしない 破裂して、やけど・けがの原因となります。	電源コードや電源プラグが傷ついたり、コンセントのさし込みがゆるいときは使用しない 感電・ショート・発火の原因となります。すぐにお買上げの販売店または株式会社ヤマダホールディングス「お客様相談室」にご相談ください。修理技術者以外の人が、修理をしないでください。
延長コードを使用しない 火災・やけどの原因となります。	飲み物を加熱しすぎない 加熱後、取り出したあとに、突然沸騰(突沸)して飛び散る場合があります、やけどの原因となります。加熱しすぎたときは、そのまま1~2分ほど庫内で冷ましてから取り出してください。
調理以外の目的で使用しない 発熱や異常動作をして発煙・発火・破裂・火災の原因となります。 ●湯たんぽの加熱 ●おしぼりの加熱・乾燥 ●哺乳瓶の消毒 ●衣類の乾燥 など	熱に弱い敷物(畳・じゅうたん・テーブルクロスなど)の上には置かない 火災の原因となります。
燃えやすいもののそばに置いたり、熱に弱いものやカーテンなどの近くで使用しない 火災のおそれがあります。	業務用として使用しない 本製品は家庭用として設計・製造されています。業務用としての使用は、絶対しないでください。
本体の上に水や、その他の液体の入ったものを置かない 水分がこぼれて、感電・故障の原因となります。	本体を水につけたり、水をかけたり、丸洗いをしない 感電・ショート・発火・故障の原因となります。
めれた手で電源プラグを抜きさししない ショート・感電・けがの原因となります。 めれ手禁止	

注意

本体のお手入れは、必ず電源プラグを抜き本体が冷めてから行う 感電・やけどのおそれがあります。	使用後はお手入れをする 雑菌が繁殖したり、発火・故障の原因となります。
本体を移動するときは必ず電源プラグを抜き、アース線を外して移動する けが・故障の原因となります。	水平で丈夫な場所に置く 不安定な場所に置くと振動・騒音・落下の原因となります。
お弁当をあたためるときは、ふたやラップを外し、ゆで卵・アルミケース・調味料類は取り出す 火花が出たり、破裂によるけが・やけどをするおそれがあります。	長期間使用しないときは電源プラグをコンセントから抜く けがや絶縁劣化による感電・ショート・火災の原因となります。
ドアを開けるときは、蒸気や熱気に注意する やけどのおそれがあります。	壁との間を空けて置く 過熱して発火するおそれがあります。
熱気や蒸気が出るものから離す 機能が低下し、故障の原因となります。	スチーム排気口に手やものを近づけない 蒸気や熱気でやけどのおそれがあります。

注意

ガソリン・シンナー・ベンジン・アルカリ性洗剤・灯油・ベンゾール・アルコール・みがき粉などで拭かない。また、殺虫剤などをかけない 樹脂や塗装部分が、変色・変質する原因となります。	庫内に付着した調理物や油を放置したまま加熱しない 発煙・発火の原因となります。必ず庫内が冷めてから拭きとってください。ドアに付着した汚れは必ず拭きとってください。
工場や厨房など多量の粉じんや油脂の発生するところに設置しない 火災・故障の原因となります。	直射日光の当たる場所など高温になる場所に置かない 熱による変形・変色の原因となります。
壁や家具の近くで使用しない 熱で壁や家具を傷め、変色・変形の原因となります。	水のかかるところや、火気の近くでは使用しない 感電・漏電の原因となります。
ドアにもものを挟んだまま使用しない 電波漏れによる障害が起きることがあります。	本体の上や下にもものを置かない 過熱して焦げたり、変形するおそれがあります。
ドアに無理な力や衝撃を加えない 本体の転倒、落下によるけがや、変形して電波漏れや故障の原因となります。	屋外や車の中で使用しない 本製品は屋内専用です。熱による変形・変色・感電・故障の原因となります。
お弁当は、「クイックスタート(あたため)」メニューを使用してあたためない 容器が変形したり、溶けたりするおそれがあります。	衣類の乾燥など調理以外の目的に使用しない 過熱や異常動作をして発火・やけどの原因となります。
テレビ・ラジオ・パソコンなどの電子機器や無線機器(無線LANなど)・アンテナ線の近くで使わない 雑音や通信速度の低下などが発生するおそれがあります。	加熱中や、加熱後しばらくは内部・ドアなどの高温部に触れない やけどの原因となります。調理品を取り出すときはミトンなどをご使用ください。食品のラップを外すときは熱い蒸気などにご注意ください。
調理物を庫内やドアに接触させない 発火・発煙したり、ガラスが破損する原因となります。	

安全上のご注意

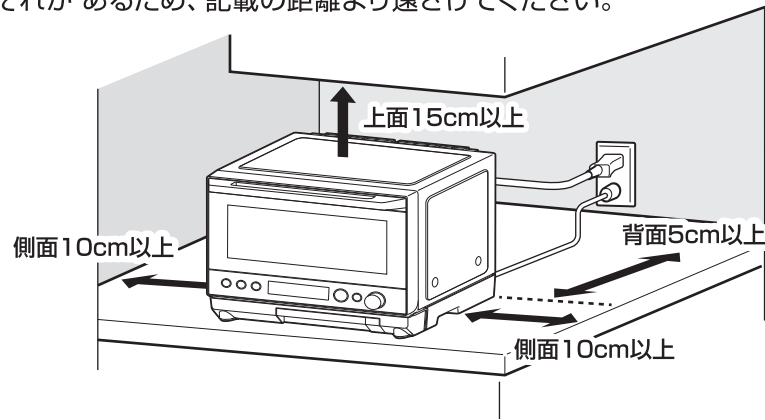
お願い

乳児のミルクなどのあたためは仕上がり温度を確認する 中身をかき混ぜて温度を均一にしてから、仕上がり温度を確認してください。やけどのおそれがあります。	スチーム排気口を家具やコンセントから離して使用する 熱に弱い家具やコンセントのある壁面にスチーム排気口が向き合うときは、熱で変形するおそれがあるため、遠ざけてください。
レンジ加熱を行う前に容器の材質などを確認する 金属容器・アルミホイル・非耐熱のガラスなどを使用すると火花が出て発火・発煙したり、ガラスが破損することがあります。	加熱終了後、ファンが回っているときは、電源プラグを抜かない 加熱を終了しても、本体が高温になっているときは、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。
調理中は換気をする 換気のために、窓を開けたり換気扇を回したりしてください。	庫内が汚れたまま加熱しない 発火・発煙のおそれがあります。
加熱中は庫内を時々確認する	

設置について

置き場所のご注意

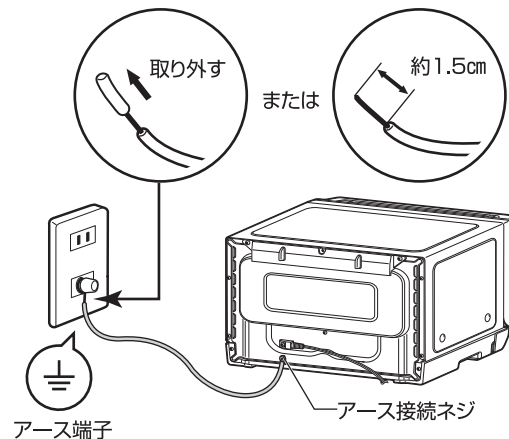
- ！** ご使用になる場所の安全を確認する
- 本体上面は15cm以上、背面は5cm以上、左右側面は10cm以上、どちらか一方を開放してください。また、前面は何もない状態にしてください。【消防法 基準適合】
 - 水平で丈夫な床の上に置いてください。
 - 燃えやすいものの近くに置かないでください。
 - カーテンの開閉や揺らぎにご注意ください。
 - 本体の上に腰掛けたり、ものをのせないでください。
 - 上方からの落下物のおそれのないところで使用ください。
 - 肩より高い位置に設置しないでください。食材を取り出すときに不安定になり、けが・やけどの原因となります。
 - 調理をするときは、必ず換気をしてください。
 - 熱に弱い家具やコンセントのある壁面にスチーム排気口が向き合うときは、熱で変形するおそれがあるため、記載の距離より遠ざけてください。



アース線を取り付ける

- ⚡** アースを確実に取り付ける
アースが確実に取り付けられていないと故障や漏電のときに、感電の原因となります。

- コンセントにアース端子がある場合
 - ① アース線先端の被覆を外します。または線の先端の被覆を約1.5cmむきます。
 - ② アース付きコンセントのアース端子にしっかり接続します。
- コンセントにアース端子がない場合
お買上げの販売店にアース工事（有料）をご相談ください。



⚠ 警告

- ガス管・水道管・避雷針・電線のアース線には絶対に接続しないでください。

使える容器・使えない容器

本製品で使用できる容器と使用できない容器があります。ご使用前に下の表をご確認の上、正しくお使いください。「加熱方法」について詳しくは「加熱のしくみ」→10ページをご参照ください。

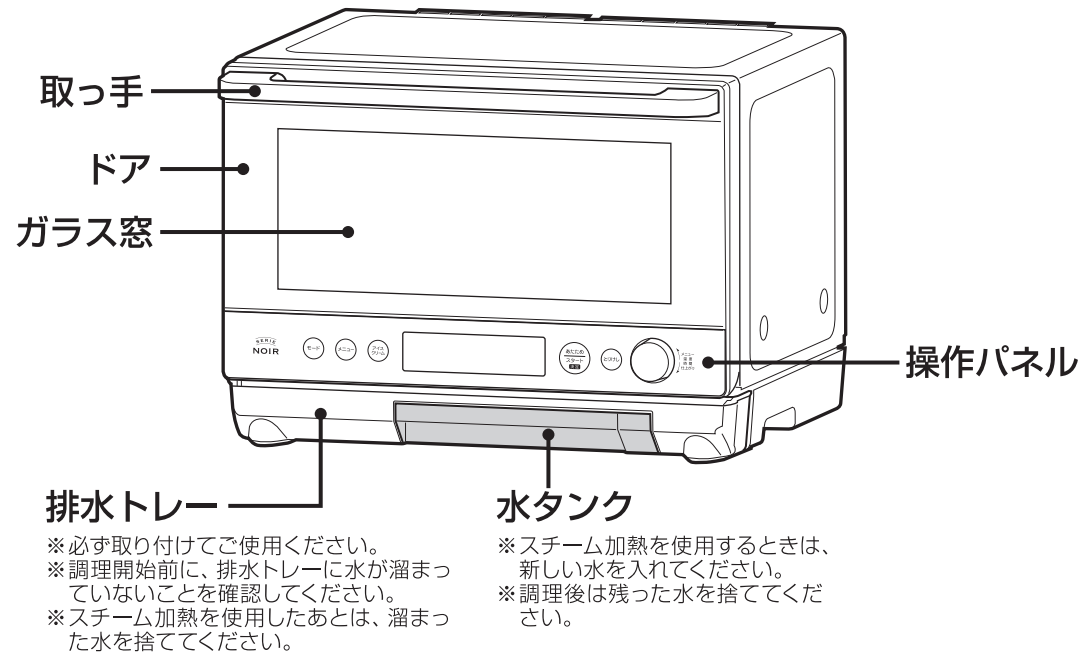
加熱方法	○ 使える容器	
レンジ加熱 と ヒーター加熱	○ 耐熱ガラス 使える	● 耐熱ガラス容器は、電子レンジに最適です。 ※ただし、急冷・急熱で割れることもあります。
レンジ加熱	○ 耐熱プラスチック 耐熱性のある陶器・磁器 耐熱性のあるラップ 使える	● 耐熱プラスチックは耐熱温度が140℃以上または「電子レンジ使用可能」の表示があるもの。 ※油脂の多い食品などは高温になるため使えません。 ※ふたは熱に弱いものがありますのでご注意ください。 ● ふだんお使いの耐熱性のある陶磁器はあらゆる料理のあたためや調理にお使いいただけます。 ※金粉・銀粉のほどこされているものは器を傷めたり、火花が飛ぶことがありますので使えません。 ● 耐熱性のあるラップは、耐熱温度が140℃以上のもの。 ※油脂の多い食品などは高温になるため使えません。
ヒーター加熱 (オープン またはグリル)	○ 金属製容器 使える	● アルミホイル
スチーム加熱	○ 耐熱ガラス 耐熱プラスチック 耐熱性のある陶器・磁器 使える	● 耐熱性のあるラップ 金属製容器 アルミホイル ● クッキングペーパー

加熱方法	✕ 使えない容器	
レンジ加熱 と ヒーター加熱	✕ 一般ガラス・強化ガラス (耐熱でない) プラスチック (耐熱でない) 漆器・竹・紙・木製品 使えない	● 一般ガラスは、耐熱性がないので割れます。強化ガラスも使えません。 ● プラスチックは、溶けたり、燃えたりするので使えません。ポリスチレン・フェノール・メラミン・ユリアなども使えません。 ● 漆器・竹・紙・木製品は、耐熱性がないので、塗りがはがれたり、ひび割れを起こすことがあります。特に、針金などを使用しているものは発火(スパーク)することがあります。ただし、オープンシートは使えます。
レンジ加熱	✕ 付属の角皿・網・金属製容器・ 金属の絵付けをされた陶器・磁器・ アルミホイル 使えない	● 金属製容器・金属の絵付けをされた陶磁器は、電波を反射し、調理ができません。
ヒーター加熱 (オープン またはグリル)	✕ 耐熱プラスチック 陶器・磁器 耐熱性のあるラップ 使えない	● 耐熱プラスチックは、原則使えません。ただし、「オープン・トースト・グリル使用可」の表示のあるものは使えます。 ● 陶磁器は、原則使えません。ただし、耐熱性のある陶磁器やグラタン皿などは使えます。 ● ラップは溶けたり、燃えたりするので使えません。
スチーム加熱	✕ 耐熱性がないガラス 耐熱性がないプラスチック 使えない	● 耐熱性がない陶器・磁器 漆器・竹・紙・木製品

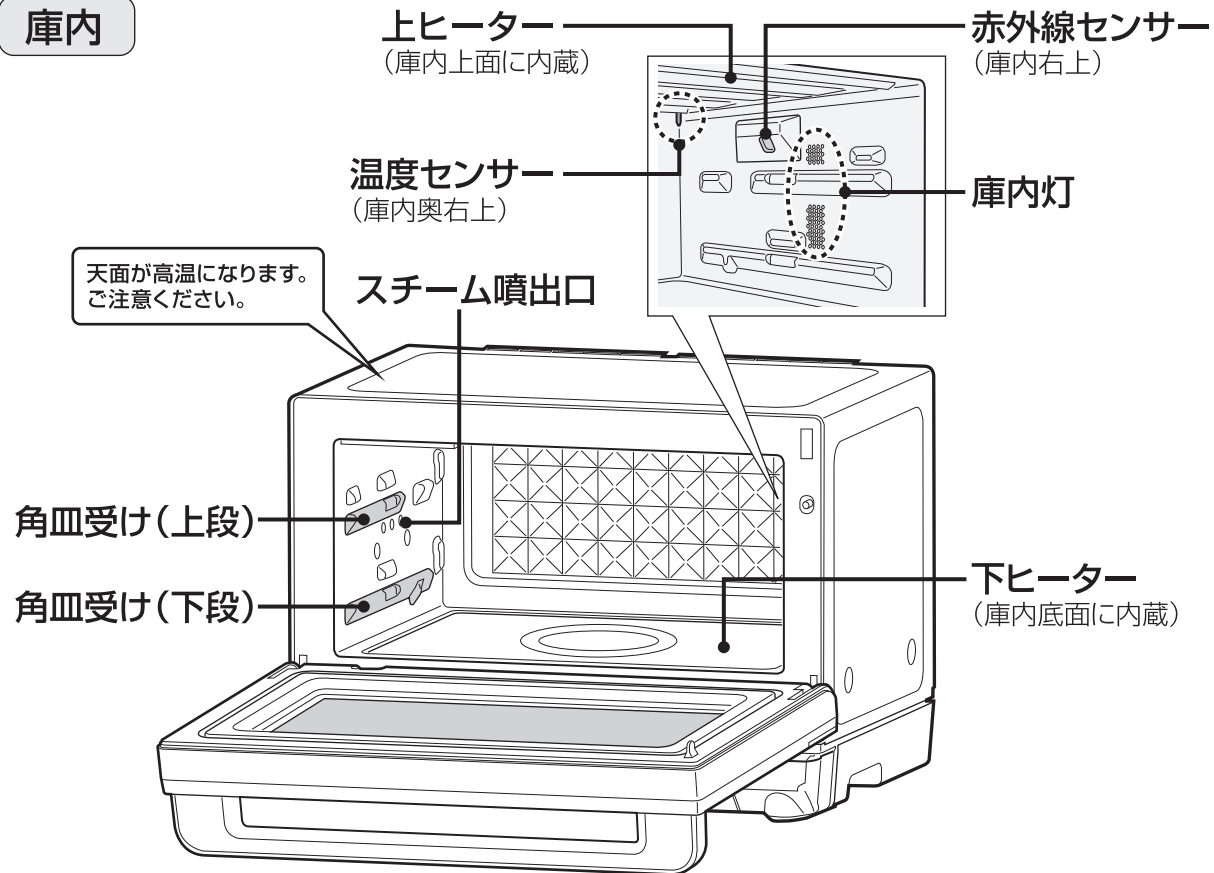
*レトルト容器などの食品によっては電子レンジで調理できる場合があります。食品の容器の表示に従って調理してください。

各部のなまえ

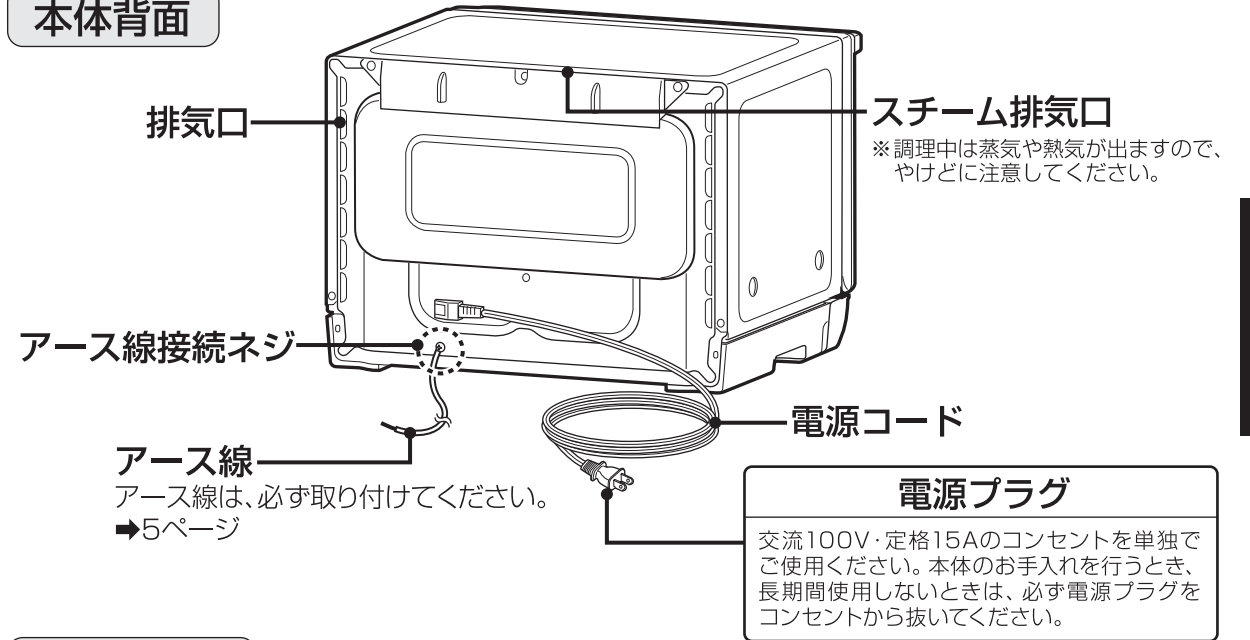
本体正面



庫内

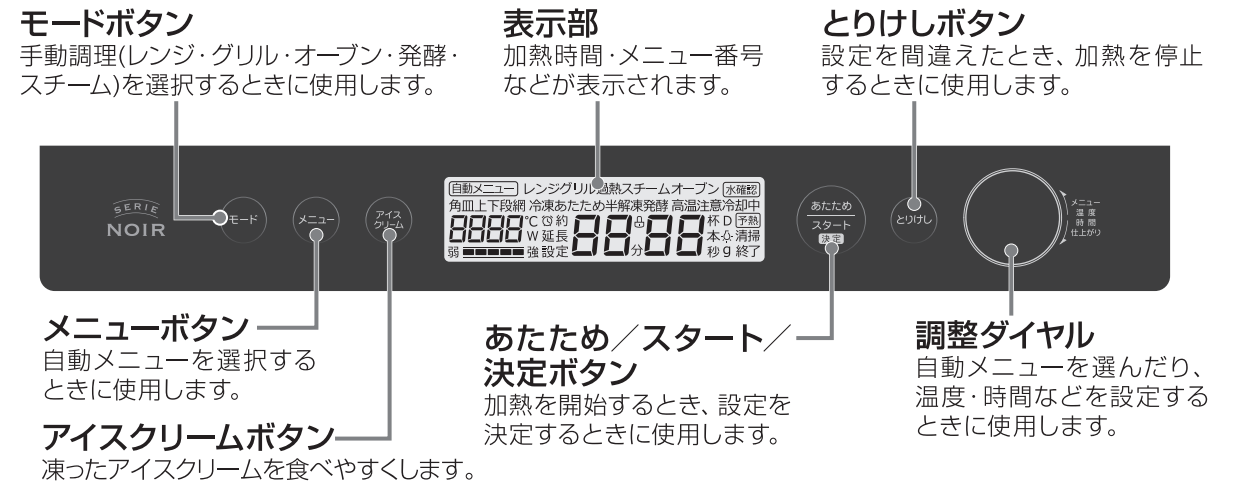


本体背面



操作パネル

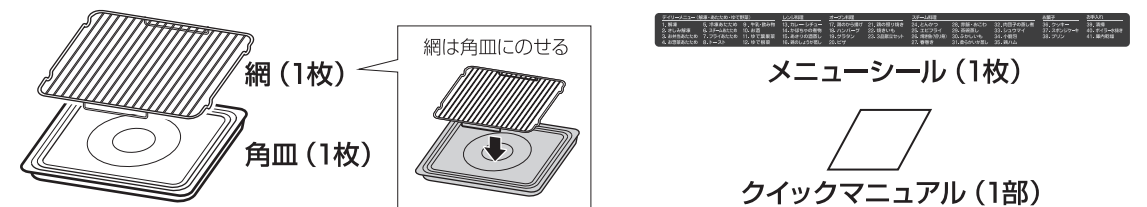
※説明のためすべての文字を表示しています。



付属品

お願い

ご使用時には角皿・網・庫内の汚れや水分は、よく拭きとってください。発煙・発火のおそれがあります。



ご注意

- オープンやグリルを使用するときは付属の角皿(または角皿と網)をセットしてください。調理するものによって上段または下段にセットします。
※自動メニューの場合は表示部に上段または下段を表示します。
- 付属の網を使用するときは、必ず付属の角皿にのせて下段にセットしてください。
- レンジを使用するときは、角皿・網を使用しないでください。

知っておいていただきたいこと

電源を入れるには

- 電源プラグをコンセントにさし込み、ドアを開閉して表示部が点灯し“0”を表示させます。
- 表示部に“0”と表示されている間のみ各種操作をすることができます。
- 無操作状態および調理終了後約1分経過すると、表示部が暗くなります。
- 無操作状態で約5分経過すると自動で待機状態(表示部の“0”が消灯)になります。(省エネ設計)
- 再度電源を入れるにはドアを一度開閉してください。電源が入り表示部が点灯し“0”と表示されます。



加熱モードについて

- 本製品は、電波(高周波)であたためる「レンジ加熱」とヒーターであたためる「オープン加熱」/「グリル加熱」、蒸気で加熱する「スチーム」の4種類の方法で食品を加熱します。詳しくは「加熱のしくみ」➡10ページをご参照ください。
 - あたためる方法には温度や時間の設定を自動で行う「自動メニュー」と手動で設定を行う「手動調理」があります。調理の内容に合わせて最適の方法を選んでください。詳しい操作方法はそれぞれの「使いかた」➡13~36ページをご参照ください。
 - 加熱中にドアを開くと運転が一時停止します。再開するときはドアを閉めスタートボタンを押してください。加熱を停止するときは、とりけしボタンを押してください。
- ※加熱を再開またはとりけしするまで一時停止を継続します。

調理が終了したとき

- 加熱が終了すると「ピッ、ピッ、ピッ、ピッ、ピッ」と終了音が鳴り、表示部には“0”を表示し“終了”が点滅します。
- やけどに注意して食品を取り出してください。加熱終了後、食品を取り出さないとお知らせ音が1分ごとに5回鳴り、5分後に待機状態(表示部の“0”が消灯)になります。
- 加熱終了後(お知らせ音が鳴り、表示部には“0”を表示し“終了”が点滅します)、本体が高温のとき電子部品を保護するため一定時間冷却ファンが動作する場合があります。

消音モードで使用するには

消音モードに設定すると、操作音が鳴らなくなります。

※消音モードの「設定」「解除」は表示部に“0”を表示している場合のみ切り替えできます。

消音モードに設定する場合

とりけし を3秒間押す

- 表示部に“OFF”と表示され、消音モードに設定されます。

消音モードを解除する場合

とりけし を3秒間押す

- お知らせ音が鳴り、表示部に“On”と表示され、消音モードが解除されます。

チャイルドロックをかけるには

小さな子供の誤った操作による事故やけがを防ぐため、チャイルドロック機能が備えられています。

※チャイルドロックは表示部に“0”を表示している場合のみ設定できます。

チャイルドロックをかける場合

とりけし を押しながら、**あたためスタート** を押す

- 表示部に、“[0]”と表示され、チャイルドロック状態になります。

チャイルドロックを解除する場合

とりけし を押しながら、**あたためスタート** を押す

- 表示部に、“0”と表示され、チャイルドロックが解除されます。

加熱のしくみ

レンジ加熱のしくみ

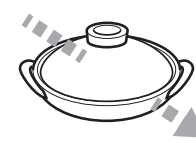
- 電波(高周波)で食品を内と外から同時に加熱します。
- 電波(高周波)が食品に当たると食品の水分に吸収され、水の分子に摩擦運動が起きます。この摩擦運動による熱で、食品は内と外から加熱されます。

電波の特性

水分のある食品は、吸収されます。

耐熱性のあるガラス容器、陶器などは、透過します。

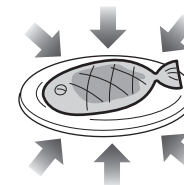
金属製の器などは、反射します。



ヒーター加熱のしくみ

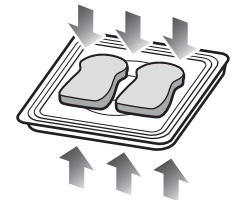
オープン加熱

庫内全体を上下のヒーターと温度センサーで一定に保ち、加熱し焼き上げます。



グリル加熱

上下のヒーターで食品の表面を加熱し、焼き色をつけたり、様子を見ながら追加焼きをします。



スチーム加熱のしくみ

- 蒸気で加熱します。
- 蒸し料理をするときや、レンジ加熱と併用することでふっくらとした仕上がりになります。
- 水タンクに残った水、排水トレイに溜まった水を捨ててください。
- 加熱中や加熱後に庫内 左側面の蒸気吹き出し口から、水(無色、または白色)が出てくる場合があります。水が白くなるのは、ミネラル分の作用によるものです。拭きとってご使用ください。



警告

加熱するときは、設定時間を控えめにし、様子を見ながら加熱する

食品の分量に対して加熱時間が長いと、発火・発煙・やけどの原因となります。特に、少量の加熱時や油脂の多い食品・液体、さつまいもなどの根菜類の加熱にはご注意ください。

<加熱しすぎた場合の事例>

- ごはん類・ドライフルーツ・ミックスペジタブルなど ➡白煙があがり、炭化します。
- 食品トレイのお弁当・お惣菜 ➡食品トレイが変形したり溶けたりします。
- 耐熱プラスチック ➡ふたをした状態で加熱を行うと、ふたが変形します。

油脂の多い食品・液体*1、粒入りスープ*2を加熱するときは突沸に注意する

加熱後、取り出したあとに、突然沸騰(突沸)して飛び散る場合があります。やけどの原因となります。

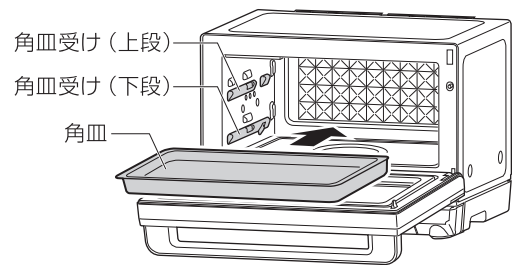
- *1… バター・生クリーム・オリーブ油など
- *2… コーンの粒やあさりなどが入ったスープ・小豆の粒が入ったおしるこなど

※食品に加熱方法・加熱時間などの表示がある場合は、そちらを参考にしてください。

準備する

空焼きをする ※はじめてご使用になる前に、油やおいを取り除くため空焼きを行ってください。

1 角皿を角皿受け(上段または下段)にセットする

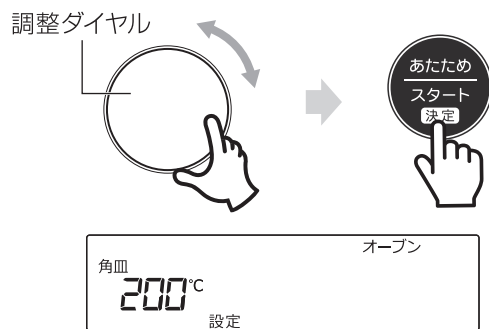


2 ドアを閉め、モードボタンを押してオープンを選択する

- 「設定・角皿・オープン」が表示されます。
- ※操作を取り消すときや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 調整ダイヤルで温度を200℃に設定してあたためスタートを押す



お願い

- 換気のために、窓を開けたり換気扇を回したりしてください。
- 油の焦げるにおいや煙が出たりすることがありますが、異常ではありません。
- 空焼きは連続して行わないでください。
- 空焼き後に庫内底面に汚れやしみがらみなどが出ることがあります。庫内が冷めてからお手入れを行ってください。
- 空焼きをせずに調理を行ってしまった場合でも食品には影響はありません。

4 調整ダイヤルで時間を20分に設定する



5 あたためスタートを押す

- 庫内灯が点灯し、残り時間が表示され空焼きが始まります。
- 終了すると「ピッ、ピッ、ピッ、ピッ、ピッ」と終了音が鳴り、表示部には「0」を表示し「終了」が点滅します。
- ※1回の空焼きでにおいが取れない場合でも、ご使用にとまなない、においは少なくなります。

注意

- 加熱中や、加熱後しばらくは内部・ドアなどの高温部に触れないでください。やけどの原因となります。

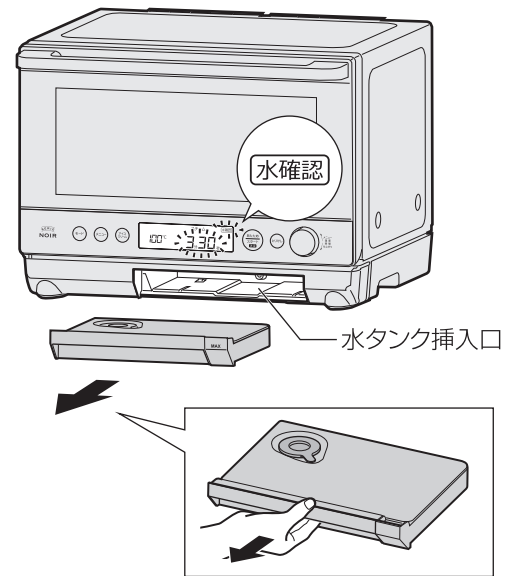
水タンクに給水する

- スチーム加熱を使用するときは、水を水タンク一杯まで入れてください。
- スチーム加熱で調理中(清掃中を含む)に水タンクの水がなくなると、調理が一時停止され「水確認」が点滅します。調理を再開するときは、水タンクに給水後、スタートボタンを押してください。

お願い

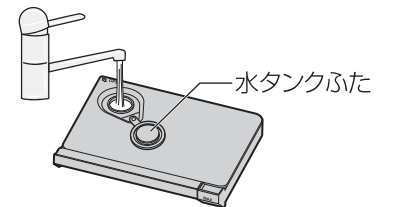
- 水道水以外の水(下記参照)は使用しないでください。腐食・においなどの原因となります。
 - ・アルカリイオン水
 - ・井戸水
 - ・ミネラルウォーターなど
- 調理後は残った水を捨て、調理前に毎回新しい水を入れてください。

1 水タンクを手前に引き出す

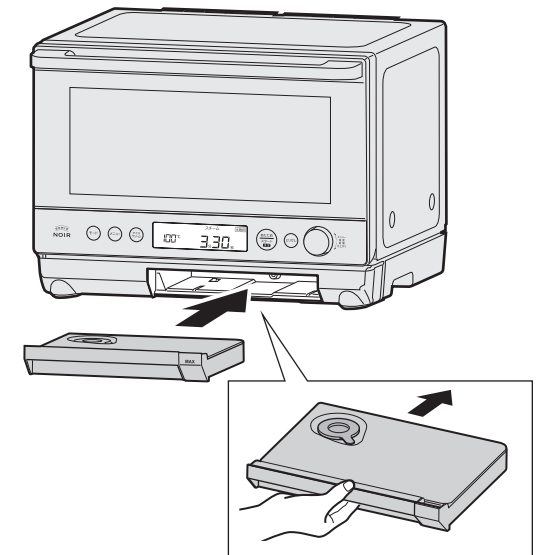


2 水タンクふたを開け、水道水を入れる

- ※水タンクに付着した水滴は拭きとってください。
- ※水タンクを傾けたり、ひっくり返すと水がこぼれるおそれがありますのでご注意ください。



3 水タンクを確実にセットする

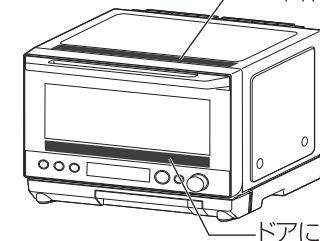
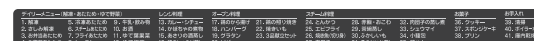


メニューシールをお好みに貼り付ける

- 自動メニューの番号とメニュー名が印字されています。ドアや本体など見やすいところに貼り付けてご使用ください。

(貼り付け例) 本体天面に貼る場合

メニューシール



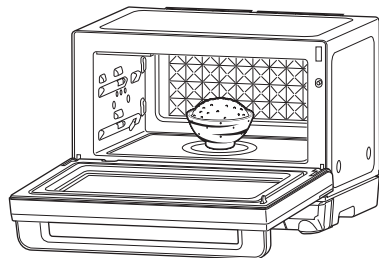
ドアに貼る場合

使いかた | クイックスタート **あたため**

- レンジ加熱を使用します。付属の角皿・網・金属の容器・アルミホイルなどは使用しないでください。
- 飲み物は突然沸騰(突沸)してやけどの原因となりますので、自動メニュー9 牛乳・飲み物/10 お酒で加熱してください。➡22ページをご参照ください。

1 食品を庫内に入れ、ドアを閉める

- ドアを開けると「電源入り」の状態となり、表示部が点灯し「0」を表示します。
- ※無操作状態が5分間続くと操作が取り消されます。
- 食品を耐熱性の容器に入れ、できるだけ庫内中央に、均等に配置してください。



※ごはんはラップをせずに加熱します。かためのご飯を加熱するときは、水をふりかけてから加熱します。

警告

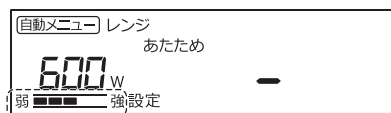
- 油脂の多い食品・液体、粒入りスープを加熱するときは突沸に注意してください。加熱後、取り出したあとに、突然沸騰(突沸)して飛び散る場合があります、やけどの原因となります。加熱しすぎたときは、そのまま1~2分ほど庫内で冷ましてから取り出してください。

注意

- お弁当は、「クイックスタート(あたため)」メニューであたためないでください。容器が変形したり、溶けたりするおそれがあります。お弁当は、自動メニュー「3.お弁当あたため(18ページ)」メニューであたためてください。

2 **あたため**を押す

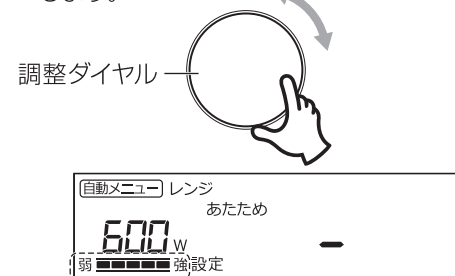
- 庫内灯が点灯し、「600W」で加熱が始まります。
- 仕上がり調整表示が点滅します。
- ※加熱を停止するときは、とりけしボタンを押してください。



仕上がり調整表示

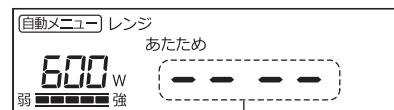
3 仕上がり調整表示が点滅中に、仕上りの強弱を調整する

- 仕上がり調整表示は加熱開始から10秒間点滅します。



仕上がり調整表示

- 加熱開始から10秒経過すると仕上がり調整表示が点灯に切り替わり、「-(バー)」が連続表示されます。



連続表示

- 赤外線センサーが温まりを検知すると残り時間を表示します。

4 できあがり(加熱終了)

- 加熱が終了すると終了音が鳴り、表示部には「0」を表示し「終了」が点滅します。
- ※加熱終了後、食品を取り出さないとお知らせ音が1分ごとに5回鳴り、5分後に待機状態(表示部の「0」が消灯)になります。
- ※加熱終了後、本体が高温のときは、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。
- ※加熱が足りないときは、手動調理レンジ600Wで様子を見ながら加熱してください。(➡25~27ページ)



注意

- 加熱後は庫内や容器が熱くなりますので、ミトンなどを使用して取り出してください。

お知らせ

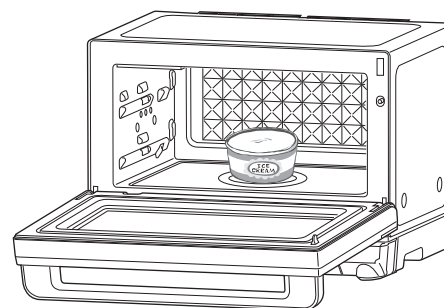
- 仕上がり具合は、料理の種類や分量によって異なります。
- 加熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉めスタートボタンを押すと残りの加熱を再開します。加熱が不要なときはとりけしボタンを押して、設定を解除(表示部は「0」を表示)してください。

クイックスタート **アイスクリーム**

- レンジ加熱を使用します。付属の角皿・網・金属の容器・アルミホイルなどは使用しないでください。
- 凍ったアイスクリームを食べやすくします。
- 目安：市販のカップアイスクリーム150~500g

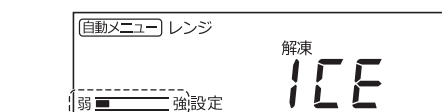
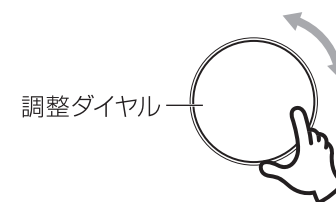
1 アイスクリームを庫内に入れ、ドアを閉める

- ドアを開けると「電源入り」の状態となり、表示部が点灯し「0」を表示します。
- ※無操作状態が5分間続くと操作が取り消されます。
- アイスクリームは庫内中央に配置し、ふたは取り外してください。
- ※アイスクリームの容器や種類によりでき具合が異なります。様子を見ながら加熱してください。



3 仕上がり調整表示が点滅中に、仕上りの強弱を調整する

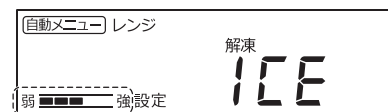
- 仕上がり調整表示は加熱開始から10秒間点滅します。



仕上がり調整表示

2 アイスクリームボタンを押す

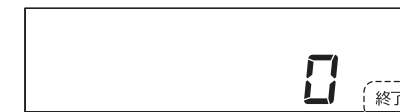
- 庫内灯が点灯し、加熱が始まります。
- 「ICE」が表示され、仕上がり調整表示が点滅します。
- ※加熱を停止するときは、とりけしボタンを押してください。



仕上がり調整表示

4 できあがり(加熱終了)

- 加熱が終了すると終了音が鳴り、表示部には「0」を表示し「終了」が点滅します。
- ※加熱終了後、食品を取り出さないとお知らせ音が1分ごとに5回鳴り、5分後に待機状態(表示部の「0」が消灯)になります。
- ※加熱終了後、本体が高温のときは、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。



お知らせ

- 加熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉めスタートボタンを押すと残りの加熱を再開します。加熱が不要なときはとりけしボタンを押して、設定を解除(表示部は「0」を表示)してください。

使いかた | 自動メニュー 基本の使いかた

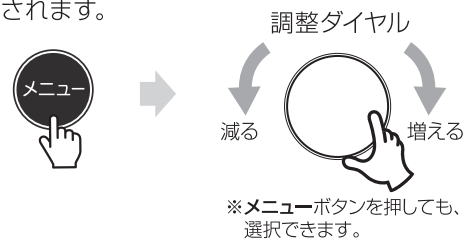
自動メニュー(17~24, 39~54ページ)で調理するときは、下記の基本操作に従って調理してください。

1 食品を庫内に入れ、ドアを閉める

- ドアを開けると「電源入り」の状態となり、表示部が点灯し「0」を表示します。
- ※ 無操作状態が5分間続くと操作が取り消されます。
- 食品を耐熱性の容器に入れ、できるだけ庫内中央に、均等に配置してください。
- ※ オープン(予熱)で調理を行うときは、食品を入れないでください。

2 メニューボタンを押し、調整ダイヤルを回して自動メニューを選択する

- 自動メニューは、「1」～「41」まであります。16ページの「自動メニュー一覧」をご参照ください。
- 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。
- ※ 操作をしない状態が1分間続くと、操作が取り消されます。



自動メニューの表示について

(表示例)
6. スチームあたためメニューで 400g のお惣菜を調理する場合



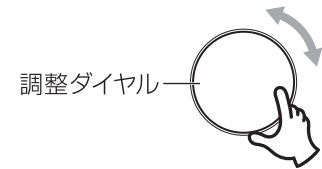
3 Start を押す

- 庫内灯が点灯し、加熱が始まります。
- 仕上がり調整表示が点滅中に、仕上りの強弱を調整する
- ※ 加熱を停止するときは、とりけしボタンを押してください。

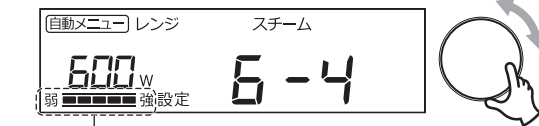


4 仕上がり調整表示が点滅中に、仕上りの強弱を調整する

- 仕上がり調整表示は加熱開始から10秒間点滅します。



(表示例)
6. スチームあたためメニューで 400g のお惣菜を調理する場合

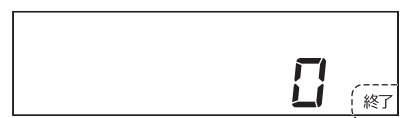


仕上がり調整表示

- 加熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉め、スタートボタンを押すと加熱を再開します。

5 できあがり(加熱終了)

- 加熱が終了すると終了音が鳴り、表示部には「0」を表示し「終了」が点滅します。
- ※ 加熱終了後、食品を取り出さないとお知らせ音が1分ごとに5回鳴り、5分後に待機状態(表示部の「0」が消灯)になります。
- ※ 加熱終了後、本体が高温のときは、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。



注意

- 加熱後は庫内や容器が熱くなりますので、ミトンなどを使用して取り出してください。

自動メニュー一覧

メニュー表示	メニュー名	角皿	網	加熱方法			参照ページ
				レンジ	グリル・オープン	スチーム	
1	解凍	×	—	○	—	—	17
2	さしみ解凍	×	—	○	—	—	17
3	お弁当あたため	×	—	○	—	—	18
4	お惣菜あたため	×	—	○	—	—	18
5	冷凍あたため	×	—	○	—	—	18
6	スチームあたため	×	—	○	—	○	19
7	フライあたため	○上段	—	—	○	○	20
8	トースト	○上段	—	—	○	—	21
9	牛乳・飲み物	×	—	○	—	—	22
10	お酒	×	—	○	—	—	22
11	ゆで葉果菜	×	—	○	—	—	23
12	ゆで根菜	×	—	○	—	—	23
13	カレー・シチュー	×	—	○	—	—	39
14	かぼちゃの煮物	×	—	○	—	—	39
15	あさりの酒蒸し	×	—	○	—	—	40
16	鶏のしょうが蒸し	×	—	○	—	—	40
17	鶏のから揚げ	○下段	—	—	○	—	41
18	ハンバーグ	○下段	—	—	○	—	41
19	グラタン	○下段	—	—	○	—	42
20	ピザ	○下段	—	—	○	—	42
21	鶏の照り焼き	○下段	—	—	○	—	43
22	焼きいも	○上段	—	—	○	—	43
23	3品献立セット	○上段	—	—	○	—	44~46
24	とんかつ	○下段	—	—	○	○	47
25	エビフライ	○下段	—	—	○	○	47
26	焼き魚(切り身)	○上段	—	—	○	○	48
27	春巻き	○下段	—	—	○	○	48
28	赤飯・おこわ	×	—	○	—	○	49
29	茶碗蒸し	○下段	—	—	—	○	49
30	ふかしいも	○下段	○	—	—	○	50
31	柔らかいか蒸し	○下段	○	—	—	○	50
32	肉団子の蒸し煮	○下段	○	—	—	○	51
33	シュウマイ	○下段	○	—	—	○	51
34	小籠包	○下段	○	—	—	○	52
35	鶏ハム	○下段	○	—	—	○	52
36	クッキー	○下段	—	—	○	—	53
37	スポンジケーキ	○下段	—	—	○	—	54
38	プリン	○下段	—	—	—	○	54
39	清掃	×	—	—	○	○	37
40	ボイラー水抜き	×	—	—	○	○	37
41	庫内乾燥	×	—	—	○	—	37

使いかた

自動メニュー

1 解凍 / 2 さしみ解凍

●レンジ加熱を使用します。付属の角皿・網・金属の容器・アルミホイルなどは使用しないでください。

上手に解凍するために…

ラップやふた、飾りは外して解凍する

●ラップなどに包んで冷凍した食品は、平らな皿にキッチンペーパーなどを敷いた上に食品を置いて解凍してください。

解凍前に常温で放置しない

●冷凍庫から出してすぐに解凍することをお勧めいたします。食品から水(汁)が出るなどして風味や鮮度を損なう原因となります。

加熱調理を行ったあとは、庫内が十分に冷めてから解凍する

●加熱調理を行ったあとに解凍をするときは、ドアを開け十分に庫内が冷めてから解凍してください。

食材の厚みや大きさをそろえる

●食材の大きさ、厚さをそろえて冷凍しておくことムラなく解凍できます。

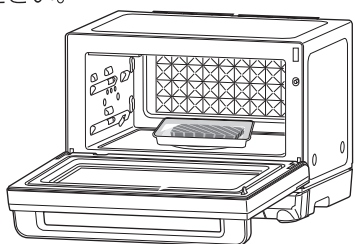
1 食品を庫内に入れ、ドアを閉める

●ドアを開けると「電源入り」の状態となり、表示部が点灯し「0」を表示します。

※無操作状態が5分間続くと操作が取り消されます。

●食品のラップは外し、発泡スチロールのトレーにのせたまま庫内に入れてください。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。

●食品はできるだけ庫内中央に、均等に配置してください。




お願い

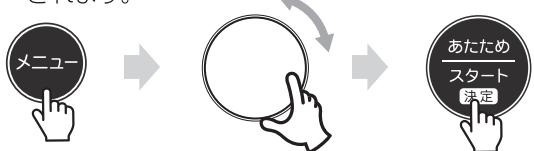
●発泡スチロールのトレーは熱で溶ける場合がありますので、加熱のしすぎにご注意ください。

2 自動メニュー「1.解凍 / 2.さしみ解凍」を選び、を押す

●表示部に選択した自動メニューが表示され、加熱が開始されます。

●操作を取り消すときは、を押してください。

※操作をしない状態が1分間続くと、操作が取り消されます。



1.解凍 (1-1 / 1-2 / 1-3 / 1-4 / 1-5)



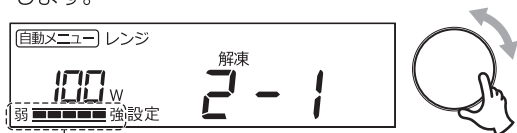
2.さしみ解凍 (2-1 / 2-2 / 2-3 / 2-4 / 2-5)



表示	分量
1-1 / 2-1	100g
1-2 / 2-2	200g
1-3 / 2-3	300g
1-4 / 2-4	400g
1-5 / 2-5	500g

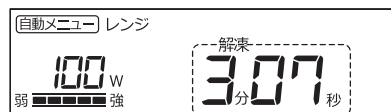
3 仕上がり調整表示が点滅中に、仕上りの強弱を調整する

●仕上がり調整表示は加熱開始から10秒間点滅します。



仕上がり調整表示

●加熱開始から10秒経過すると、加熱終了までの時間がカウントダウン表示されます。



カウントダウン表示

4 できあがり (加熱終了)

●加熱が終了すると終了音が鳴り、表示部には「0」を表示し「終了」が点滅します。

※加熱終了後、食品を取り出さないとお知らせ音が1分ごとに5回鳴り、5分後に待機状態(表示部の「0」が消灯)になります。

※加熱終了後、本体が高温のときは、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。

※加熱が足りないときは、手動調理レンジ200Wで様子を見ながら加熱してください。(→25～27ページ)

お知らせ

●加熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉めスタートボタンを押すと残りの加熱を再開します。加熱が不要なときはとりけしボタンを押して、設定を解除(表示部は「0」を表示)してください。

自動メニュー

3 お弁当あたため / 4 お惣菜あたため / 5 冷凍あたため

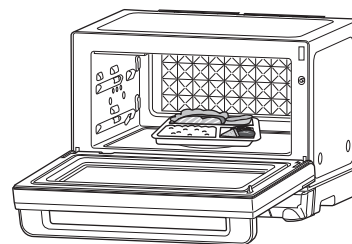
●レンジ加熱を使用します。付属の角皿・網・金属の容器・アルミホイルなどは使用しないでください。

1 食品を庫内に入れ、ドアを閉める

●ドアを開けると「電源入り」の状態となり、表示部が点灯し「0」を表示します。

※無操作状態が5分間続くと操作が取り消されます。

●食品を耐熱性の容器に入れ、できるだけ庫内中央に、均等に配置してください。




お願い

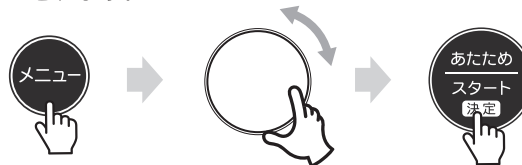
●お弁当を加熱するときは、調味料の容器・丸ごとのゆで卵・アルミカップなどを取り出してから加熱してください。火花が出たり、破裂によるけが・やけどをするおそれがあります。

2 自動メニュー「3.お弁当あたため / 4.お惣菜あたため / 5.冷凍あたため」を選び、を押す

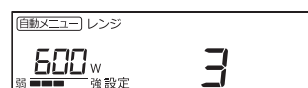
●表示部に選択した自動メニューが表示され、加熱が開始されます。

●操作を取り消すときは、を押してください。

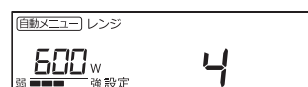
※操作をしない状態が1分間続くと、操作が取り消されます。



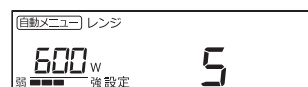
3.お弁当あたため



4.お惣菜あたため



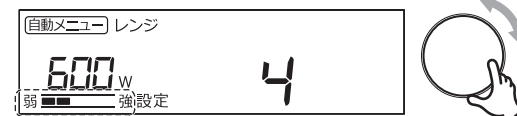
5.冷凍あたため



表示	メニュー	分量
3	お弁当あたため	100～500g
4	お惣菜あたため	300～500g
5	冷凍あたため	100～300g

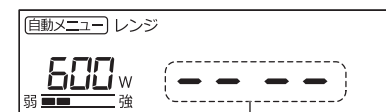
3 仕上がり調整表示が点滅中に、仕上りの強弱を調整する

●仕上がり調整表示は加熱開始から10秒間点滅します。



仕上がり調整表示

●加熱開始から10秒経過すると仕上がり調整表示が点灯に切り替わり、「- (バー)」が連続表示されます。



連続表示

●赤外線センサーが温まりを検知すると残り時間を表示します。

4 できあがり (加熱終了)

●加熱が終了すると終了音が鳴り、表示部には「0」を表示し「終了」が点滅します。

※加熱終了後、食品を取り出さないとお知らせ音が1分ごとに5回鳴り、5分後に待機状態(表示部の「0」が消灯)になります。

※加熱終了後、本体が高温のときは、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。

※加熱が足りないときは、手動調理レンジ600Wで様子を見ながら加熱してください。

(→25～27ページ)

⚠ 注意

●加熱後は庫内や容器が熱くなりますので、ミトンなどを使用して取り出してください。

●加熱中や、加熱後しばらくは内部・ドアなどの高温部に触れないでください。やけどの原因となります。

お知らせ

●仕上がり具合は、料理の種類や分量によって異なります。

●加熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉めスタートボタンを押すと残りの加熱を再開します。加熱が不要なときはとりけしボタンを押して、設定を解除(表示部は「0」を表示)してください。

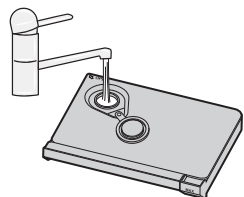
使いかた

自動メニュー 6 スチームあたため

- スチーム加熱とレンジ加熱を使用します。付属の角皿・網・金属の容器・アルミホイルなどは使用しないでください。

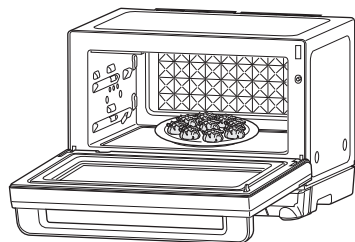
加熱をはじめる前に

- 水タンクに給水してください(12ページ参照)



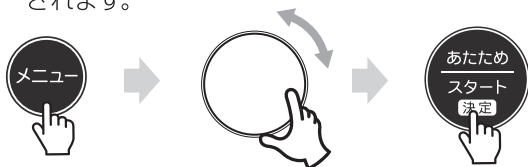
1 食品を庫内に入れ、ドアを閉める

- ドアを開けると「電源入り」の状態となり、表示部が点灯し「0」を表示します。
※無操作状態が5分間続くと操作が取り消されます。
- 食品のラップを外して耐熱性の容器に入れ、できるだけ庫内中央に、均等に配置してください。

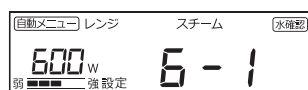


2 自動メニュー「6.スチームあたため」を選び、**スタート**を押す

- 表示部に選択した自動メニューが表示され、加熱が開始されます。
- 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。
- ※操作をしない状態が1分間続くと、操作が取り消されます。



6.スチームあたため



表示	分量
6-1	100g
6-2	200g
6-3	300g
6-4	400g

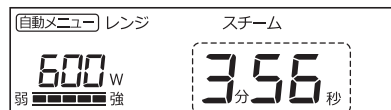
3 仕上がり調整表示が点滅中に、仕上りの強弱を調整する

- 仕上がり調整表示は加熱開始から10秒間点滅します。



仕上がり調整表示

- 加熱開始から10秒経過すると、加熱終了までの時間がカウントダウン表示されます。



カウントダウン表示

- ※加熱中に「水確認」と表示されたときは、水タンクに給水してください。(12ページ参照)

4 できあがり(加熱終了)

- 加熱が終了すると終了音が鳴り、表示部には「0」を表示し「終了」が点滅します。
※加熱終了後、食品を取り出さないとお知らせ音が1分ごとに5回鳴り、5分後に待機状態(表示部の「0」が消灯)になります。
- ※加熱終了後、本体が高温のときは、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。
- ※水タンクに残った水、排水トレイに溜まった水を捨ててください。
- ※加熱が足りないときは、手動調理スチームで様子を見ながら加熱してください。(→35～36ページ)

⚠注意

- 加熱後は庫内や容器が熱くなりますので、ミトンなどを使用して取り出してください。
- 加熱中や、加熱後しばらくは内部・ドアなどの高温部に触れないでください。やけどの原因となります。
- ドアを開けるときは、蒸気や熱気に注意してください。

お知らせ

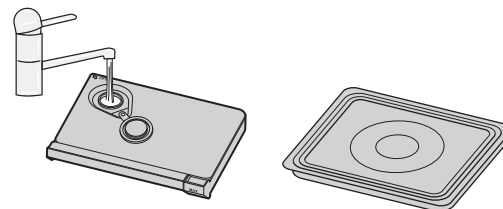
- 仕上がり具合は、料理の種類や分量によって異なります。
- 加熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉め**スタートボタン**を押すと残りの加熱を再開します。加熱が不要なときは**とりけしボタン**を押して、設定を解除(表示部は「0」を表示)してください。

自動メニュー 7 フライあたため

- スチーム加熱とオーブン加熱を使用します。

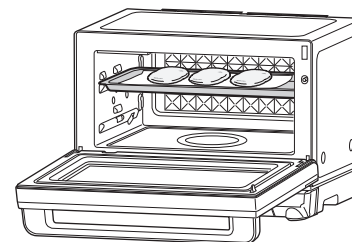
加熱をはじめる前に

- 水タンクに給水してください(12ページ参照)
- 付属の角皿を使用します。



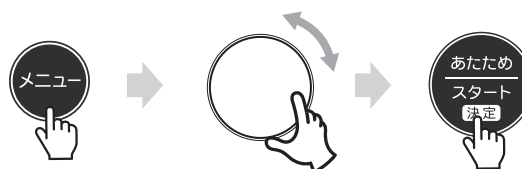
1 食品を庫内に入れ、ドアを閉める

- ドアを開けると「電源入り」の状態となり、表示部が点灯し「0」を表示します。
※無操作状態が5分間続くと操作が取り消されます。
- 角皿にクッキングシートなどを敷いて食品を並べ、上段にセットしてください。
- 食品はできるだけ庫内中央に、均等に配置してください。

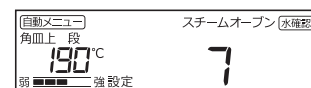


2 自動メニュー「7.フライあたため」を選び、**スタート**を押す

- 表示部に選択した自動メニューが表示され、加熱が開始されます。
- 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。
- ※操作をしない状態が1分間続くと、操作が取り消されます。



7.フライあたため



3 仕上がり調整表示が点滅中に、仕上りの強弱を調整する

- 仕上がり調整表示は加熱開始から10秒間点滅します。



仕上がり調整表示

- 加熱開始から10秒経過すると、加熱終了までの時間がカウントダウン表示されます。



カウントダウン表示

- ※加熱中に「水確認」と表示されたときは、水タンクに給水してください。(12ページ参照)

4 できあがり(加熱終了)

- 加熱が終了すると終了音が鳴り、表示部には「0」を表示し「終了」が点滅します。
※加熱終了後、食品を取り出さないとお知らせ音が1分ごとに5回鳴り、5分後に待機状態(表示部の「0」が消灯)になります。
- ※加熱終了後、本体が高温のときは、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。
- ※加熱が足りないときは、手動調理オープン(190°C)で様子を見ながら加熱してください。(→29～30ページ)

⚠注意

- 加熱後は庫内や容器が熱くなりますので、ミトンなどを使用して取り出してください。
- 加熱中や、加熱後しばらくは内部・ドアなどの高温部に触れないでください。やけどの原因となります。

お知らせ

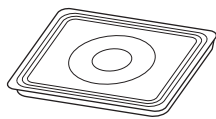
- 仕上がり具合は、料理の種類や分量によって異なります。
- 加熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉め**スタートボタン**を押すと残りの加熱を再開します。加熱が不要なときは**とりけしボタン**を押して、設定を解除(表示部は「0」を表示)してください。

使いかた | 自動メニュー 8 トースト

- ヒーター加熱を使用します。使用できる容器については「使える容器・使えない容器(6ページ)」をご参照ください。

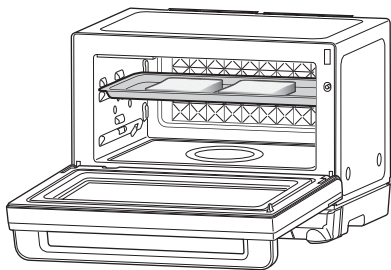
加熱をはじめる前に

- 付属の角皿を使用します。



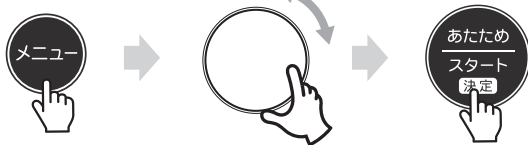
1 食品を庫内に入れ、ドアを閉める

- ドアを開けると「電源入り」の状態となり、表示部が点灯し「0」を表示します。
※無操作状態が5分間続くと操作が取り消されます。
- 角皿に食品を並べ、上段にセットしてください。
- 食品は、できるだけ庫内中央に、均等に配置してください。



2 自動メニュー「8.トースト」を選び、**あたためスタート**を押す

- 表示部に選択した自動メニューが表示され、トースト上面の加熱が開始されます。
- 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。
※操作をしない状態が1分間続くと、操作が取り消されます。



8.トースト



表示	分量
8-1	1枚
8-2	2枚

3 仕上がり調整表示が点滅中に、仕上りの強弱を調整する

- 仕上がり調整表示は加熱開始から10秒間点滅します。



仕上がり調整表示

- 加熱開始から10秒経過すると、加熱終了までの時間がカウントダウン表示されます。



カウントダウン表示

4 お知らせ音が鳴ったら、裏返して**あたためスタート**を押す

- ※お知らせ音のあと、5分以内に裏返して**スタートボタン**を押してください。



5 できあがり(加熱終了)

- 加熱が終了すると終了音が鳴り、表示部には「0」を表示し「終了」が点滅します。
※加熱終了後、食品を取り出さないとお知らせ音が1分ごとに5回鳴り、5分後に待機状態(表示部の「0」が消灯)になります。
- ※加熱終了後、本体が高温のときは、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。

⚠注意

- 加熱後は庫内や容器が熱くなりますので、ミトンなどを使用して取り出してください。
- 加熱中や、加熱後しばらくは内部・ドアなどの高温部に触れないでください。やけどの原因となります。

お知らせ

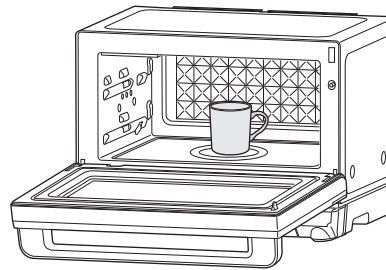
- 加熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉め**スタートボタン**を押すと残りの加熱を再開します。加熱が不要なときは**とりけしボタン**を押して、設定を解除(表示部は「0」を表示)してください。

自動メニュー 9 牛乳・飲み物 / 10 お酒

- レンジ加熱を使用します。付属の角皿・網・金属の容器・アルミホイルなどは使用しないでください。

1 食品を庫内に入れ、ドアを閉める

- ドアを開けると「電源入り」の状態となり、表示部が点灯し「0」を表示します。
※無操作状態が5分間続くと操作が取り消されます。
- 食品を耐熱性の容器に入れ、できるだけ庫内中央に、均等に配置してください。
- 3杯まで同時に加熱できます。

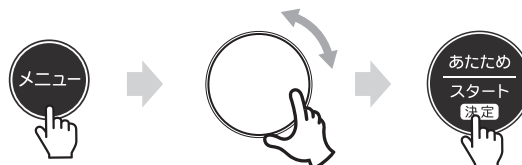


⚠警告

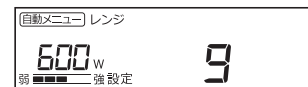
- 飲み物を加熱しすぎないでください。突沸の原因となります。加熱しすぎたときは、そのまま1~2分ほど庫内で冷ましてから取り出してください。
- 飲み物は、加熱前と加熱後にスプーンなどでかき混ぜてください。

2 自動メニュー「9.牛乳／飲み物／10.お酒」を選び、**あたためスタート**を押す

- 表示部に選択した自動メニューが表示され、加熱が開始されます。
- 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。
※操作をしない状態が1分間続くと、操作が取り消されます。



9.牛乳・飲み物



10.お酒



3 仕上がり調整表示が点滅中に、仕上りの強弱を調整する

- 仕上がり調整表示は加熱開始から10秒間点滅します。



仕上がり調整表示

- 加熱開始から10秒経過すると仕上がり調整表示が点灯に切り替わり、「- (バー)」が連続表示されます。



連続表示

4 できあがり(加熱終了)

- 加熱が終了すると終了音が鳴り、表示部には「0」を表示し「終了」が点滅します。
※加熱終了後、食品を取り出さないとお知らせ音が1分ごとに5回鳴り、5分後に待機状態(表示部の「0」が消灯)になります。
- ※加熱終了後、本体が高温のときは、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。
- ※加熱が足りないときは、手動調理レンジ600Wで様子を見ながら加熱してください。
(➡25~27ページ)

⚠注意

- 加熱後は庫内や容器が熱くなりますので、ミトンなどを使用して取り出してください。
- 加熱中や、加熱後しばらくは内部・ドアなどの高温部に触れないでください。やけどの原因となります。

お知らせ

- 仕上がり具合は、料理の種類や分量によって異なります。
- 加熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉め**スタートボタン**を押すと残りの加熱を再開します。加熱が不要なときは**とりけしボタン**を押して、設定を解除(表示部は「0」を表示)してください。

使いかた

自動メニュー

11 ゆで葉果菜 / 12 ゆで根菜

●レンジ加熱を使用します。付属の角皿・網・金属の容器・アルミホイルなどは使用しないでください。

葉果菜類

洗ったあとの水滴がついたままラップに包み、ラップの重なり合った部分を下にして皿にのせます。

葉菜類

- 葉と茎を交互に重ねます。(太い部分は包丁で切り込みを入れてください)
- アクのある野菜(ほうれん草・春菊・小松菜など)は、加熱後すぐに流水にさらしてアク抜きをし、その後冷水によって色止めをします。
- 量が多いとき(300g以上)は、半分に分けてラップに包んでください。

果菜類

- 大きさをそろえて切ります。
- アクのある野菜(なす・ブロッコリー・カリフラワーなど)は、加熱前に食塩水につけてアク抜きをします。
- 色の濃い野菜(なす・ブロッコリー・さやいんげん・グリーンアスパラガスなど)は、加熱後すぐに流水にさらしてアク抜きをし、その後冷水によって色止めをします。

根菜類

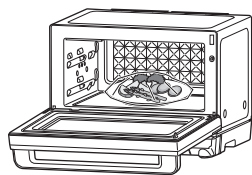
ラップに包み、ラップの重なり合った部分を下にして皿にのせます。

丸のままゆでるとき

- 洗って、皮付きのままラップに包みます。
- 2個以上のときは、できるだけ大きさをそろえて重ならないように並べます。
- 加熱の途中で一度上下を返します。
- じゃがいも・さつまいも・さといもなどは、加熱後庫内から取り出し、ラップをしたまま5分ほど蒸らします。

切ってゆでるとき

- 皮をむき、大きさをそろえて切ります。



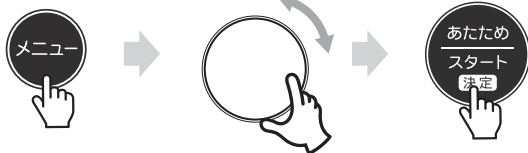
※小さく切ったものや少量で加熱すると、火花が出て焦げたり、乾燥することがあります。様子を見ながら加熱してください。
※繊維質の多い食材を加熱するときは、発煙・発火することがありますのでご注意ください。

1 食品を庫内に入れ、ドアを閉める

- ドアを開けると「電源入り」の状態となり、表示部が点灯し「G」を表示します。
- ※無操作状態が5分間続くと操作が取り消されます。
- 耐熱性の容器に入れ、できるだけ庫内中央に、均等に配置してください。

2 自動メニュー「11.ゆで葉果菜 / 12.ゆで根菜」を選び、**スタート**を押す

- 表示部に選択した自動メニューが表示され、加熱が開始されます。
- 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。
- ※操作をしない状態が1分間続くと、操作が取り消されます。



11.ゆで葉果菜

12.ゆで根菜



表示	メニュー	分量
11	ゆで葉果菜	100~300g
12	ゆで根菜	100~300g

3 仕上がり調整表示が点滅中に、仕上りの強弱を調整する

- 仕上がり調整表示は加熱開始から10秒間点滅します。



- 加熱開始から10秒経過すると仕上がり調整表示が点灯に切り替わり、「- (バー)」が連続表示されます。



4 できあがり (加熱終了)

- 加熱が終了すると終了音が鳴り、表示部には「G」を表示し「終了」が点滅します。
- ※加熱終了後、食品を取り出さないとお知らせ音が1分ごとに5回鳴り、5分後に待機状態(表示部の「G」が消灯)になります。
- ※加熱終了後、本体が高温のときは、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。
- ※加熱が足りないときは、手動調理レンジ600Wで様子を見ながら加熱してください。(→25~27ページ)

注意

- 加熱後は庫内や容器が熱くなりますので、ミトンなどを使用して取り出してください。
- 加熱中や、加熱後しばらくは内部・ドアなどの高温部に触れないでください。やけどの原因となります。

お知らせ

- 仕上がり具合は、料理の種類や分量によって異なります。
- 加熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉めスタートボタンを押すと残りの加熱を再開します。加熱が不要なときはとりけしボタンを押して、設定を解除(表示部は「G」を表示)してください。

自動メニュー

13 カレー・シチュー ~ 38 プリンを調理する

●自動メニュー「13 (39ページ)」~「38 (54ページ)」は、それぞれの料理集を参考に調理してください。

●自動メニューの「基本の使いかた」は、15ページをご参照ください。

●本製品で「使用できる容器と使用できない容器」については、6ページをご参照ください。

※料理集に記載の材料は最大分量です。分量が選べるメニューは、人数分に応じて加減してください。

※食品の温度や種類によって仕上がりや時間が変わります。様子を見ながら調理してください。

※料理集に記載の仕上がり写真はイメージです。

※角皿を使用する料理は、レシピに記載のマークに従って付属の角皿をご使用ください。



付属の角皿を上段または下段にセットします。角皿は使用できません。付属の網を角皿にのせます。スチームを使用します。水タンクに給水してください。

お料理集 39~54ページ

メニュー表示	メニュー名	角皿	網	加熱方法			参照ページ
				レンジ	グリル・オープン	スチーム	
13	カレー・シチュー	×	-	○	-	-	39
14	かぼちゃの煮物	×	-	○	-	-	39
15	あさりの酒蒸し	×	-	○	-	-	40
16	鶏のしょうが蒸し	×	-	○	-	-	40
17	鶏のから揚げ	○下段	-	-	○	-	41
18	ハンバーグ	○下段	-	-	○	-	41
19	グラタン	○下段	-	-	○	-	42
20	ピザ	○下段	-	-	○	-	42
21	鶏の照り焼き	○下段	-	-	○	-	43
22	焼きいも	○上段	-	-	○	-	43
23	3品献立セット	○上段	-	-	○	-	44~46
24	とんかつ	○下段	-	-	○	○	47
25	エビフライ	○下段	-	-	○	○	47
26	焼き魚(切り身)	○上段	-	-	○	○	48
27	春巻き	○下段	-	-	○	○	48
28	赤飯・おこわ	×	-	○	-	○	49
29	茶碗蒸し	○下段	-	-	-	○	49
30	ふかしいも	○下段	○	-	-	○	50
31	柔らかいか蒸し	○下段	○	-	-	○	50
32	肉団子の蒸し煮	○下段	○	-	-	○	51
33	シュウマイ	○下段	○	-	-	○	51
34	小籠包	○下段	○	-	-	○	52
35	鶏ハム	○下段	○	-	-	○	52
36	クッキー	○下段	-	-	○	-	53
37	スポンジケーキ	○下段	-	-	○	-	54
38	プリン	○下段	-	-	-	○	54

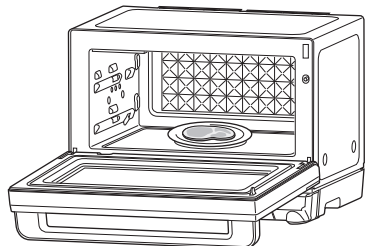
- レンジ加熱を使用します。付属の角皿・網・金属の容器・アルミホイルなどは使用しないでください。
- ラップの使いかたについては「ラップの使いかた(27ページ)」をご参照ください。
- 飲み物は突然沸騰(突沸)してやけどの原因となりますので、自動メニュー9 牛乳・飲み物/10 お酒で加熱してください。➡22ページをご参照ください。

警告

- 設定時間を控えめに様子を見ながら加熱してください。
- 油脂の多い食品・液体、粒入りスープを加熱するときは突沸に注意してください。加熱後、取り出したあとに、突然沸騰(突沸)して飛び散る場合があります。やけどの原因となります。加熱しすぎたときは、そのまま1~2分ほど庫内で冷ましてから取り出してください。

1 食品を庫内に入れ、ドアを閉める

- ドアを開けると「電源入り」の状態となり、表示部が点灯し「0」を表示します。
- ※無操作状態が5分間続くと操作が取り消されます。
- 食品を耐熱性の容器に入れ、できるだけ庫内中央に、均等に配置してください。



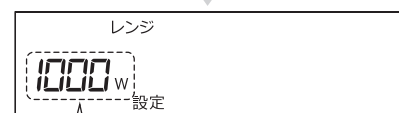
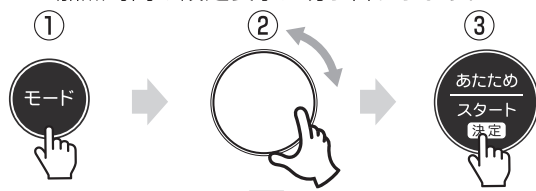
2 ①モードボタンを押し、「レンジ」を選択する

- モードボタンを押すたびに加熱方法が切り替わります。

②調整ダイヤルを回し、出力を選択する

③ を押す

- 加熱時間の設定表示に切り替わります。



- 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。
- ※操作をしない状態が1分間続くと、操作が取り消されます。

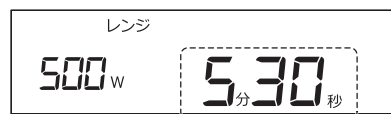
3 調整ダイヤルで時間を設定する



設定できる最大時間	設定できる時間単位
1000W... 3分	0~1分... 5秒単位
600W... 30分	1~5分... 10秒単位
500W... 30分	5~10分... 30秒単位
200W... 90分	10~30分... 1分単位
100W... 90分	30~90分... 5分単位

4 を押す

- 表示部に残り時間が表示され、加熱が開始されます。
- 加熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉め、スタートボタンを押すと加熱を再開します。
- ※加熱を停止するときは、とりけしボタンを押してください。



カウントダウン表示

5 できあがり(加熱終了)

- 加熱が終了すると終了音が鳴り、表示部には「0」を表示し「終了」が点滅します。
- ※加熱終了後、食品を取り出さないとお知らせ音が1分ごとに5回鳴り、5分後に待機状態(表示部の「0」が消灯)になります。
- ※加熱終了後、本体が高温のときは、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。

注意

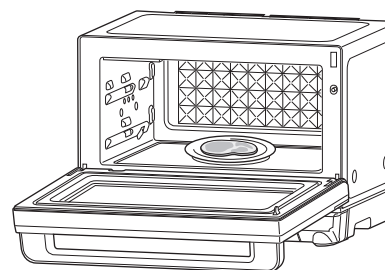
- 加熱後は庫内や容器が熱くなりますので、ミトンなどを使用して取り出してください。
- 加熱中や、加熱後しばらくは内部・ドアなどの高温部に触れないでください。やけどの原因となります。

600Wクイックスタート

- 手動調理レンジは、下記の方法でも「600W」で加熱できます。

1 食品を庫内に入れ、ドアを閉める

- ドアを開けると「電源入り」の状態となり、表示部が点灯し「0」を表示します。
- ※無操作状態が5分間続くと操作が取り消されます。
- 食品を耐熱性の容器に入れ、できるだけ庫内中央に、均等に配置してください。



2 調整ダイヤルで時間を設定する

- 表示部にレンジ「600W」が表示され、加熱時間の設定表示に切り替わります。

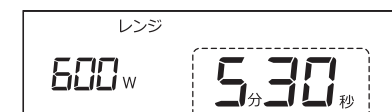


設定できる時間単位
0~1分... 5秒単位
1~5分... 10秒単位
5~10分... 30秒単位
10~30分... 1分単位

- 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。
- ※操作をしない状態が1分間続くと、操作が取り消されます。

3 を押す

- 表示部に残り時間が表示され、加熱が開始されます。
- 加熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉め、スタートボタンを押すと加熱を再開します。
- ※加熱を停止するときは、とりけしボタンを押してください。



カウントダウン表示

4 できあがり(加熱終了)

- 加熱が終了すると終了音が鳴り、表示部には「0」を表示し「終了」が点滅します。
- ※加熱終了後、食品を取り出さないとお知らせ音が1分ごとに5回鳴り、5分後に待機状態(表示部の「0」が消灯)になります。
- ※加熱終了後、本体が高温のときは、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。

注意

- 加熱後は庫内や容器が熱くなりますので、ミトンなどを使用して取り出してください。
- 加熱中や、加熱後しばらくは内部・ドアなどの高温部に触れないでください。やけどの原因となります。

お知らせ

- 加熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉めスタートボタンを押すと残りの加熱を再開します。加熱が不要なときはとりけしボタンを押して、設定を解除(表示部は「0」を表示)してください。

警告

加熱するときは、設定時間を控えめにし、様子を見ながら加熱する

食品の分量に対して加熱時間が長いと、発火・発煙・やけどの原因となります。特に、少量の加熱時や油脂の多い食品・液体、さつまいもなどの根菜類の加熱にはご注意ください。

<加熱しすぎた場合の事例>

- ごはん類・ドライフルーツ・ミックスペジタブルなど
→ 白煙があがり、炭化します。
- 食品トレイのお弁当・お惣菜
→ 食品トレイが変形したり溶けたりします。
- 耐熱プラスチック
→ ふたをした状態で加熱を行うと、ふたが変形します。

油脂の多い食品・液体*1、粒入りスープ*2を加熱するときは突沸に注意する

加熱後、取り出したあとに、突然沸騰(突沸)して飛び散る場合があります、やけどの原因となります。

- *1… バター・生クリーム・オリーブ油など
- *2… コーンの粒やあさりなどが入ったスープ・小豆の粒が入ったおしるこなど

※食品に加熱方法・加熱時間などの表示がある場合は、そちらを参考にしてください。

上手にレンジを使うポイント

上手に調理(加熱)するために…

お弁当などは1個ずつあたためる

- 上下に積み重ねたりすると上手にあたためられません。

容器は必ず確認する

- 発泡スチロールや耐熱性のない容器は、あたためないでください。

ゆでる・煮るなどの調理は、食材の厚みや大きさをそろえる

- 厚みや大きさをそろえることにより、加熱ムラを少なくすることができます。
- 加熱後、庫内から取り出し、ラップをしたまま5分ほど蒸らすと、よりムラなく仕上がります。

加熱の途中で、裏返したりかき混ぜる

- 加熱ムラを少なくすることができます。

卵はそのまま加熱しない

- 破裂して、やけど・けがの原因となります。
- 卵を加熱するときは、よく割りほぐしてください。ゆで卵のあたためもしないでください。

※小さく切ったものや少量で加熱すると、火花が出て焦げたり、乾燥することがあります。

様子を見ながら加熱してください。

※食品の出し入れの際は、やけどをしないように注意してください。

ラップの使いかた

ラップをするもの

- 煮物・蒸し物・汁物・調理済みの冷凍食品全般などをしっかり仕上げたいとき
- 具の多いスープなど、はじけるおそれのあるもの

※ラップは容器をゆったりと覆い、食品・食材に沿わせませ。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使用してください。

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、水分を飛ばしたいとき

上手に解凍するために…

手動設定で解凍するときは、必ず200Wの出力で解凍する

ラップやふた、飾りは外して解凍する

- ラップなどに包んで冷凍した食品は、平らな皿にキッチンペーパーなどを敷いた上に食品を置いて解凍してください。

解凍前に常温で放置しない

- 冷凍庫から出してすぐに解凍することをお勧めいたします。食品から水(汁)が出るなどして風味や鮮度を損なう原因となります。

加熱調理を行ったあとは、庫内が十分に冷めてから解凍する

- 加熱調理を行ったあとに解凍をするときは、ドアを開け十分に庫内が冷めてから解凍してください。

食材の厚みや大きさをそろえる

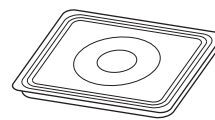
- 食材の大きさ、厚さをそろえて冷凍しておくともムラなく解凍できます。

- ヒーター加熱を使用します。使用できる容器については「使える容器・使えない容器(6ページ)」をご参照ください。

※手動調理のグリル加熱は温度の設定ができません。手動で時間を設定して調整してください。

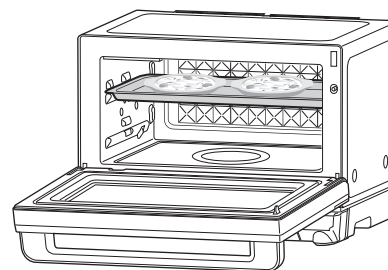
加熱をはじめる前に

- 付属の角皿を使用します。



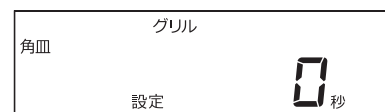
1 食品を庫内に入れ、ドアを閉める

- ドアを開けると「電源入り」の状態となり、表示部が点灯し「0」を表示します。
- ※無操作状態が5分間続くと操作が取り消されます。
- 食品を耐熱容器に入れて角皿にのせ、上段にセットしてください。
- 食品は、できるだけ庫内中央に、均等に配置してください。



2 モードボタンを押し、「グリル」を選択する

- モードボタンを押すたびに加熱方法が切り替わります。



- 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。
- ※操作をしない状態が1分間続くと、操作が取り消されます。

3 調整ダイヤルで時間を設定する



設定できる最大時間	設定できる時間単位
30分	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 設定ボタンを押す

- 表示部に残り時間が表示され、加熱が開始されます。
- 加熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉め、スタートボタンを押すと加熱を再開します。
- ※加熱を停止するときは、とりけしボタンを押してください。



カウントダウン表示

5 できあがり(加熱終了)

- 加熱が終了すると終了音が鳴り、表示部には「0」を表示し「終了」が点滅します。
- ※加熱終了後、食品を取り出さないとお知らせ音が1分ごとに5回鳴り、5分後に待機状態(表示部の「0」が消灯)になります。
- ※加熱終了後、本体が高温のときは、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。

注意

- 加熱後は庫内や容器が熱くなりますので、ミトンなどを使用して取り出してください。
- 加熱中や、加熱後しばらくは内部・ドアなどの高温部に触れないでください。やけどの原因となります。

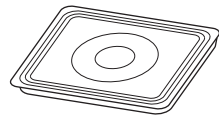
お知らせ

- 加熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉めスタートボタンを押すと残りの加熱を再開します。加熱が不要なときはとりけしボタンを押して、設定を解除(表示部は「0」を表示)してください。

- 予熱をせずに加熱調理を開始します。調理後の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用します。
- ヒーター加熱を使用します。使用できる容器については「使える容器・使えない容器(6ページ)」をご参照ください。

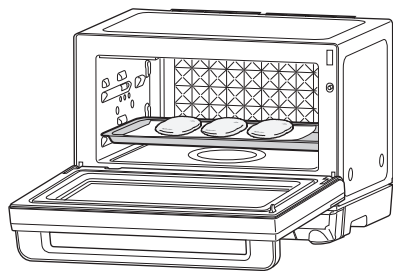
加熱をはじめる前に

- 付属の角皿を使用します。



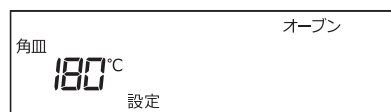
1 食品を庫内に入れ、ドアを閉める

- ドアを開けると「電源入り」の状態となり、表示部が点灯し「0」を表示します。
- ※ 無操作状態が5分間続くと操作が取り消されます。
- 食品を耐熱容器に入れて角皿にのせ、上段または下段にセットしてください。
- 食品は、できるだけ庫内中央に、均等に配置してください。



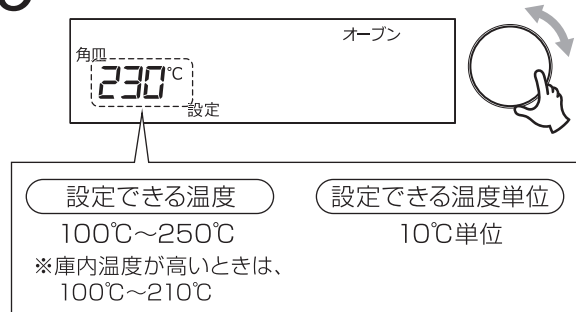
2 モードボタンを押し、「オープン」を選択する

- モードボタンを押すたびに加熱方法が切り替わります。



- 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。
- ※ 操作をしない状態が1分間続くと、操作が取り消されます。

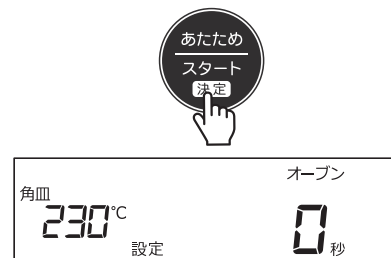
3 調整ダイヤルで温度を設定する



設定できる温度 100°C~250°C
 設定できる温度単位 10°C単位
 ※庫内温度が高いときは、100°C~210°C

4 加熱スタートボタンを押す

- 加熱時間の設定表示に切り替わります。



5 調整ダイヤルで時間を設定する



設定できる最大時間 90分
 設定できる時間単位
 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 加熱スタートボタンを押す

- 表示部に残り時間が表示され、加熱が開始されます。
- 加熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉め、スタートボタンを押すと加熱を再開します。
- ※ 加熱を停止するときは、とりけしボタンを押してください。



カウントダウン表示

7 できあがり(加熱終了)

- 加熱が終了すると終了音が鳴り、表示部には「0」を表示し「終了」が点滅します。
- ※ 加熱終了後、食品を取り出さないとお知らせ音が1分ごとに5回鳴り、5分後に待機状態(表示部の「0」が消灯)になります。
- ※ 加熱終了後、本体が高温のときは、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。

⚠ 注意

- 加熱後は庫内や容器が熱くなりますので、ミトンなどを使用して取り出してください。
- 加熱中や、加熱後しばらくは内部・ドアなどの高温部に触れないでください。やけどの原因となります。

お知らせ

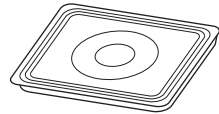
- 加熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉めスタートボタンを押すと残りの加熱を再開します。加熱が不要なときはとりけしボタンを押して、設定を解除(表示部は「0」を表示)してください。

使いかた | 手動調理 オープン(予熱あり)

- 予熱をしたあと、加熱調理を開始します。
- ヒーター加熱を使用します。使用できる容器については「使える容器・使えない容器(6ページ)」をご参照ください。

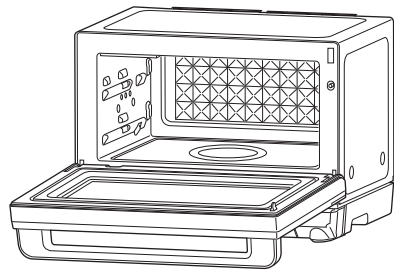
加熱をはじめる前に

- 付属の角皿を使用します。



1 食品を入れずに、ドアを開閉する

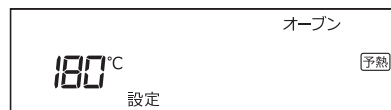
- ドアを開けると「電源入り」の状態となり、表示部が点灯し「0」を表示します。
- ※ 無操作状態が5分間続くと操作が取り消されます。
- 庫内に角皿がある場合は取り出してください。



※角皿を入れないでください。

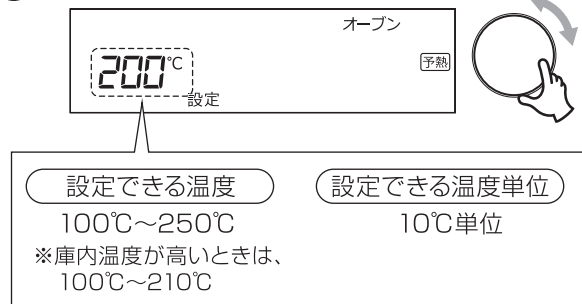
2 モードボタンを押し、「オープン(予熱)」を選択する

- モードボタンを押すたびに加熱方法が切り替わります。



- 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。
- ※ 操作をしない状態が1分間続くと、操作が取り消されます。

3 調整ダイヤルで温度を設定する

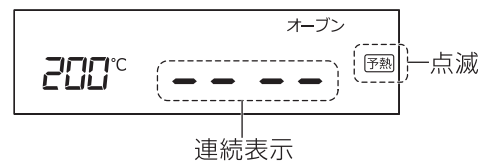


設定できる温度 100°C~250°C
 ※庫内温度が高いときは、100°C~210°C

設定できる温度単位 10°C単位

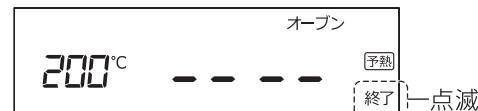
4 あたためスタート決定を押す

- “予熱”が点滅し、予熱が開始されます。
- 予熱中は「- (バー)」が連続表示されます。
- 予熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉め、スタートボタンを押すと予熱を再開します。
- ※ 予熱開始後は、温度設定を変更できません。
- ※ 予熱を停止するときは、とりけしボタンを押してください。



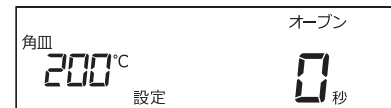
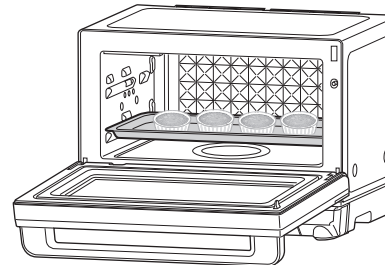
5 予熱終了

- 予熱が終了すると終了音が鳴り、表示部に“終了”が点滅表示されます。

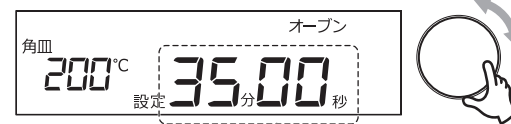


6 予熱終了後、10分以内に食品を庫内に入れ、ドアを閉める

- 食品を耐熱容器に入れて角皿にのせ、上段または下段にセットしてください。
- 食品は、できるだけ庫内中央に、均等に配置してください。
- 加熱時間の設定表示に切り替わります。



7 調整ダイヤルで時間を設定する

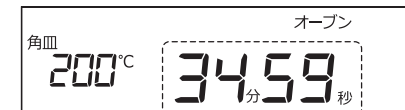


設定できる最大時間 90分

設定できる時間単位
 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

8 あたためスタート決定を押す

- 表示部に残り時間が表示され、加熱が開始されます。
- 加熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉め、スタートボタンを押すと加熱を再開します。
- ※ 加熱を停止するときは、とりけしボタンを押してください。



カウントダウン表示

9 できあがり(加熱終了)

- 加熱が終了すると終了音が鳴り、表示部には“0”を表示し“終了”が点滅します。
- ※ 加熱終了後、食品を取り出さないとお知らせ音が1分ごとに5回鳴り、5分後に待機状態(表示部の“0”が消灯)になります。
- ※ 加熱終了後、本体が高温のときは、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。

⚠ 注意

- 加熱後は庫内や容器が熱くなりますので、ミトンなどを使用して取り出してください。
- 加熱中や、加熱後しばらくは内部・ドアなどの高温部に触れないでください。やけどの原因となります。

お知らせ

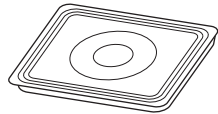
- 加熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉めスタートボタンを押すと残りの加熱を再開します。加熱が不要なときはとりけしボタンを押して、設定を解除(表示部は“0”を表示)してください。

使いかた | 手動調理 発酵

- ヒーター加熱を使用します。使用できる容器については「使える容器・使えない容器(6ページ)」をご参照ください。

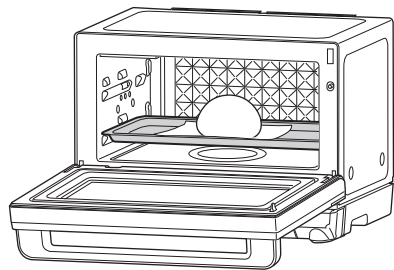
加熱をはじめる前に

- 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をしてください。
- 付属の角皿を使用します。



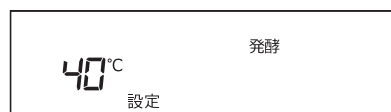
1 食品を庫内に入れ、ドアを閉める

- ドアを開けると「電源入り」の状態となり、表示部が点灯し「0」を表示します。
※無操作状態が5分間続くと操作が取り消されます。
- 食品を耐熱容器に入れて角皿にのせ、上段または下段にセットしてください。
- 食品は発酵するとふくらみます。間隔をあけ、均等に配置してください。



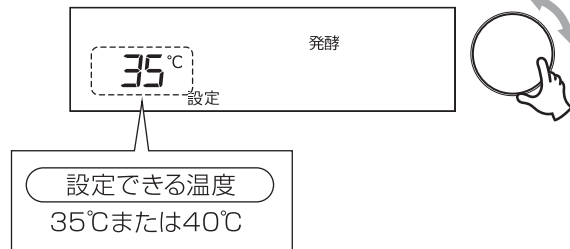
2 モードボタンを押し、「発酵」を選択する

- モードボタンを押すたびに加熱方法が切り替わります。



- 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。
※操作をしない状態が1分間続くと、操作が取り消されます。

3 調整ダイヤルで温度を設定する

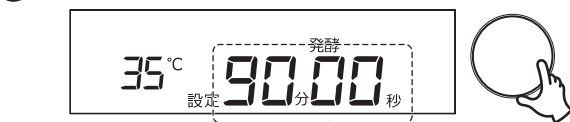


4 あたためスタート決定を押す

- 加熱時間の設定表示に切り替わります。



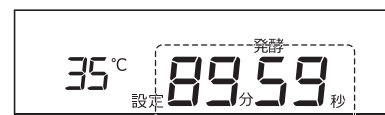
5 調整ダイヤルで時間を設定する



設定できる最大時間	設定できる時間単位
90分	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

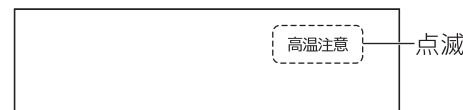
6 あたためスタート決定を押す

- 表示部に残り時間が表示され、加熱が開始されます。
 - 加熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉め、スタートボタンを押すと加熱を再開します。
- ※開始後は、温度設定を変更できません。
※加熱を停止するときは、とりけしボタンを押してください。



カウントダウン表示

- ※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。「高温注意」が表示されたときは、とりけしボタンを押して、庫内が十分冷めてから再度操作を行ってください。



7 できあがり(加熱終了)

- 加熱が終了すると終了音が鳴り、表示部には「0」を表示し「終了」が点滅します。
- ※加熱終了後、食品を取り出さないとお知らせ音が1分ごとに5回鳴り、5分後に待機状態(表示部の「0」が消灯)になります。
- ※加熱終了後、本体が高温のときは、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。

⚠ 注意

- 加熱後は庫内や容器が熱くなりますので、ミトンなどを使用して取り出してください。
- 加熱中や、加熱後しばらくは内部・ドアなどの高温部に触れないでください。やけどの原因となります。

お知らせ

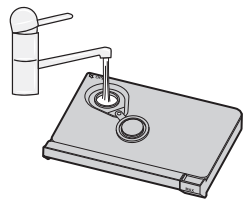
- 加熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉めスタートボタンを押すと残りの加熱を再開します。加熱が不要なときはとりけしボタンを押して、設定を解除(表示部は「0」を表示)してください。

使いかた | 手動調理 スチーム

- スチーム加熱を使用します。

加熱をはじめる前に

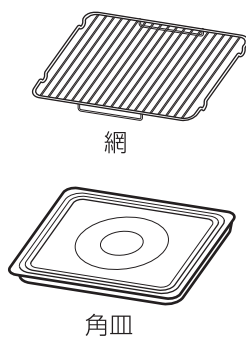
- 水タンクに給水してください(12ページ参照)



※ 水タンクの水が不足していたり、水タンクが確実に取り付けられていない場合「水確認」が点灯します。加熱前に水タンクを確認してください。(12ページ参照)

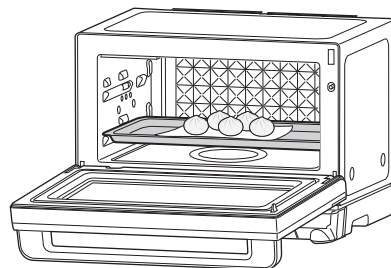


- メニューによって付属の角皿・網を使用します。
- ※ レンジ加熱を使用するときは、必ず取り外してください。



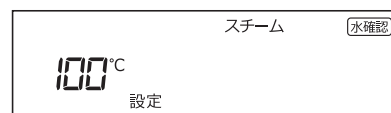
1 食品を庫内に入れ、ドアを閉める

- ドアを開けると「電源入り」の状態となり、表示部が点灯し「0」を表示します。
- ※ 無操作状態が5分間続くと操作が取り消されます。
- 食品を耐熱容器に入れて角皿にのせるか、角皿にクッキングシートなどを敷いて食品を並べ、上段または下段にセットしてください。
- 食品はできるだけ庫内中央に、均等に配置してください。



2 モードボタンを押し、「スチーム」を選択する

- モードボタンを押すたびに加熱方法が切り替わります。

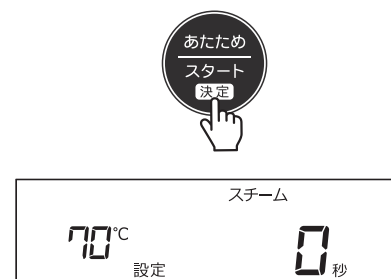


- 操作を取り消すときは、とりけしボタンを押してください。
- ※ 操作をしない状態が1分間続くと、操作が取り消されます。

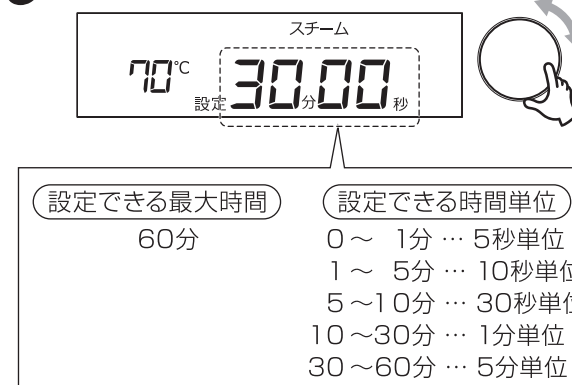
3 調整ダイヤルで温度を設定する



- ## 4 あたためスタートを押す
- 加熱時間の設定表示に切り替わります。



5 調整ダイヤルで時間を設定する



6 あたためスタートを押す

- 表示部に残り時間が表示され、加熱が開始されます。
- 加熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉め、スタートボタンを押すと加熱を再開します。
- ※ 開始後は、温度設定を変更できません。
- ※ 加熱を停止するときは、とりけしボタンを押してください。



7 できあがり(加熱終了)

- 加熱が終了すると終了音が鳴り、表示部には「0」を表示し「終了」が点滅します。
- ※ 加熱終了後、食品を取り出さないとお知らせ音が1分ごとに5回鳴り、5分後に待機状態(表示部の「0」が消灯)になります。
- ※ 加熱終了後、本体が高温のときは、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。
- ※ 水タンクに残った水、排水トレーに溜まった水を捨ててください。

注意

- 加熱後は庫内や容器が熱くなりますので、ミトンなどを使用して取り出してください。
- 加熱中や、加熱後しばらくは内部・ドアなどの高温部に触れないでください。やけどの原因となります。
- ドアを開けるときは、蒸気や熱気に注意してください。

お知らせ

- 加熱中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉めスタートボタンを押すと残りの加熱を再開します。加熱が不要なときはとりけしボタンを押して、設定を解除(表示部は「0」を表示)してください。

お手入れ

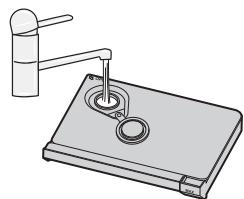
お手入れはこまめに行ってください
(必ず電源プラグをコンセントから抜き、
本体が冷めてから行ってください)

警告

- 本体を水につけたり、水をかけたり、丸洗いをしないでください。

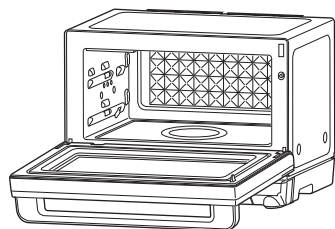
お手入れをはじめる前に

- 水タンクに給水してください(12ページ参照)



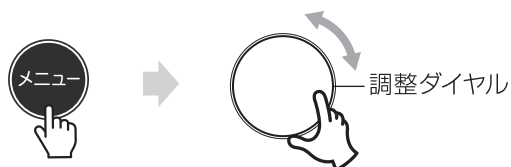
1 庫内に何も入れずに、ドアを開閉する

- ドアを開けると「電源入り」の状態となり、表示部が点灯し「G」を表示します。
- ※ 無操作状態が5分間続くと操作が取り消されます。
- 食品などがある場合は、取り出してください。



2 メニューボタンを押し、調整ダイヤルでお手入れメニュー(39~41)を選択する

- 表示部に選択したお手入れメニューが表示されます。



表示	メニュー	清掃内容
39	清掃 (約20分)	スチーム+グリル+オープンを使用して庫内の汚れを落としやすくします。
40	ボイラー水抜き (約18分)	ボイラー内部を洗浄します。スチームの出が悪くなった場合にご使用ください。
41	庫内乾燥 (約15分)	グリルとオープンを使用し、庫内を乾燥します。

- 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。
- ※ 操作をしない状態が1分間続くと、操作が取り消されます。

3 を押す

- 表示部に残り時間が表示され、清掃が開始されます。
- 清掃中にドアを開けると一時停止します。ドアを閉め、スタートボタンを押すと清掃を再開します。
- ※ 清掃を停止するときは、とりけしボタンを押してください。



ボイラー水抜きメニューの場合

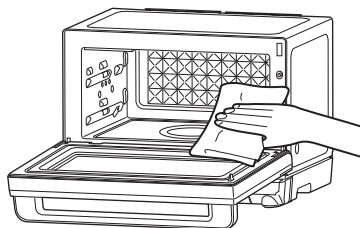
- ※ ボイラー水抜きメニューでは、清掃途中(約15分15秒後)にお知らせ音が鳴り、一時停止します。水タンクを取り外し、再度スタートボタンを押してください。清掃が再開されます。

4 清掃終了

- 加熱が終了すると終了音が鳴り、表示部には「G」を表示し「終了」が点滅します。
- 清掃後は、庫内の汚れや水分をよく拭きとってください。
- 排水トレイを取り外し、溜まった水を捨ててください。(38ページ参照)
- ボイラー水抜きを行ったあとは、水タンクを取り付けてください。

注意

- 加熱中や、加熱後しばらくは内部・ドアなどの高温部に触れないでください。やけどの原因となります。
- ※ 特にボイラー水抜きを行ったあとは、庫内が熱くなりますのでご注意ください。

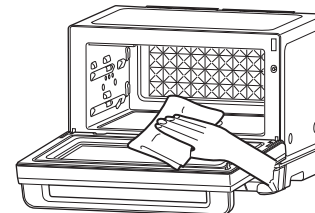


注意

- お手入れのときは、必ず電源プラグをコンセントから抜いて、冷めてから行ってください。感電・やけどのおそれがあります。
- ガソリン・シンナー・ベンジン・アルカリ性洗剤・灯油・ベンゾール・アルコール・みがき粉などで拭かないでください。また、殺虫剤などをかけないでください。樹脂や塗装部分が、変色・変質する原因となります。
- 庫内に付着した調理物や油を放置したまま加熱しないでください。発煙・発火の原因となります。
- ※ 必ず庫内が冷めてから拭きとってください。
- ※ ドアに付着した汚れは必ず拭きとってください。
- 使用するときには、排水トレイ・水タンクを必ず取り付けてからご使用ください。

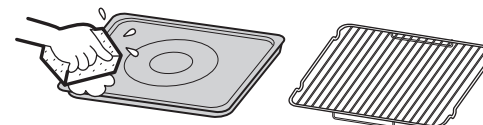
本体・庫内

- 本体外側は柔らかい乾いた布などで拭いてください。汚れが落ちにくいときは水で薄めた台所用中性洗剤を含ませた布で拭いたあと、よく拭きとってください。
- 庫内は、かたくしぼったぬれふきんで拭いてください。汚れが落ちにくいときはお手入れメニュー(37ページ参照)を使用してお手入れを行ってください。



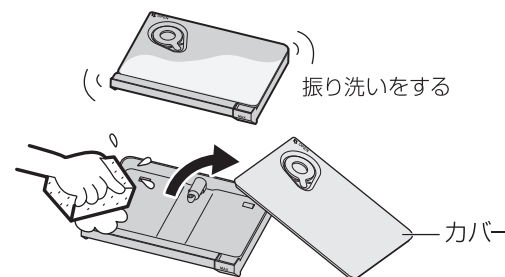
角皿・網

- ご使用ごとに、柔らかいスポンジで汚れを落とし、柔らかい乾いた布で水気をよく拭きとってください。
- ※ 汚れが落ちにくいときは、台所用中性洗剤で洗ってください。



水タンク

- 取り外しかた・取り付けかたは、12ページをご参照ください。
- ご使用ごとに、水を捨ててください。
- 水タンクに水を入れて振り洗いをしてください。
- カバーを取り外して柔らかいスポンジで汚れを落とし、水で洗い流してください。
- ※ 水洗いをしたあとは、よく乾かしてください。



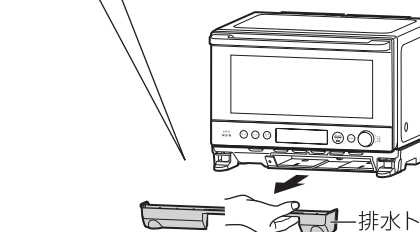
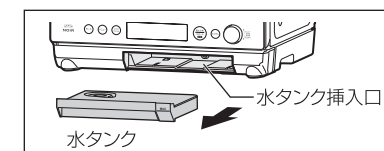
排水トレイ

- 調理後は、溜まった水を捨ててください。
- ※ 調理加熱直後は熱くなっていますので、冷めてから水を捨ててください。
- 水を捨てたあとは流水で洗い、柔らかい乾いた布で水気をよく拭きとってください。



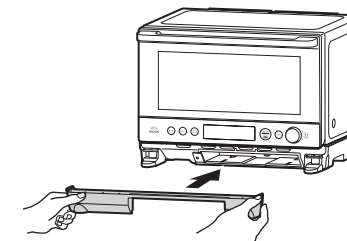
排水トレイの取り外しかた

- 水タンクを取り外し、水タンク挿入口より排水トレイを持って手前に引いてください。
- ※ 水タンク挿入口の右側を持って引いてください。
- ※ 水タンクの取り付け・取り外しかたは、12ページをご参照ください。



排水トレイの取り付けかた

- 排水トレイの左右を持って、奥に突き当たるまで確実にさし込んでください。



カレー



レンジ 自動メニュー 13



材料 (2人分)

牛肉(豚肉).....150g	固形ルー.....2皿分
じゃがいも.....中1個	塩・こしょう.....少々
玉ねぎ.....中1/2個	水.....250mL
人参.....100g	サラダ油.....大さじ1

下準備

- 肉は3~4cmカットして塩・こしょうをする。
- 野菜をカットしておく。
 - ・じゃがいもは、9~10等分
 - ・玉ねぎは、薄切り
 - ・人参は、薄めの半月切り
- カレールーは溶けやすいように刻んでおく。

作りかた

- ① 中火で熱したフライパンにサラダ油(大さじ1)をひき、下準備した肉・野菜を炒める。
 - ② ①と水(250mL)が入る耐熱容器に入れ、ふんわりとラップをして、庫内中央に置く。
 - ③ 自動メニュー13を選んでスタートボタンを押す。
 - ④ 終了音が鳴ったら、庫内より取り出す。(加熱終了)
 - ※ やけどに注意して食品を取り出してください。
 - ⑤ 熱いうちに、カレールーを加えて、よく混ぜて溶かす。
- ※ 加熱が足りないときは...
手動調理のレンジ(出力200W)に設定して、様子を見ながら加熱してください。→25~26ページ参照

かぼちゃの煮物



レンジ 自動メニュー 14



材料 (2人分)

かぼちゃ.....200g
★だし汁.....大さじ2
★みりん.....大さじ1
★しょうゆ.....小さじ2

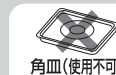
下準備

- ★マークの調味料は全て混ぜ合わせておく。

作りかた

- ① かぼちゃを3cm角に切り、皮を下にして耐熱容器に入れ★を加える。
 - ② ①にラップをして庫内中央に置き、自動メニュー14を選びスタートボタンを押す。
 - ③ 終了音が鳴ったら、できあがり。(加熱終了)
- ※ やけどに注意して食品を取り出してください。
- ※ 加熱が足りないときは...
手動調理のレンジ(出力600W)に設定して、様子を見ながら加熱してください。→25~26ページ参照

あさりの酒蒸し



レンジ 自動メニュー 15



材料 (4人分)

あさり.....400g
酒.....大さじ3

作りかた

- ① 砂抜きをしたあさを耐熱容器に入れ、酒をふりかける。
 - ② ラップをして、庫内中央に置き自動メニュー15を選びスタートボタンを押す。
 - ③ 終了音が鳴ったら、できあがり。(加熱終了)
- ※ やけどに注意して食品を取り出してください。
- ※ 加熱が足りないときは...
手動調理のレンジ(出力600W)に設定して、様子を見ながら加熱してください。→25~26ページ参照

鶏のしょうが蒸し



レンジ 自動メニュー 16



材料 (2人分)

鶏もも肉.....1枚(200g)	★しょうが(すりおろし).....小さじ1
白ねぎ.....10cm	★しょうゆ.....大さじ1
	★砂糖.....大さじ1/2
	★酒.....小さじ1

下準備

- 鶏もも肉は余分な脂を取り除き、皮にフォークで数ヶ所刺し、厚さが均一になるように観音開きにして、半分に切る。
- しょうがはすりおろしておく。
- 白ねぎは薄く斜め切りにする。

作りかた

- ① 耐熱容器に鶏肉の皮を上にして入れ、白ねぎをのせる。
★マーク全部を合わせ、全体にかける。
 - ② ラップをし、庫内中央に置いて自動メニュー16を選びスタートボタンを押す。
 - ③ 終了音が鳴ったら、できあがり。(加熱終了)
- ※ やけどに注意して食品を取り出してください。
- ④ 加熱後、鶏肉を一度蒸し汁にからめる。
- ※ 加熱が足りないときは...
手動調理のレンジ(出力500W)に設定して、様子を見ながら加熱してください。→25~26ページ参照

鶏のから揚げ



グリル 自動メニュー 17



材料 (4人分)
 鶏もも肉……………500g
 市販のから揚げ粉

作りかた
 ① 鶏もも肉は余分な脂を取り除き、皮にフォークで数ヶ所刺し、一口大に(約30g)に切る。
 ② 全体に市販のから揚げ粉をまぶす。10分くらい置いて粉っぽさがなくなるまでなじませる。
 ③ 角皿にクッキングシートを敷き、(②)の皮を上にして並べ下段にセットする。
 ④ 自動メニュー17を選んでスタートボタンを押す。

⑤ 終了音が鳴ったら、できあがり。(加熱終了)
 ※ やけどに注意して食品を取り出してください。
 ※ 加熱が足りないときは… 手動調理のグリルで様子を見ながら加熱してください。▶28ページ参照

ハンバーグ



オープン 自動メニュー 18



材料 (4人分)
 合びき肉……………300g ★卵……………1個
 パン粉……………25g ★ナツメグ……………少々
 玉ねぎ……………小1個 塩……………小さじ1/2
 牛乳……………大さじ2 ★こしょう……………少々

下準備
 ● 玉ねぎはみじん切りにし、ラップをかけずに手動調理のレンジ600Wで4~5分加熱して冷ましておく。
 ● パン粉は牛乳で湿らせておく。
 ● 卵は溶き卵にする。

作りかた
 ① ボウルに合びき肉を入れ、塩を加えて粘りが出るまでよく混ぜ、下準備された玉ねぎ・パン粉★マークの材料を全て加えて手早く混ぜる。
 ② ①を4個に分けて叩きながら空気を抜き厚さ2cmの楕円形に成形する。

③ 角皿にクッキングシートを敷き、ハンバーグたねを並べて下段にセットし、自動メニュー18を選び、スタートボタンを押す。
 ※ やけどに注意して食品を取り出してください。
 ※ 加熱が足りないときは… 手動調理のオープン210℃で様子を見ながら追加加熱をしてください。▶29~30ページ参照
 ④ 終了音が鳴ったら、できあがり。(加熱終了)

グラタン



グリル 自動メニュー 19



材料 (マカロニグラタン3人分)
 ホワイトソース……………1缶(290g) 牛乳……………200mL
 鶏もも肉……………300g バター……………20g
 玉ねぎ……………1/2個(100g) 塩・こしょう……………適量
 マカロニ(乾麺)……………80g サラダ油……………適量
 溶けるチーズ……………40g

下準備
 ● マカロニは茹でておく。
 ● 玉ねぎはスライスする。
 ● 鶏肉は一口大に切り、両面に塩・こしょうを少し強めにする。

作りかた
 ① 熱したフライパンにサラダ油を少量入れて鶏もも肉の皮面から焼き、フタをして中火で焼き色をつけながら両面を焼き、肉汁ごと取り出す。
 ② フライパンにバターを入れ、玉ねぎを加えてしんなりするまで炒める。
 ③ ②にホワイトソース1缶と牛乳を加えて、なめらかになるまで混ぜながら加熱し火を止める。

④ ③にマカロニと鶏肉を肉汁ごと混ぜて混ぜ、塩・こしょうで味を調える。
 ⑤ 耐熱皿に盛り分けて、溶けるチーズをのせる。
 ⑥ 角皿を下段に入れ、自動メニュー19を選びスタートボタンを押す。
 ⑦ 終了音が鳴ったら、できあがり。(加熱終了)
 ※ やけどに注意して食品を取り出してください。
 ※ 加熱が足りないときは… 手動調理のグリルで様子を見ながら加熱してください。▶28ページ参照

ピザ



オープン 自動メニュー 20



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 ピザ用チーズ……………100g
 ピザ生地(市販品23cm)……………1枚

下準備
 ● 玉ねぎ・マッシュルーム・サラミソーセージ・ピーマンは薄くカットしておく。

作りかた
 ① 自動メニュー20を選びスタートボタンを押す。(予熱)
 ② 角皿にクッキングシートを敷き、市販のピザ生地にピザソースをぬり、カットした具材をのせた後、ピザ用チーズをのせる。

③ お知らせ音が鳴り予熱が終了したら、角皿を下段にセットしスタートボタンを押す。
 ④ 終了音が鳴ったら、できあがり。(加熱終了)
 ※ やけどに注意して食品を取り出してください。
 ※ 加熱が足りないときは… 手動調理のオープン210℃で様子を見ながら追加加熱をしてください。▶29~30ページ参照

鶏の照り焼き



角皿(下段)

オープン 自動メニュー 21



材料 (4人分)

- | | |
|-------------------|----------------|
| 鶏もも肉……………2枚(500g) | ★しょうゆ……………大さじ2 |
| 塩・こしょう……………各少々 | ★みりん……………大さじ2 |
| | ★酒……………大さじ1 |
| | ★砂糖……………小さじ1 |

下準備

- 鶏もも肉は余分な脂を取り除き、皮にフォークで数ヶ所刺し、厚さが均一になるように観音開きにして、塩・こしょうをする。

作りかた

- ★マークを全部合わせて、鶏肉をつけ、冷蔵庫に30分おく。
 - 角皿にクッキングシートを敷き、(①)の皮面を上にして並べ、下段にセットする。
 - 自動メニュー21を選びスタートボタンを押す。
 - ④終了音が鳴ったら、できあがり。(加熱終了)
- ※ やけどに注意して食品を取り出ししてください。
- ※ 加熱が足りないときは…
手動調理のオープン210℃で様子を見ながら追加加熱をしてください。
→29~30ページ参照

焼きいも



角皿(上段)

オープン 自動メニュー 22



材料 (4人分)

- さつまいも……………4本
(1本約250g程度)

作りかた

- さつまいもは洗って、水分を拭き取る。フォークで数ヶ所穴をあけるか包丁で切れ目を入れる。
 - 角皿にさつまいもを並べて上段にセットし、自動メニュー22を選びスタートボタンを押す。
 - ③終了音が鳴ったら、できあがり。(加熱終了)
- ※ やけどに注意して食品を取り出ししてください。
- ※ 加熱が足りないときは…
手動調理のオープン210℃で様子を見ながら追加加熱をしてください。
→29~30ページ参照

3品献立セット 主菜




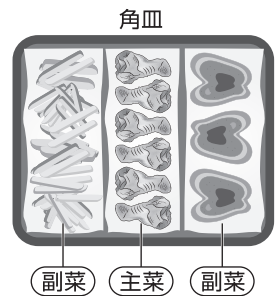
角皿(上段)

オープン 自動メニュー 23

主菜1品と副菜2品(45~46ページ)をお好みの組み合わせで、同時に加熱できます。
例) 手羽元の香り焼き(主菜) + ポテトチーズ焼き(副菜) + ピーマンの肉詰め(副菜) など

作りかた

- 主菜1品と副菜2品の材料を付属の角皿に並べる
 - それぞれのお料理のレシピを参考に、主菜1品と副菜2品を並べてください。(主菜1品を中央に、左右に副菜2品を並べてください)
 - ※材料が混ざったり重ならないように、アルミホイルなどで仕切って並べてください。
- 角皿を庫内(上段)にセットし、ドアを閉める
- 自動メニュー23を選び、を押す
 - 加熱が開始されます。
 - 加熱が終了したら、やけどに注意して食品を取り出ししてください。
 - ※加熱が足りないときは…
手動調理のオープン210℃で様子を見ながら追加加熱をしてください。→29~30ページ参照



鮭のホイル焼き

材料 (2人分)

- 生鮭……………2切れ(200g)
玉ねぎ……………40g
しめじ……………20g
ミニトマト……………4個
有塩バター……………20g
★塩……………少々
★酒……………大さじ2
★しょうゆ……………小さじ2

下準備

- 玉ねぎは薄切り、しめじは石づきを落としてほぐす。

作り方

- アルミホイルに玉ねぎを敷き、鮭に塩、しめじ、ミニトマトをのせる。
- (①)に酒、有塩バターを順にのせ、アルミホイルを包む。同様にもう1個作り角皿中央にのせる。
- 出来上がりにしょうゆをかける。

手羽元の香り焼き

材料 (2人分)

- 鶏手羽元……………6本(360g)
★しょうが(みじん切り)…大さじ1
★しょうゆ……………大さじ3
★砂糖……………大さじ1 1/2
★酒……………大さじ1
★ごま油……………大さじ1/2
★豆板醤……………小さじ1

下準備

- 鶏手羽元の皮にフォークを刺して穴をあけ、骨にそって2本の切り込みを入れる。(味のしみこみと熱通りが良くなる)

作り方

- 容器に★マークを全て入れ、たれを作る。
- ビニール袋に手羽元と(①)のたれを入れ、よくもんで、冷蔵庫で1時間漬け込む。
- 角皿にアルミホイルをふちを立てて敷き、汁気を切った鶏手羽元を並べる。

豚肉のしそ巻き

材料 (2人分)

- 豚ロース(薄切り)……………6枚(150g)
青じそ(大葉)……………12枚
ねりからし……………適量
★みそ……………大さじ1 1/2
★しょうゆ……………大さじ1
★砂糖……………大さじ1 1/2

作り方

- 豚ロースを広げてねりからしを薄くぬる。
- (①)に青じそを2枚並べ、端から巻く。6本同じ手順で作る。
- 大き目の容器に★マーク全て入れ、(②)をからませて10分くらいおく。
- 角皿にアルミホイルをふちを立てて敷き、余分なたれを拭き取った肉の巻き終わりを下にして並べる。
*焦げを防ぐために余分なたれは拭き取ります。

3品献立セット 副菜



オープン 自動メニュー
23

ポテトチーズ焼き



材料 (2人分)

じゃがいも……………大1個
ハム……………2枚
塩・こしょう……………各少々
ピザ用チーズ……………30g
*クッキングシート

下準備

- じゃがいもは厚さ1~2cmの半月切り。
- ハムはいちょう切り。

作り方

- ①角皿の左右どちらかにクッキングシートを敷き、じゃがいも・ハムを2等分にして、広げて並べる。
- ②①に塩・こしょうをふって、ピザ用チーズをのせる。

きのこの白あえ



材料 (2人分)

生しいたけ……………40g
しめじ……………40g
えのき……………40g
もめん豆腐……………1/3丁
☆酒……………小さじ2 1/2
☆みりん……………小さじ2 1/2
☆塩……………少々
★すりごま……………10g
★砂糖……………大さじ1
★塩……………適量

下準備

- 豆腐は重しなどで水気を切る。
- しいたけは細切り、しめじは石づきを落とし小房に分ける。えのきは石づきを切り、半分に切る。

作り方

- ①角皿の左右どちらかに大き目に切った、アルミホイルを敷き、カットしたしいたけ、しめじ、えのきをのせて、☆マークを全てかけて包む。
- ②加熱終了後、きのこの水分をきって、粗熱をとる。
- ③豆腐にきのこのこと★マークを全て入れ、混ぜ合わせる。

厚揚げの梅マヨ焼き



材料 (2人分)

厚揚げ……………2枚
梅干し……………4個
青ねぎ……………1本
マヨネーズ……………適量

下準備

- 梅干しは種を取って刻む。青ねぎは小口切りにする。

作り方

- ①厚揚げは厚みを半分に切る。
- ②①の切った面に梅干しをぬり、青ねぎをちらし、マヨネーズをしぼる。
- ③角皿の左右どちらかにアルミホイルを敷き、②を並べる。

3品献立セット 副菜



オープン 自動メニュー
23

パプリカサラダ



材料 (2人分)

パプリカ……………1/2個(80g)
エリンギ……………1パック(100g)
ドレッシング(市販品)……………適量

下準備

- パプリカは7~8mm幅に切る。
- エリンギは1本を8等分に切る。

作り方

- ①角皿の左右どちらかにアルミホイルを敷き、パプリカ、エリンギをのせて包む。
- ②加熱後、ドレッシングをかける。

ピーマンの肉詰め



材料 (2人分)

ピーマン……………3個
合びき肉……………250g
片栗粉……………小さじ2
★卵(Mサイズ)……………1個
★パン粉……………大さじ1
★牛乳……………大さじ1
★塩こしょう……………小さじ1/2

下準備

- ピーマンを半分に切り、へたと種を取り除く。

作り方

- ①ボウルに肉と★マークを全て入れ、粘りがでるまでよく混ぜる。
- ②ピーマンの内側に片栗粉を茶こしでふるいかけ、①を詰める。
- ③角皿の左右どちらかにアルミホイルを敷き、②を並べる。

焼きなすサラダ



材料 (2人分)

なす……………1本(100g)
青じそ(大葉)……………5枚
とまと……………1個(150g)
ポン酢しょうゆ……………大さじ1 1/2
サラダ油……………少々

下準備

- なすは縦半分に切る。
- とまとは1.5cm角切り、青じそは細切り。

作り方

- ①角皿の左右どちらかにアルミホイルを敷き、薄くサラダ油をぬり、なすのカット面を下にして並べる。
- ②加熱後、なすの皮をむいて1.5cm角に切りボールに入れて、とまと、青じそ、ポン酢しょうゆを加えてあえる。

とんかつ

角皿(下段) 水タンク給水 スチーム+オープン 自動メニュー 24



材料 (4人分)
 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.....各少々
 薄力粉.....適量 溶き卵.....適量

下準備
 ●水タンクに水を入れる。
 ●フライパンにサラダ油(大1)を敷き、パン粉を焦げないように混ぜながら、きつね色になるまで炒める。

作りかた
 ①肉をたたいて1cmの厚さにし、塩・こしょうをする。
 ②①に薄力粉・溶き卵・炒めたパン粉の順に衣をつける。
 ③角皿にクッキングシートを敷き、②を並べて下段にセットし、自動メニュー24を選んでスタートボタンを押す。

④終了音が鳴ったら、できあがり。(加熱終了)
 ※やけどに注意して食品を取り出してください。
 ※加熱が足りないときは…手動調理のオープン210℃で様子を見ながら追加加熱をしてください。→29~30ページ参照

焼き魚(切り身)

角皿(上段) 水タンク給水 スチーム+グリル 自動メニュー 26



材料 (4人分)
 塩ざけの切り身.....4切れ
 (1切れ約80g)

下準備
 ●水タンクに水を入れる。

作りかた
 ①角皿にクッキングシートを敷き、切り身を並べ上段にセットする。
 ②自動メニュー26を選んでスタートボタンを押す。
 ③終了音が鳴ったら、できあがり。(加熱終了)

※やけどに注意して食品を取り出してください。
 ※加熱が足りないときは…手動調理のグリルで様子を見ながら加熱してください。→28ページ参照
 ※庫内ににおいが残った場合は、自動メニュー39を選んでクリーニングしてください。→37ページ参照

エビフライ

角皿(下段) 水タンク給水 スチーム+オープン 自動メニュー 25



材料 (3人分/12本)
 無頭えび.....12尾 塩・こしょう.....少々
 薄力粉.....大さじ2 溶き卵.....1個分
 パン粉.....60g パセリのみじん切り.....少々
 サラダ油.....大さじ1

下準備
 ●水タンクに水を入れる。
 ●エビの尾に近い一節を残して、殻をむき竹櫛で背わたを取る。
 ●エビがまっすぐになるように、エビの腹側に数ヶ所切り込みを入れてのばす。
 ●フライパンにサラダ油(大1)を敷き、パン粉を焦げないように混ぜながら、きつね色になるまで炒める。粗熱を取り、パセリのみじん切りを合わせる。

作りかた
 ①エビに塩・こしょうをし、薄力粉・溶き卵・炒めたパン粉の順につける。
 ②角皿にアルミホイルまたはクッキングシートを敷き、中央に①を寄せて並べ下段にセットする。自動メニュー25を選んでスタートボタンを押す。
 ③終了音が鳴ったら、できあがり。(加熱終了)

※やけどに注意して食品を取り出してください。
 ※加熱が足りないときは…手動調理のオープン210℃で様子を見ながら追加加熱をしてください。→29~30ページ参照

春巻き

角皿(下段) 水タンク給水 スチーム+オープン 自動メニュー 27



材料 (4人分/8本)
 豚もも肉薄切肉.....100g
 ごま油.....適量
 ☆たけのこ水煮(細切り).....100g
 ☆ピーマン(せん切り).....2個
 ☆人参(せん切り).....30g
 ☆長ネギ(せん切り).....1本
 ☆生しいたけ(せん切り).....2枚
 春雨.....10g
 春巻きの皮(市販のもの).....8枚

下準備
 ●水タンクに水を入れる。
 ●豚肉は5cmの長さの細切りにする。
 ●たけのこ細切り・ピーマンせん切り・人参せん切り・長ねぎせん切り・生しいたけせん切りにする。
 ●春雨は乾燥のまま1~2cmにカットする。

作りかた
 ①豚肉細切りを深めの耐熱容器に入れ、★マークの調味料を全て加えて混ぜる。
 ②①にたけのこ・ピーマン・人参・長ねぎ・しいたけを加えてよく混ぜる。手動調理のレンジ600Wで6分加熱する。
 ③②に春雨を加えて混ぜ8等分にして冷ます。
 ④春巻きの皮のツルツルの面を下(ざらつきのある面を上)にしてひし形に置

き、中央より手前に③の具をのせる。手前を折り返して、ふちに○薄力粉と○水を混ぜたものを塗る。両端を折りたたんで最後に自然に折りたたみ止める。
 ⑤ごま油を入れた器の中で④を転がし、全体にごま油をつける。
 ⑥角皿にクッキングシートを敷き、止じ目を下にして、⑤を並べて下段にセットする。
 ⑦自動メニュー27を選んでスタートボタンを押す。
 ⑧終了音が鳴ったら、できあがり。(加熱終了)
 ※やけどに注意して食品を取り出してください。
 ※加熱が足りないときは…手動調理のオープン210℃で様子を見ながら追加加熱をしてください。→29~30ページ参照

食品の温度や種類によって仕上がりや時間が変わります。様子を見ながら調理してください。

赤飯



材料 (4人分)

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

下準備

- 水タンクに水を入れる。
- あずきは洗って水気を切っておく。
- あずきを鍋で約20分ゆでる。あずきとゆで汁を別々にして十分冷ます。
- もち米は洗ってざるに上げ、よく水気をきる。

作りかた

- ① 耐熱容器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を加えて1時間ひたす。
 - ② ①を庫内中央に置き、自動メニュー28を選んでスタートボタンを押す。
 - ③ お知らせ音が鳴ったら庫内から取り出し、すばやく混ぜ合わせ庫内に戻してスタートボタンを押す。
 - ④ 4. 終了音が鳴ったら、取り出して混ぜ合わせる。(加熱終了)
※ やけどに注意して食品を取り出してください。
※ 加熱が足りないときは… 手動調理のスチーム100℃で様子を見ながら追加加熱をしてください。 →35~36ページ参照
- ※ 水タンクに水がなくなり、「水確認」が点滅して一時停止した場合はタンクに給水して、スタートボタンを押してください。調理を続けます。

ふかしいも



材料 (4人分)

- さつまいも(太さ3~5cm)……………4本

下準備

- 水タンクに水を入れる。

作りかた

- ① さつまいもは洗って、水分を拭き取る。フォークで数ヶ所穴をあけて、角皿に網を置きさつまいもを並べる。
 - ② 角皿を下段にセットし、自動メニュー30を選びスタートボタンを押す。
 - ③ タンクの水がなくなると、「水確認」表示が点灯し、一時停止します。水タンクへ給水後、再度スタートボタンを押す。
 - ④ 終了音が鳴ったら、できあがり。(加熱終了)
※ やけどに注意して食品を取り出してください。
- ※ 加熱が足りないときは… 手動調理のスチーム100℃で様子を見ながら追加加熱をしてください。 →35~36ページ参照
- ※ 水タンクに水がなくなり、「水確認」が点滅して一時停止した場合はタンクに給水して、スタートボタンを押してください。調理を続けます。

茶碗蒸し



材料 (4人分)

- 卵……………2個
- 白だし……………300mL (茶碗蒸し用にうすめた白だし)
- みりん……………小さじ2
- お好みの具

下準備

- 水タンクに水を入れる。

作りかた

- ① 卵2個をよく溶きほぐして、白だしとみりんを加え混ぜてからこす。
 - ② 茶碗蒸しの容器にお好みの具を入れ、卵液を4等分にして入れて、フタをさす。
 - ③ 角皿に並べて下段にセットし、自動メニュー29を選んでスタートボタンを押す。
 - ④ 加熱終了後、様子を見て大丈夫なら、庫内で10分蒸らして、やけどに注意しながら、取り出す。
※ 加熱が足りないときは… 手動調理のスチーム100℃で様子を見ながら追加加熱をしてください。 →35~36ページ参照
- ※ 水タンクに水がなくなり、「水確認」が点滅して一時停止した場合はタンクに給水して、スタートボタンを押してください。調理を続けます。

柔らかいか蒸し



材料 (2人分)

- いか(小)……………2杯
- しょうが(すりおろし)……………適量
- しょうゆ……………適量
- だいこんおろし……………適量
- ★水……………大さじ3
- ★料理酒……………大さじ3

下準備

- 水タンクに水を入れる。
- だいこんはすりおろし、ふきんで少し水分をしぼる。

作りかた

- ① いかはさばいて胴と足に分け内臓と胴の軟骨を取り、足は足先をカットして、流水で洗う。
 - ② 耐熱容器にいかを入れ★マークをふり入れる。
 - ③ 角皿に網を置き、②の容器ごとのせる。
 - ④ 角皿を下段にセットし、自動メニュー31を選んでスタートボタンを押す。
 - ⑤ 加熱終了後、いかを食べやすい大きさに切り、器に盛りだいこんおろしを添える。しょうがとしょうゆを添える。
- ※ やけどに注意して食品を取り出してください。
- ※ 加熱が足りないときは… 手動調理のスチーム80℃で様子を見ながら追加加熱をしてください。 →35~36ページ参照
- ※ 水タンクに水がなくなったら、「水確認」が点滅します。

食品の温度や種類によって仕上がりや時間が変わります。様子を見ながら調理してください。

肉団子の蒸し煮



材料 (2人分)

豚ひき肉……………200g
しょうが(すりおろし)……………10g
ねぎ(みじん切り)……………1/3本
チンゲンサイ……………2株(300g)
中華スープ……………300mL

★酒……………小さじ2
★片栗粉……………小さじ2
★ごま油……………小さじ2
★塩・こしょう……………少々
☆酒……………大さじ2
☆砂糖……………小さじ1
☆しょうゆ……………大さじ1 1/2

下準備

- 水タンクに水を入れる。

作りかた

- ①チンゲンサイは根元を少し切り落として外葉をはがし半分にカットする。小さくなった芯部分は縦半分に切る。
- ②ボールに豚ひき肉を入れ、粘り気が出るまで手で混ぜる。
- ③②)にみじん切りのねぎ・すりおろししょうがに★マークを全部入れ、さらに混ぜる。

- ④③)を一口大にキャッチボールしながら空気を抜き、丸く成形し、耐熱容器等に入れ、中華スープと☆マークを加える。その上にチンゲンサイをのせる。
- ⑤角皿に網を置き、耐熱容器をのせて下段にセットし、自動メニュー32を選んでスタートボタンを押す。
- ⑥終了音が鳴ったら、できあがり。(加熱終了)

※やけどに注意して食品を取り出してください。
※加熱が足りないときは…
手動調理のスチーム100℃で様子を見ながら追加加熱をしてください。
→35~36ページ参照
※水タンクに水がなくなり、「水確認」が点滅して一時停止した場合はタンクに給水して、スタートボタンを押してください。調理を継続します。

シュウマイ



材料 (16個分)

豚ひき肉……………140g
片栗粉……………大さじ1
干しいたけ……………1枚
玉ねぎ(みじん切り)……………50g
シューマイの皮(市販品)……………16枚

(調味料)
★塩・こしょう……………少々
★しょうゆ・砂糖・酒……………各大さじ1/2
★ごま油……………少々
★生姜(すりおろし)……………小さじ1

下準備

- 水タンクに水を入れる。
- 干しいたけは戻してみじん切りにする。
- 玉ねぎはみじん切りにしてレンジ500Wで1分間加熱して、冷ましておく。

作りかた

- ①ひき肉に干しいたけ(みじん切り)と★調味料を加え、よく練り合わせる。
- ②①)に加熱した玉ねぎ・片栗粉を加えて混ぜ合わせる。
- ③親指と人差し指で輪を作り皮を置き、中央に具をのせて包みこむようににぎり、円柱状に包む。ヘラ(スプーン)で表面を平らに形を整える。
*薬指と小指で底面を支えると形が作れます。

- ④角皿に網を置き、クッキングシートを敷きシュウマイを中央に寄せて並べる。
 - ⑤角皿を下段にセットし、自動メニュー33を選んでスタートボタンを押す。
 - ⑥終了音が鳴ったら、できあがり。(加熱終了)
- ※やけどに注意して食品を取り出してください。

⑦お好みでしょうゆ、ねぎがらしを添える。
※加熱が足りないときは…
手動調理のスチーム100℃で様子を見ながら追加加熱をしてください。
→35~36ページ参照
※水タンクに水がなくなり、「水確認」が点滅して一時停止した場合はタンクに給水して、スタートボタンを押してください。調理を継続します。

小籠包



材料 (17個分)

豚ひき肉……………140g
干しいたけ……………2枚
長ねぎ……………10g
粉ゼラチン……………3g
餃子の皮(大判)……………17枚

★鶏ガラスープの素……………小さじ1/2
★水……………70mL
☆塩……………少々
☆ごま油……………小さじ1
☆しょうゆ……………小さじ1
☆酒……………小さじ1
☆オイスターソース……………小さじ1/2
☆しょうが(すりおろし)……………小さじ1

下準備

- 水タンクに水を入れる。
- 干しいたけは戻してみじん切り。
- 長ねぎはみじん切り。

作りかた

- ①耐熱容器に★マークを全部入れ、レンジ600Wで1分加熱する。
- ②加熱後、ゼラチンを加えてしっかり溶かし、バットに流し冷蔵庫で冷やし固める。固まったらフォークでくずす。
- ③干しいたけと長ねぎのみじん切りをボールに入れ、ひき肉と☆マーク全部を入れて、粘りがでるまでこねる。ラップをして冷蔵庫で30分寝かせる。
- ④③)に②)を入れてヘラで混ぜ合わせる。(固めたゼラチンが溶けないようにヘラを使用)

- ⑤餃子の皮の中央に④)のをせ、皮の周囲に水をつける。右手の親指と人差し指でひだを作り左手で回しながら、ひだを寄せてつまみ一方方向にねじって閉じる。
- ⑥角皿に網を置き、クッキングシートを敷いて、⑤)の閉じた方を上にして並べる。
- ⑦⑥)を下段にセットし、自動メニュー34を選んでスタートボタンを押す。

※作り方①)②)のゼラチンを冷蔵庫で冷やし固めるのに時間がかかります。早めの調理をお願いします。(目安として約1時間前後)
※加熱が足りないときは…
手動調理のスチーム100℃で様子を見ながら追加加熱をしてください。
→35~36ページ参照
※水タンクに水がなくなり、「水確認」が点滅して一時停止した場合はタンクに給水して、スタートボタンを押してください。調理を継続します。

鶏ハム



材料 (4人分)

鶏むね肉(皮なし)……………1枚(250g)
砂糖……………大さじ1

塩……………小さじ1
ハーブ・黒こしょう……………お好みで

下準備

- 水タンクに水を入れる。
- 鶏肉の余分な脂を取り除き、厚さが均一になるように親音開きにして、両面をフォークで軽く刺して縦に2等分する。
- 鶏肉の両面に砂糖・塩の順にすり込み、ビニール袋に入れ空気を抜いて、口を閉じて冷蔵庫で1時間以上寝かせる。

作りかた

- ①袋から鶏肉を取り出し、ボールに入れ流水にさらしながらよく洗い塩抜きをする。
- ②ラップを敷いて、その上に水気を拭き取った鶏肉をくるくると巻いたら、(お好みでラップにハーブ・黒こしょうをふっておく)ラップを空気が入らないようにしっかりと包み両端をキャンデー状に片結びをして縛る。(直径約3~3.5cmの棒状にする)
- ③角皿に網を置き②)を並べて下段にセッ

- トし、自動メニュー35を選んでスタートボタンを押す。
 - ④終了音が鳴ったら、できあがり。(加熱終了)
- ※やけどに注意して食品を取り出してください。
- ⑤できあがり、竹串を刺して肉汁が濁っていなかったら粗熱を取りラップに包んだまま冷蔵庫で冷やす。

⑥冷蔵庫から取り出し、食べやすい大きさに切ります。
※加熱が足りないときは…
手動調理のスチーム80℃で様子を見ながら追加加熱をしてください。
→35~36ページ参照
※水タンクに水がなくなったら、「水確認」が点滅します。

クッキー



角皿(下段)

オープン 自動メニュー 36



材料 (直径約5cmのもの18枚分)

薄力粉……………120g グラニュー糖……………40g
無塩バター……………50g 塩……………少々
卵黄……………Mサイズ1個分

下準備

- バターは厚さ1cmに切り、卵黄はラップをかけて、ともに室温に30分ほどおく。
- 薄力粉は、ふるいにかけておく。
- クッキングシートを角皿の大きさに合わせて切っておく。

作りかた

- ① ボールにバターを入れ、泡だて器でなめらかなクリーム状になるまでよく練り混ぜる。
- ② ①にグラニュー糖と塩少々を一度に加え、ふわっとして白っぽくなるまでよくすり混ぜる。
- ③ ②に卵黄を加えてなめらかになるまで混ぜ合わせ、まんべんなく混ぜたら、ふるいにかけて薄力粉を加える。
- ④ ゴムべらで混ぜ合わせ、粉っぽさがなくなり、全体がしっとりとしたそばろ状態になるまで混ぜ合わせる。
- ⑤ 生地をひとつにまとめ、ラップに包み四角く形を整える。冷蔵庫で30分以上休ませる。
- ⑥ 自動メニュー36を選んでスタートボタンを押す(予熱開始)
- ⑦ 生地を麺棒で厚さ4~5mmにのばし、直径5cmくらいの丸型で抜く。
- ⑧ クッキングシートを敷いた角皿に、型抜きしたクッキー生地を並べる。
- ⑨ お知らせ音が鳴り、予熱が終了したら角皿を下段にセットし、スタートボタンを押す。
- ⑩ お知らせ音が鳴り、一時停止したら角皿の手前と奥を入れ替えて庫内に戻し、スタートボタンを押す。
- ⑪ 焼きあがったら、ケーキクーラー(または網)の上で冷ます。

※加熱が足りないときは…
手動調理のオープン170℃で様子を見ながら追加加熱をしてください。
→29~30ページ参照

スポンジケーキ



角皿(下段)

オープン 自動メニュー 37



材料 (直径18cm)

薄力粉……………90g 卵……………3個
砂糖(上白糖使用)……………90g 牛乳……………大さじ1
バター……………15g バニラエッセンス……………少々

下準備

- 直径18cmの金属製型にバター(分量外)を薄くぬり、クッキングシートを敷く。
- 卵を室温に戻しておく。

作りかた

- ① ボールに室温に戻した卵を入れ、ハンドミキサーで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まで泡立てたら、バニラエッセンスを加える。
- ② バターと牛乳を耐熱容器に入れ手動調理のレンジ200Wで1分加熱する。
- ③ 自動メニュー37を選んでスタートボタンを押す(予熱開始)
- ④ ①に薄力粉をふるい入れ、粉がなくなるまでヘラで切るようにさっくりと混ぜる。(練ってしまうと膨らみが悪くなります)生地に②を加え手早く混ぜる。
- ⑤ ④を型に流し込み、型をトントンと数回落として空気を抜く。
- ⑥ お知らせ音がなり、予熱が終了したら、角皿にのせた型を下段にセットし、スタートボタンを押す。
- ⑦ 焼きあがりは、竹串などを中央に刺し生の生地がついてこなければできあがり。焼きあがれば、すぐに20~30cmの高さから落として空気を抜いた後、底が上になるように型から外して、ケーキクーラー(または網)の上で冷ます。

※加熱が足りないときは…
手動調理のオープン160℃で様子を見ながら追加加熱をしてください。
→29~30ページ参照

プリン



角皿(下段)



水タンク給水

スチーム 自動メニュー 38



材料 (4個分)

卵……………2個
牛乳……………200mL
砂糖……………50g
バニラエッセンス……………少々

カラメルソース
砂糖……………50g
水……………30mL

下準備

- 水タンクに水を入れる。
- 卵は室温に戻しておく。

作りかた

- ① 牛乳を大きめの耐熱容器に入れレンジ手動調理の600Wで20秒加熱する。
- ② ボウルに卵を入れ泡立て器でよく溶きほぐす。①と砂糖を加えさらに混ぜ合わせ、バニラエッセンスを加える。
- ③ 茶こしでこしながら、耐熱性のプリンの型に流し入れ、アルミホイルでフタをする。
- ④ 角皿にのせて、下段にセットし、自動メニュー38を選んでスタートボタンを押す。
- ⑤ 終了音が鳴ったら、できあがり。(加熱終了)
※ やけどに注意して食品を取り出してください。
- ⑥ カラメルソースを作る。
①小鍋にカラメルソース用砂糖を入れ弱火で耐熱性のヘラで混ぜながら、カラメル色になったら火からおろす。

②①のカラメル色の砂糖に水を入れ混ぜ合わせたらプリンにかける。

⑦ 粗熱を取り、冷蔵庫で冷やす。

※加熱が足りないときは…
手動調理のスチーム100℃で様子を見ながら追加加熱をしてください。
→35~36ページ参照

※水タンクに水がなくなり、「水確認」が点滅して一時停止した場合はタンクに給水して、スタートボタンを押してください。調理を続けます。

故障かな？と思ったら

修理を依頼される前に、次のことをお確かめください。

症状	確認してください	処置の方法
運転しない	電源プラグが抜けていませんか？	電源プラグをコンセントに確実にさし込んでください。
	ブレーカーが切れていませんか？	安全を確認し、電源ブレーカーを入れてください。
	表示部に「E」が表示されていますか？	ドアを開けると「電源入り」の状態となり、表示部が点灯し「E」を表示します。
加熱中に電源が切れる (ブレーカーが切れる)	使用できる電気の容量を超えていませんか？	交流100V・定格15Aのコンセントを単独でご使用ください。 他の電気製品の電源を切るなど、使用できる電気容量を超えないようにしてください。
動作・加熱しない	ドアが確実に閉められていますか？	ドアを確実に閉めてください。
スチーム加熱しない 「水確認」が表示される	水タンクの水が不足していませんか？	水タンクに一杯まで給水してください。 (➡12ページ)
	水タンクが確実に取り付けられていますか？	水タンクを確実に取り付けてください。 (➡12ページ)
ボタンの操作音が鳴らない	消音モードになっていませんか？	とりけしボタンを3秒間押しして消音モードを解除してください。(➡9ページ)
1分ごとに「ピッ、ピッ、ピッ、ピッ、ピッ」と鳴る	加熱終了後、ドアを開けて食品を取り出しましたか？	加熱終了後、ドアを開けるとお知らせ音が止まります。(➡9ページ)
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	加熱を自動でコントロールするときの音で、故障ではありません。	
加熱中に「カチカチ」と音がする	加熱を自動で切り替えるときの音で、故障ではありません。	
加熱終了後に「ブーン」と音がする	冷却用のファンが回っている音で、故障ではありません。 ファンが回っているときは、電源プラグを抜かないでください。 加熱終了後(表示部に「E」を表示)はファンが回っていても加熱は終了しています。	
煙が出る いやなおいがする	購入後に空焼きをしましたか？	空焼きを行ってください。(➡11ページ)
	庫内やドアに、調理物や煮汁などの油・液体が付着していませんか？	お手入れを行ってください。(➡37ページ)
	加熱時間を長く設定していませんか？	加熱時間を短めに設定してください。
	少量の食品を加熱していませんか？	食品の量を増やしたり、仕上がりの強弱・出力・加熱時間を調節してください。

症状	確認してください	処置の方法
レンジ加熱時に火花が出る	金属容器やアルミホイルを使用していませんか？	金属容器やアルミホイルを使用しないでください。(➡6ページ)
	金粉・銀粉などの飾りのついた容器を使用していませんか？	金粉・銀粉などの飾りのついた容器を使用しないでください。(➡6ページ)
	庫内が調理物などで汚れていませんか？	お手入れを行ってください。(➡37ページ)
解凍時、解凍ムラができたり、部分的に煮える	解凍前に食材を常温で放置したり、半解凍された食材を使用しましたか？	食材は、冷凍庫から出してすぐに解凍してください。半解凍された食材は熱の通りかたが異なるため、解凍ムラができやすくなります。
食品があたたまらない	金属容器やアルミホイルを使っていますか？	金属容器やアルミホイルを使用すると熱が反射され、あたたまらなくなります。
	庫内や容器に水滴が付着していませんか？	庫内や容器に付着している水滴を拭きとってください。
	冷凍品を自動メニュー(クイックスタート)であたためていませんか？	冷凍品など、熱が通りにくい食材は手動調理で様子を見ながら加熱してください。
ドアの下部や本体下部から水がもれる	排水トレーが確実に取り付けられていますか？	排水トレーを確実に取り付けてください。(➡38ページ)
	排水トレーに水が溜まったまま使用していませんか？	調理後は排水トレーに溜まった水を捨ててください。(➡38ページ)
ドアがくもり水滴が落ちる	食品から水分や水蒸気が出るがありますが本体には影響ありません。 水滴をふきんなどで拭きとってください。	
スチーム加熱時、庫内に水が溜まる	スチーム加熱時に発生した水蒸気が庫内で結露するため、異常ではありません。 調理のたびに拭きとってください。	
スチーム噴出口より水(無色、または白色)が出る	スチーム加熱使用後、加熱中や加熱後に庫内左側面のスチーム噴出口から、水(無色、または白色)が出てくる場合があります。故障ではありません。 水が白くなるのは、ミネラル分の作用によるものです。拭きとってご使用ください。	

点検後、異常がある場合は、お客様ご自身で修理せずにお買上げの販売店または株式会社ヤマダホールディングス「お客様相談室」にご相談ください。詳しくは、58ページの「修理サービスについて」をご参照ください。

故障かな？と思ったら

故障かな？と思ったら

仕様

仕様

共通仕様	品番	NMW-JV23K
	定格容量	23L
	電源	100V (50/60Hz共用)
	庫内加熱有効寸法	(約) 幅 375 × 奥行き 320 × 高さ 175 (mm)
	製品外形寸法	(約) 幅 468 × 奥行き 384 (433*1) × 高さ 338 (mm)
	電源コード	約1.5m
	質量	約16.5kg
電子レンジ	付属品	角皿・網・メニューシール (1枚) ・クイックマニュアル (1部)
	定格消費電力	1430W
	高周波出力	1000W *2
グリル	発振周波数	2450MHz
	定格消費電力	1420W
オーブン	ヒーター出力	1400W
	定格消費電力	1420W
	ヒーター出力	1400W
	温度調節	オープン:100~250℃*3 / 発酵:35・40℃

*1…()内は、ドア取っ手を含む奥行き寸法です。


*2…定格高周波出力1000Wは短時間高出力機能(約3分間)であり、定格連続高周波出力は600Wに自動的に切り替わります。

*3…オープン 250℃での運転時間は約 4 分であり、自動的に 210℃に切り替わります。

消費電力量の目安	
区分名	D
電子レンジ機能の年間消費電力量	55.7kWh/年
オーブン機能の年間消費電力量	14.4kWh/年
年間待機時消費電力量	0.0kWh/年
年間消費電力量	70.1kWh/年

- 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のことです。
- 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。
- 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。
※電源プラグをコンセントに接続した状態で、表示部が消灯しているとき(待機時)の消費電力は0Wです。
- 仕様は改良のため予告なく変更することがあります。
- この製品は、海外ではご使用になれません。FOR USE IN JAPAN ONLY

愛情点検 長年ご使用のスチームオープンレンジの点検を！



こんな症状はありませんか

- 本体が変形したり、異常に熱い。
- 電源コードや電源プラグが変形・変色・損傷している。
- 電源コードの一部や電源プラグがいつもより熱い。
- 電源プラグや電源コードを動かすと通電したり、しなかったりする。
- 異常なおいや音、振動がする。
- ドアに著しいガタや変形がある。
- ビリビリと電気を感ずる。

こんなときは

→

使用を中止してください。

故障や事故防止のため、電源プラグを抜いて、必ずお買上げの販売店に点検をご相談ください。

こんなことはありませんか

電源プラグにホコリやゴミが溜まっている。

→

ホコリやゴミを取り除いてください。

修理サービスについて

(1) 保証書

- この製品には、保証書がついています。保証書は、お買上げの販売店で『販売店名・お買上げ日』等の記入をご確認のうえ、内容をよくお読みのと、大切に保管してください。なお、製品の修理以外の保証はいたしかねます。保証期間は、お買上げ日より本体 1 年間です。

(2) 修理を依頼される時

- 保証期間中は内部機構をさわらずに(保証期間外の場合でも内部はさわらないでください) お買上げの販売店に修理をご依頼ください。保証書の記載内容により修理いたします。保証書のご提示なき場合、有料修理となることがあります。
- 保証期間が過ぎているときはお買上げ販売店または株式会社ヤマダホールディングス「お客様相談室」にご相談ください。修理により使用できる場合は、お客様のご要望により有料修理いたします。

(3) 補修用性能部品の保有期間

このスチームオープンレンジの補修用性能部品(製品の機能を維持するために必要な部品)の保有期間は、製造打切後5年です。

(4) ご使用中ふだんと変わった状態になりましたら、ただちにご使用を中止し、お買上げの販売店に点検・修理をご依頼ください。

- お客様ご自身での分解・修理は危険です。修理には特殊な技術が必要です。

(5) 修理サービスについてご不明な場合

- 修理サービスや製品についてのご相談は、お買上げの販売店または株式会社ヤマダホールディングス「お客様相談室」にお問い合わせください。
- ご転居やご贈答品等でお困りの場合は、株式会社ヤマダホールディングス「お客様相談室」にお問い合わせください。

株式会社ヤマダホールディングス

お客様相談室や保証書におけるお客様の個人情報のお取り扱いについて

- お客様相談室でお受けした個人情報、保証書にご記入いただいた個人情報は、商品、サービスに関わるご相談・お問い合わせおよび修理の対応のみを目的として用います。なお、この目的のために株式会社ヤマダホールディングスおよび関係会社で上記個人情報を利用することがあります。
- 上記目的の範囲内で対応業務を委託する場合、委託先に対しては株式会社ヤマダホールディングスと同等の個人情報保護を行わせると共に、適切な管理・監督をいたします。

愛情点検・修理サービスについて