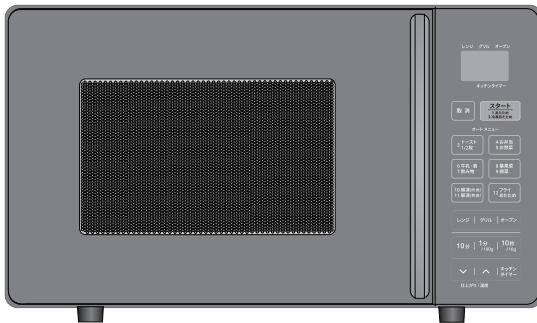


- 業務用として使用しないでください。
- 他の用途でのご使用はしないでください。思わぬ事故の原因になります。

家庭用

# オープンレンジ YRS-F160V



## もくじ

- 安全上のご注意……………①～⑤
- 設置……………⑥
- 各部の名称・準備……………⑦～⑧
- から焼きをする……………⑨
- 使える容器・使えない容器……………⑩
- あたため/冷凍あたため……………⑪
- 加熱の目安……………⑫
- オートメニュー……………⑬～⑱

トーストを焼く、お弁当・お惣菜をあたためる、飲み物をあたためる、野菜をゆでる、解凍する、フライをあたためる

- 手動調理 レンジを使う……………⑲
- レンジを上手に使うポイント……………⑳
- レンジ加熱の目安……………㉑
- 手動調理 グリルを使う……………㉒
- 手動調理 オープンを使う(予熱あり)……………㉓
- 手動調理 オープンを使う(予熱なし・発酵)……………㉔
- レシピ……………㉕～㉘
- 加熱のしくみ……………㉙
- 便利な機能……………㉚
- お手入れのしかた……………㉛
- 故障かな?と思ったら……………㉜～㉞
- 点検……………㉟
- 仕様……………㊱
- アフターサービスについて……………㊲
- 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

最新情報はオリジナルブランドページ

**YAMAZEN BOOK** を  
チェック!






随時情報を更新中!

- ・このたびは、弊社オープンレンジをお買い上げいただきまして、誠にありがとうございました。
- ・ご使用前に、この取扱説明書を必ずよくお読みになり、正しく安全にお使いください。
- ・お読みになった後は大切に保管してください。

# 安全上のご注意

必ずお守りください

お使いになる人や他の人への危害、財産への損害を未然に防止するため、安全に関する内容を記載しています。内容をよく理解して記載事項をお守りください。

|   |           |                                 |
|---|-----------|---------------------------------|
|  | <b>危険</b> | 誤った取り扱いをしたときに死亡や重傷に結びつく可能性が高いもの |
|  | <b>警告</b> | 誤った取り扱いをしたときに死亡や重傷に結びつく可能性のあるもの |
|  | <b>注意</b> | 誤った取り扱いをしたときに傷害または物的損害に結びつくもの   |

## 図記号の説明



禁止

禁止 (してはいけないこと) を示します。具体的な内容は図記号の中や文章で示します。



指示

指示する行為の強制 (必ずすること) を示します。具体的な内容は図記号の中や文章で示します。



注意

注意を示します。具体的な内容は図記号の中や文章で示します。

## 危険



禁止

穴やすき間に金属物を入れない。自分で絶対に分解・修理・改造をしない  
感電・発火のおそれがあります。修理はお買い上げの販売店にご相談ください。

## 警告



禁止

すき間からピンや針金など、異物を入れない  
高圧部があり、感電や異常動作して、けがの原因になります。

## ■設置する時



禁止

不安定な場所、燃えやすいものの近くや、本体周囲に熱がこもる環境で使用しない

新聞紙など本体の給排気口をふさぐようなものの上や、じゅうたん・畳・ビニールシート・樹脂などの上では使用しないでください。火災・やけどの原因になります。



必ず守る

使用前に梱包材は全て取り除く

変形・発火・火災の原因になります。また、取り除いた梱包材は、乳幼児の手の届くところに置かないでください。ポリ袋や箱に入り窒息の原因になります。



禁止

吸気口や排気口をふさいだり、布やカバーをかけて使用しない

故障の原因になります。



禁止

水のかかる所や湿気の多い所、また火気の近くでは使用しない

感電や漏電の原因になります。



必ず守る

設置の際は、アース線を実際に取り付ける

故障や漏電のときに感電する原因になります。※アース取り付けはP6を参照してください。

# 警告

## ■電源プラグ・電源コードなどは



禁止

電源コードを傷つけたり、無理に曲げたり、引っ張ったり、ねじったり、たばねたり、重いものをのせたり、挟み込んだり、加工したりしない

電源コードが破損し、火災・感電の原因になります。



ホコリをとる

電源プラグの刃、刃の取付面やコンセントにホコリが付いているときは乾いた布でふき取る

火災の原因になります。



禁止

電源プラグや電源コードが傷んだり、コンセントの差し込みがゆるいときは使わない

感電・ショート・発火の原因になります。



交流100V  
15A以上

電源は交流100Vで定格15A以上のコンセントを単独で使う

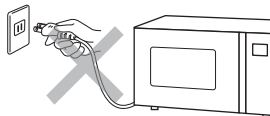
交流100V以外で使ったり、コンセントを他器具と併用すると火災・感電の原因になります。



禁止

使用中に電源プラグを抜き差ししない

火災や感電、故障の原因になります。



根元まで差し込む

電源プラグは、根元まで確実に差し込む

感電・ショート・発火の原因になります。



濡れ手禁止

濡れた手で電源プラグの抜き差しをしない

感電やけがの原因になります。



プラグを持って抜く

電源プラグを抜くときは電源コードを持たずに、必ず先端の電源プラグを持って引き抜く

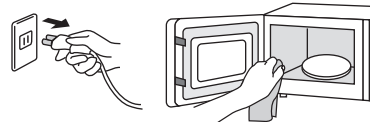
感電やショートして発火する原因になります。



プラグを抜く

お手入れの際は、電源プラグをコンセントから抜いて本体が冷めてから行う

感電やけが、やけどの原因になります。



プラグを抜く

異常時は、運転を停止して電源プラグを抜く

異常のまま運転を続けると火災・感電の原因になります。運転を停止してお買い上げの販売店にご相談ください。

【異常・故障例】

- ・電源コードやプラグが異常に熱くなる。
- ・自動的に電源が切れないことがある。
- ・ドアに著しいガタつきや変形がある。
- ・使用中に異常な音やにおいがする。
- ・スパーク(火花)または煙が出ることもある。
- ・触れると電気を感じる。



プラグを抜く

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

ホコリがたまり発煙、発火の原因になります。

## 警告



### 食品や飲料を加熱しすぎない

食品が発煙・発火したり、飲料は突然沸騰して、やけどの原因になります。少量の加熱時や油脂の多い食品・液体、イモなどの根菜類の加熱には注意してください。



### おしぼりやタオルの温めや衣類の乾燥など調理目的以外の使用はしない

過熱や異常動作による発火、やけどの原因になります。



### 子供だけで使ったり、幼児の手の届く所で使わない

感電やけが、やけどの原因になります。



### 庫内に付着した油や食品カス等は、こまめに掃除する

必ず守る

火花が飛び、発火や発煙の原因になります。食品カス等がたまと発火の原因になります。



### 100g未満の食品は自動調理で加熱しない

禁止

過加熱となり食品が発火する原因になります。



### 食品以外は加熱しない

禁止

衣類、布類、レンジ加熱用湯たんぽ、哺乳瓶消毒容器、玩具などは加熱しないでください。

## ■加熱時の破裂を防ぐために



### 次のものはレンジ加熱のときに注意する

必ず守る

|  |   |  |
|--|---|--|
| <p>膜や殻のあるもの</p> <p>破裂してけが、やけどの原因になります。切れ目や割れ目を入れてください。</p>     | <p>蓋のある容器</p> <p>破裂してけが、やけどの原因になります。蓋を外してください。</p>    | <p>生卵やゆで卵</p> <p>破裂してけが、やけどの原因になります。ほぐしてから加熱してください。</p>  |
| <p>ガラス瓶、哺乳瓶、缶詰</p> <p>容器が割れてけが、やけどの原因になります。耐熱容器に入れ替えてください。</p> | <p>アルミ箔、金属製食器、金箔等の装飾食器</p> <p>火花が出て発煙、発火の原因になります。</p> | <p>袋入りの食品</p> <p>脱酸素剤</p> <p>破裂してけが、やけどの原因になります。袋から取り出して加熱してください。また、脱酸素剤などは、必ず取り出してください。発煙・発火するおそれがあります。</p> |

## ⚠ 注意



必ず守る

レンジ加熱したラップを外すときは、ゆっくり外す

蒸気が一気に出て、やけどの原因になります。



禁止

本体が転倒、落下したときは外部に損傷がなくても使用しない

感電や電磁波漏れのおそれがありますので、お買い上げの販売店にご相談ください。



水ぬれ禁止

水につけたり、水をかけたりしない

ショート・感電の原因になります。



禁止

ドアにぶらさがったりして無理な力をかけたり、物をはさんだまま使用しない

電磁波漏れによる障害が起きることがあります。



禁止

加熱台に衝撃を加えたり、熱い状態で水をかけたりしない

破損の原因になります。



禁止

本体の上に物を置かない

熱で焦げたり変形するおそれがあります。



禁止

可燃性スプレーを使ったり、燃えやすいものを近くに置かない

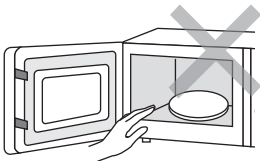
引火してやけどや火災の原因になります。

## ■ オープン・グリル加熱のとき



禁止

加熱中や加熱後しばらくは高温のため庫内や本体には触れない  
(ドアのハンドルや操作部は除く)

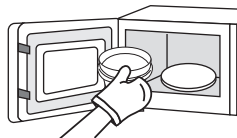


やけどの原因になります。



必ず守る

食品の出し入れは、ミトンを使う



やけどの原因になります。  
また、破れたり濡れたミトンは使わないでください。



禁止

調理後の角皿は、本体の上や熱に弱いものの上に置かない

焦げたり、変形する原因になります。



必ず守る

お手入れは、本体や庫内が冷めてから行う

やけどの原因になります。

## ⚠ 注意



### 庫内が、から（食品なし）のまま作動させない

異常高温になり、やけどや発火、故障の原因になります。（P9のから焼きを除く）



### 食品が燃え出したときは、ドアを開けない

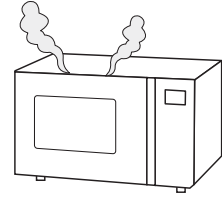
酸素が入り、勢いよく燃えます。

【次の処置をしてください】

1. ドアを閉めたまま、「取消」ボタンを押す。
2. 電源プラグを抜く。
3. 燃えやすいものを本体から遠ざけ、鎮火するのを待つ。

■鎮火しない場合は、水や消火器で消火してください。

■そのまま使用せずに、必ずお買い上げの販売店に点検をご依頼ください。



## 調理のときのお願い

### ■自動加熱のとき

#### ●加熱が足りないときは、手動加熱を使う

自動加熱を使うと、もう1度始めから加熱することになり、食品が焦げたり、発火することがあります。

#### ●繰り返し加熱するときは仕上がり温度調節ボタンを使い、様子を見ながら加熱する

庫内が熱い場合は、うまく仕上がらないことがあります。

#### ●記載の材料・分量を守る

材料や分量を変えるときは、手動加熱で様子を見ながら加熱してください。

### ■レンジ加熱のとき

#### ●金属類は、絶対に使用しない

火花が出て、機器を傷めたり、付属品が破損することがあります。

#### ●根菜などの少量加熱は、必ず浸るぐらいの水を入れる

少量（100g以下）の加熱は、火花の発生や食品が焦げたりして、故障の原因になります。

### ■オーブン・グリル加熱のとき

#### ●ラップやプラスチック容器を使わない

溶けたり、発火するため使えません。

#### ●できあがったら、すぐに庫内から取り出す

余熱で焼きすぎることになります。

### ■すべての加熱について

#### ●換気をしながら調理する

煙が多く出る場合があります。

#### ●食品は、庫内中央に均等に置いて加熱する

庫内端に置いて加熱すると、過加熱や突沸のおそれがあります。

#### ●繰り返し加熱するときは仕上がり温度調節ボタンを使い、様子を見ながら加熱する

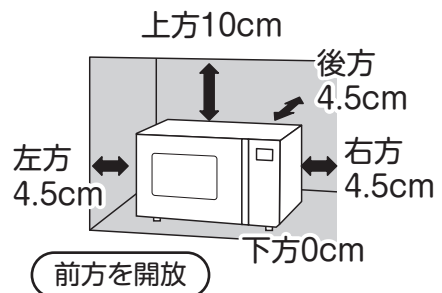
庫内が熱い場合は、うまく仕上がらないことがあります。

#### ●容器など、それぞれの加熱に合ったものを使う

#### ●少量の食品のとき（100g未満）は、自動で加熱しない

# 設置

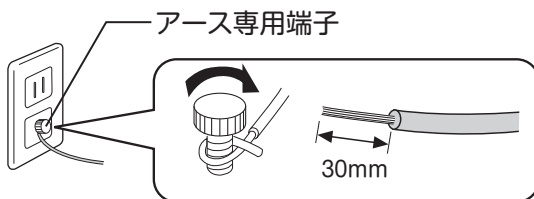
- 壁や家具などの可燃物から、図のように距離を離してご使用ください。
- 窓ガラスがある場合は、排気口から20cm以上離してください。  
(温度差によって割れる場合があります。)
- 図のようなすき間があっても、周りを密閉した状態にしないでください。
- 本体の近くでは、無線機器(無線LANなど)の通信機能が低下することがあります。  
無線機器の取扱説明書などをよくお読みのうえ、ご使用ください。



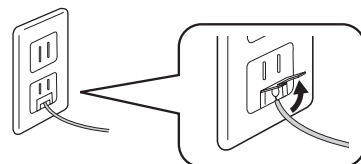
## アースの取り付け

アースを確実に取り付けてください。  
故障や漏電のときに感電するおそれがあります。

### 【アース付きコンセントがある場合】



アース線先端の剥きしろを約30mmに切断して、アース端子に確実に固定してください。



ふたが付いている場合は、ふたを開けて取り付けてください。

### 【アース付きコンセントがない場合】

販売店または電気工事店にご相談いただき、アース工事(D種接地工事)をしてください。

#### ■アース工事(電気工事資格者によるD種接地工事)が必要な場所

- 湿気の多い場所  
土間、コンクリート床、酒やしょうゆなどの醸造・貯蔵所
- 水気のある場所(アースの他に漏電遮断機の設置も必要)  
洗い場など水を扱う場所、水滴の飛び散る場所、地下室など結露のおきやすい場所

#### ■アース線を接続できないもの

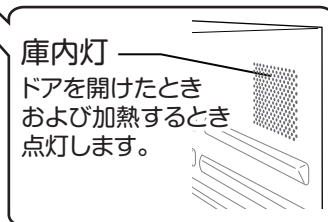
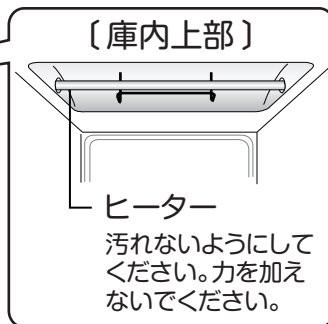
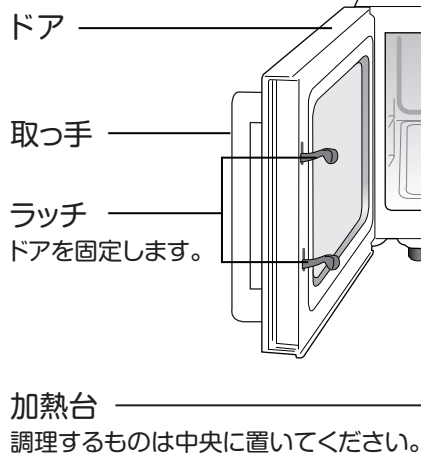
ガス管、水道管、電話線や避雷針のアースには絶対に接続しないでください。

#### 〔 注 意 〕

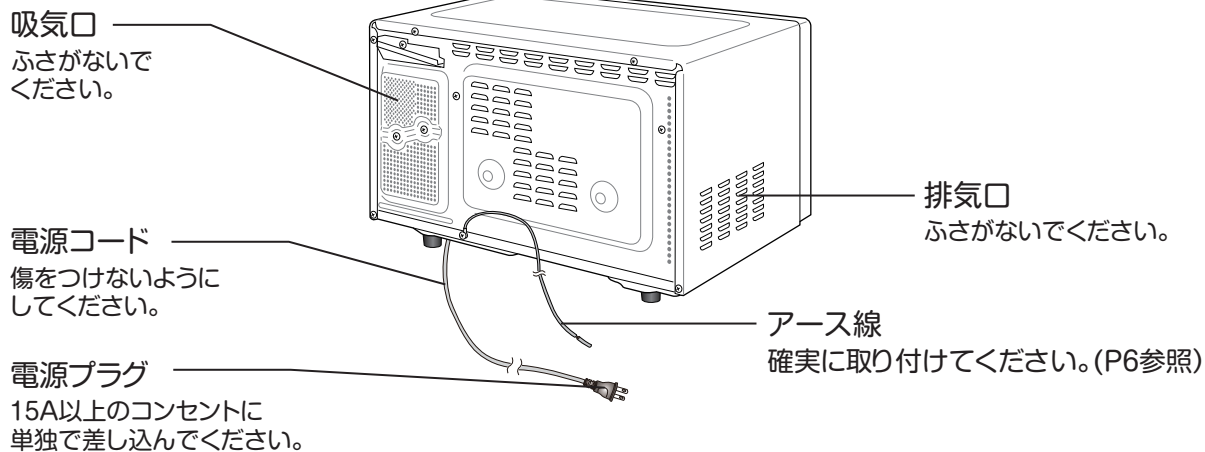
- アース線が本体アース端子に確実に取り付けられているか確認してください。
- 設置場所の変更や転居の際には、再度アースの取り付けをおこなってください。

# 各部の名称

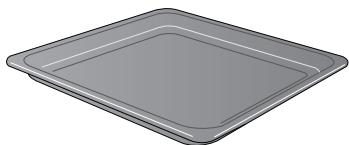
## 【正面】



## 【背面】



## 【付属品】



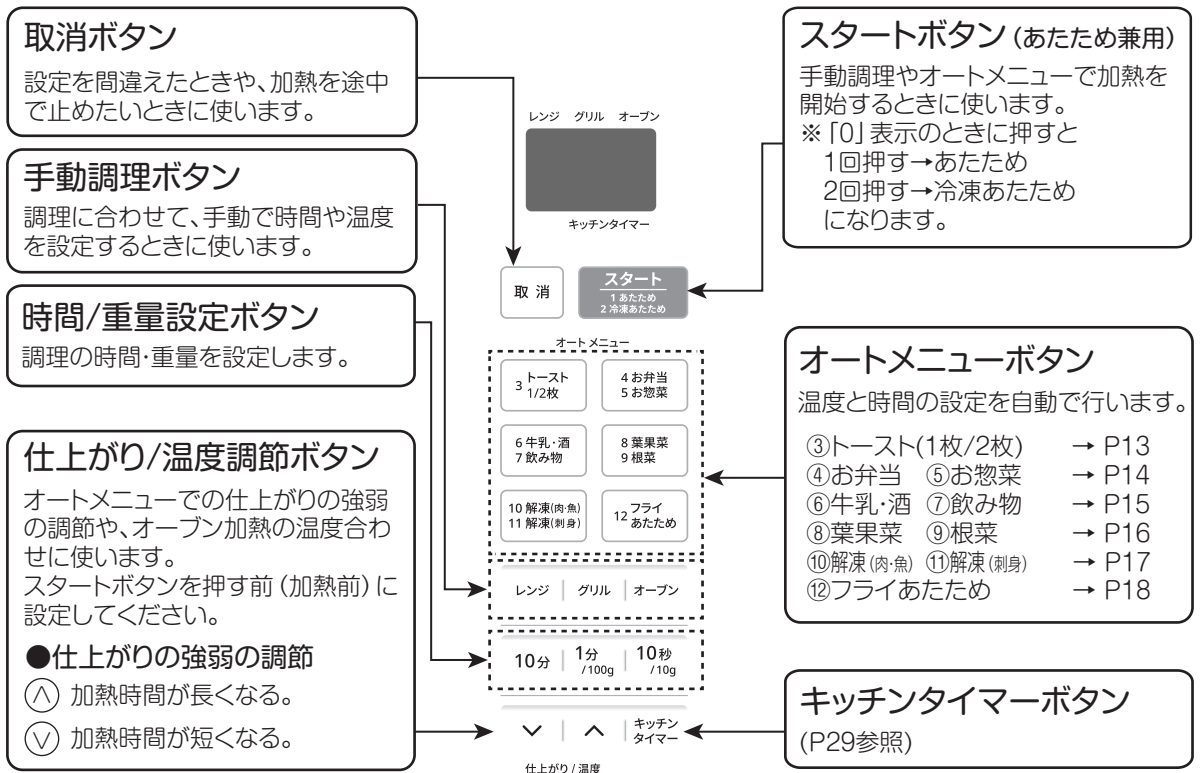
### 角皿

- オープンやグリル調理をするときに使用します。
- レンジには使用しないでください。  
火花が飛んで使用できません。



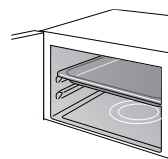
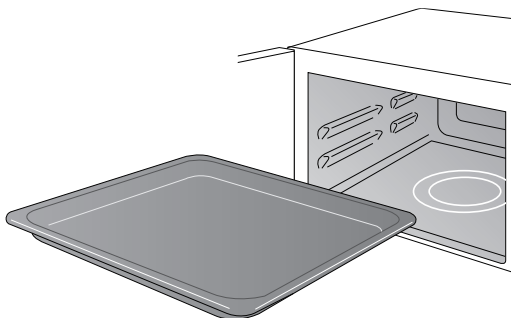
# 各部の名称

## 【操作部】

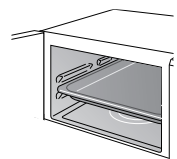


## 準備

- オープンやグリルを使用するときは角皿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。
- レンジを使用するときは、角皿を使用しないでください。



[上段]



[下段]



**注意**

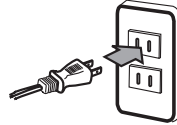
ご使用時には角皿や庫内の汚れをよくふき取ってください。  
発煙、発火のおそれがあります。

# から焼きをする

- 初めて使用する前に、庫内の油分やにおいを取り除くために行ってください。
- 煙やにおいが出ますので、窓を開けたり換気扇を回してください。
- 煙やにおいに敏感なペットなどは、別の部屋に移してください。

## 1 電源プラグをコンセントに差し込む

必ず15A以上のコンセントに単独で差し込んでください。



## 2 ドアを開けて電源を入れる

- 「0」と表示されることを確認してドアを閉めてください。
- 庫内に何も無いことを確認してください。

## 3 「オープン」ボタン押して、次に $\wedge$ を押して200°Cに合わせる

## 4 10分 を2回押して20分に合わせる

レンジ グリル オープン



レンジ グリル オープン



## 5 **スタート** を押す

スタート  
1. あたため  
2. 冷まのため

庫内灯が点灯して、から焼きが始まります。このとき、残り時間が表示されます。

加熱

から焼き完了

- ブザーが鳴って庫内灯が消えます。(ドアを開閉しないと1分ごとにブザーが鳴り、5分後に表示が消えます。)
- 約1分間、冷却ファンが回ります。電源プラグを抜かないでください。「取消」ボタンを押して完了してください。

※続けて調理を行う場合は、ドアを開けて庫内を十分冷ましてから行ってください。

※連続して、から焼きをしないでください。

※庫内が熱くなっていますので、やけどなどにご注意ください。

# 使える容器・使えない容器

○使える容器 ×使えない容器

| 容器の種類  |  | レンジ   | オーブン・グリル                        |
|--------|--|---|---------------------------------|
| ガラス    | ■耐熱性のあるもの                                    | ○ 急に熱したり冷やさないでください。割れるおそれがあります。   | ○ 急に熱したり冷やさないでください。割れるおそれがあります。 |
|        | ■耐熱性のないもの<br>強化ガラス、クリスタルガラス、カットグラスなど         | ×   | ×                               |
| プラスチック | ■耐熱性のあるもの<br>耐熱温度140℃以上または「電子レンジ使用可」の表示があるもの | ○ ●ふた部分だけが熱に弱いものがありますので、ご注意ください。<br>●糖分や油分の多い料理は高温になり、変形したり、溶けたりするため、使えません。<br>●時間をかけすぎると変形することがあります。 | ×                               |
|        | ■熱に弱いもの<br>(耐熱温度140℃未満)                      | ×   | ×                               |
| 陶磁器    | ■陶器、磁器<br>よく確認して使ってください                      | ○ ●ただし、絵付け、ヒビ模様、金や銀の装飾のあるものは、器を傷めたり、火花をおこすので使えません。<br>●急に熱したり冷やすと割れることがあります。                          | ×                               |
|        | ■漆器、竹製品、木製品、紙                                | ×   | ×                               |
| 金属     | ■アルミ、ステンレス、ホーローなどの金属                         | ×   | ○                               |
|        | ■アルミホイル                                      | ×   | ○                               |
| その他    | ■ラップ<br>(耐熱温度140℃以上)                         | ○ ただし、糖分や油分などが多い料理は、高温になり、溶けるため使えません。   | ×                               |
|        | ■特殊な形状の容器                                    | ×   | ×                               |

# あたため/冷凍あたため

表示部に何も表示がないときは、電源が入っていません。ドアを開けると電源が入り、「0」が表示されます。

スタート  
1 あたため  
2 冷凍あたため

は、「0」表示の状態です。押すとあたため/冷凍あたための機能になります。

あたため……ご飯1杯もしくは2杯をあたためるのに適しています。

冷凍あたため……冷凍ごはん1杯もしくは2杯をあたためるのに適しています。

※ご飯1杯の基準量は150gとしています。


※食品により、あたため方は異なりますので、分量は目安としてください。

## 1 食品を庫内に入れる (中央に置いてください)

※飲み物は、加熱しないでください。

飲み物は、 ボタン、または手動調理 (P19参照) であたためてください。

## 2 加熱する

ドアを閉めて  を押してメニュー番号を合わせてください。

約15秒間メニュー表示が点滅した後、加熱が始まり、残り時間が表示されます。

レンジ グリル オープン レンジ グリル オープン



食品150g



食品300g

レンジ グリル オープン



冷凍食品150g

レンジ グリル オープン



冷凍食品300g

※ラップする食品は、ゆとりを持たせて軽にかぶせます。

### ■仕上がりを調整したいとき(メニュー表示点滅中に設定)

∧ 加熱時間が長くなる。

∨ 加熱時間が短くなる。

加熱

できあがり

ブザーが鳴って庫内灯が消えます。(5分後、表示が消えます。)

### ■加熱が足りないとき

手動で、レンジ500W (に設定して様子を見ながら加熱してください。(P19参照)

加熱後のラップは、やけどに気をつけてすぐに外します。(食品・容器の変形の原因)

# 加熱の目安

【あたため】食品は、受皿の中央に置きます。

 の食品は、ラップをします。

| 食品名  |          | 分量                    | ポイント   |
|------|----------|-----------------------|--|
| ごはん物 | ごはん      | 1~4人分<br>(約150~600g)  | 固いときは霧吹きなどで水または酒をかける。                                      |
|      | チャーハン    |                       |  |
|      | どんぶりもの   |                       |  |
| 汁物   | みそ汁      | 1~4人分<br>(約150~600ml) | 加熱後、かき混ぜる。   |
|      | コンソメスープ  |                       |  |
|      | ポタージュスープ |                       |  |
| 焼物   | 焼き魚      | 1~4人分<br>(約100~400g)  | ソース類は、加熱後にかける。<br>(飛び散りや、焦げ付きを防ぐため)                        |
|      | ハンバーグ    |                       |  |
| 揚げ物  | 天ぷら      | 1~4人分<br>(約100~400g)  | 平らな皿に重ならないよう並べる。<br>仕上がりを弱めに設定する。<br>「12 フライ」で加熱する。(P18参照) |
|      | コロッケ     |                       |  |
|      | とんかつ     |                       |  |
| 炒め物  | スパゲティー   | 1~2人分<br>(約100~400g)  | 加熱後、かき混ぜる。   |
|      | 焼そば      |                       |  |
|      | 野菜炒め     |                       |  |
| 蒸物   | シュウマイ    | 1~4人分<br>(約150~600g)  | 平らな皿に重ならないよう並べる。   |
| 煮物   | 煮物       | 1~4人分<br>(約150~600g)  | 加熱後、かき混ぜる。   |
|      | カレー・シチュー |                       | ラップが触れないように深めの耐熱容器に入れる。                                    |

## 【冷凍ものあたため】

| 食品名  |           | 分量                    | ポイント                              |
|------|-----------|-----------------------|-----------------------------------|
| ごはん物 | ごはん       | 1~4人分(約150~600g)      | 耐熱容器に入れて加熱する。                     |
|      | チャーハン     | 1~2人分(約250~500g)      |                                   |
| 汁物   | コンソメスープ   | 1~2人分<br>(約150~400ml) | 加熱後、かき混ぜる。                        |
|      | ポタージュスープ  |                       |                                   |
| 焼物   | ハンバーグ     | 1~4個(約100~400g)       | 仕上がりを強めに設定する。                     |
| 炒め物  | スパゲティー    | 1~2人分<br>(約100~300g)  | 加熱後、かき混ぜる。                        |
|      | 焼そば       |                       |                                   |
| 蒸物   | シュウマイ     | 10~20個(約100~300g)     | 軽く水をかけ、キッチンペーパーなどを敷いた皿に乗せる。       |
| 煮物   | カレー・シチュー  | 1~2人分(約100~400g)      | 加熱後、かき混ぜる。ラップが触れないように深めの耐熱容器に入れる。 |
| その他  | ミックスベジタブル | 約100~300g             | 耐熱容器に入れて加熱する。                     |
|      | さやいんげん    |                       |                                   |

●市販の揚げ調理済みの冷凍フライは、「12 フライ」で加熱すると、カラッと仕上がります。(P18参照)

※少量(100g以下)の場合は加熱できないことがあります。食品の量を増やすか、容器を変えてください。

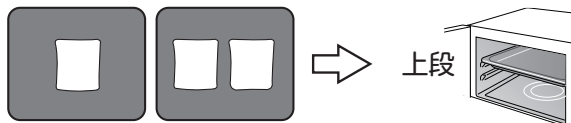
※市販の食品に添付されている脱酸素剤は、絶対に加熱しないでください。高温になり発火して危険です。

表示部に何も表示がないときは、電源が入っていません。ドアを開けると電源が入り、「0」が表示されます。

## 1 食パンを角皿に置いて庫内に入れる

食パンを角皿の中央に置き、庫内の上段にセットしてください。

1度に焼ける枚数：1～2枚



※食パンの大きさや種類によって焼け具合が違います。様子を見ながら時間を調整してください。  
 ※連続して焼くときは、自動メニューを使わないでください。焼け過ぎてしまいますので、手動のグリル調理で行ってください。  
 ※食パンにバターやジャムなどを塗って焼かないでください。発火のおそれがあります。

## 2 メニューと食パンの枚数を決める

ドアを閉めて **トースト 3 1/2枚** を押してください。

1回押すと、「3-1 (1枚)」、2回押すと「3-2 (2枚)」になります。

押すたびに「3-1」と「3-2」が交互に切り換わります。

レンジ グリル オープン レンジ グリル オープン



(例) 食パン1枚

(例) 食パン2枚

## 3 加熱を開始する

スタート  
1 あたため  
2 冷めあため

を押してください。

庫内灯が点灯して、加熱が始まります。

このとき表示部に残り時間が表示されます。

■仕上がりを調整したいとき(加熱前に設定)

△ 加熱時間が長くなります。 ▽ 加熱時間が短くなります。

## 4 食パンを裏返す

① ブザーが鳴ったら、ドアを開けて手早くパンを裏返してください。  
熱いためミトンなどを使用し、やけどに注意してください。

② **スタート 1 あたため 2 冷めあため** を再び押してください。

**できあがり** ブザーが鳴って庫内灯が消えます。(5分後、表示が消えます。)

【加熱が足りないとき】グリルで、様子を見ながら加熱してください。(P22参照)

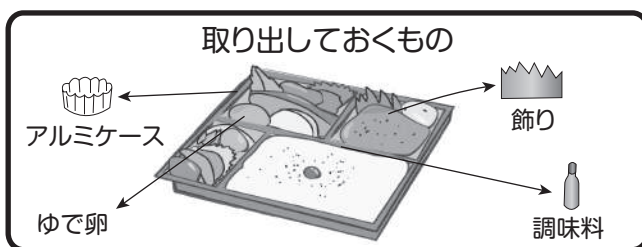
- ・続けて食パンを焼く場合は、ドアを開けて庫内を冷ましてから行ってください。
- ・焼き上がった食パンの角皿にのせた面は水蒸気で柔らかくなります。角皿にオープンレンジ用足つき網などを置き、その上に食パンを置くと柔らかくなることを防げますが、焼き過ぎになることがありますのでご注意ください。
- ・調理後は庫内や角皿が熱くなっています。パンの出し入れの際には、ミトンなどを使用し、やけどをしないように十分注意してください。

表示部に何も表示がないときは、電源が入っていません。ドアを開けると電源が入り、「0」が表示されます。

## 1 食品を庫内に入れる

ドアを開けて、必ず庫内中央に置いてください。

※庫内端に置いて加熱すると、過加熱や突沸のおそれがあります。



1度に加熱できる分量

4 お弁当：300～400g

5 お惣菜：100～300g

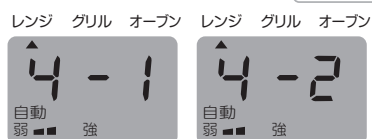
※包装しているラップやふたは、変形したり溶けるものがあるため、必ず外してください。

※次のものは、破裂や発火のおそれがありますので、必ず取り出してください。

・調味料が入った容器や袋 ・ゆで卵 ・アルミケース ・アルミホイル ・飾り

## 2 メニューを決める

ドアをしっかり閉めて 4 お弁当  
5 お惣菜 を押して、メニュー番号を合わせてください。



4 お弁当  
(例) 300gのとき

4 お弁当  
(例) 400gのとき



5 お惣菜  
(例) 100gのとき

5 お惣菜  
(例) 200gのとき

5 お惣菜  
(例) 300gのとき

## 3 加熱する

**スタート**  
1 あたため  
2 冷涼のためにため

を押してください。庫内灯が点灯して、加熱が始まります。

このとき表示部に残り時間が表示されます。



■仕上がり进行调整したいとき(加熱前に設定)

∧ 加熱時間が長くなります。 ∨ 加熱時間が短くなります。

**できあがり** ブザーが鳴って庫内灯が消えます。(5分後、表示が消えます。)

**【加熱が足りないとき】**

手動でレンジ500Wに設定して、様子を見ながら加熱してください。(P19参照)

・加熱しすぎたり、少量を加熱すると発煙・発火の原因になります。

表示部に何も表示がないときは、電源が入っていません。ドアを開けると電源が入り、「0」が表示されます。

## 1 飲み物を庫内に入れる

牛乳は低めの広口のマグカップ容器に、お酒はずんぐりとした徳利に8分目まで入れて、必ず庫内中央に置いてください。

※2杯以上加熱するときは、分量をそろえて中央によせて置いてください。

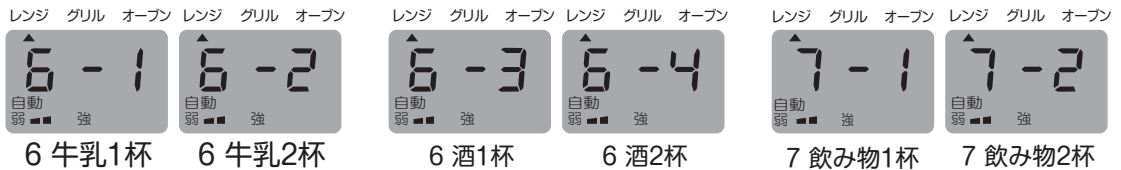
※庫内端に置いて加熱すると、過加熱や突沸のおそれがあります。

|               |             |
|---------------|-------------|
| ●加熱の基準量       | ●1度に加熱できる分量 |
| 牛乳1杯 → 200mL  | 1~2杯        |
| 酒1杯 → 180mL   |             |
| 飲み物1杯 → 150mL |             |

※飲み物はコーヒーを基準にしています。

## 2 メニューを決める

ドアを閉めて 6 牛乳・酒  
7 飲み物 を押してメニュー番号を合わせてください。



## 3 加熱する

**スタート**  
1 あたため  
2 冷めあたため

を押してください。庫内灯が点灯して、加熱が始まります。

このとき表示部に残り時間が表示されます。



■仕上がり进行调整したいとき(加熱前に設定)

▲ 加熱時間が長くなります。 ▼ 加熱時間が短くなります。

**できあがり** ブザーが鳴って庫内灯が消えます。(5分後、表示が消えます。)

### 【加熱が足りないとき】

手動でレンジ500Wに設定して、様子を見ながら加熱してください。(P19参照)

- ・ビンに入っている飲み物は、必ず耐熱容器に移しかえてください。
- ・ふたやラップをしないでください。
- ・加熱前と加熱後には、必ずスプーンなどでよくかき混ぜてください。
- ・加熱しすぎないでください。
- ・お酒を加熱するときは、弱めに調整してください。



突沸注意!



表示部に何も表示がないときは、電源が入っていません。ドアを開けると電源が入り、「0」が表示されます。

### 1 野菜を庫内中央に置く

葉菜は洗った後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。

根菜は水が付いたまま平皿に入れ、ラップを食品に密着する様に平皿ごとかけます。食品を密封させない様にラップのふちを若干あけて、平皿を必ず庫内中央に置いてください。(P20参照)

※庫内端に置いたり、ラップが食品に密着していない状態で加熱すると、過加熱のおそれがあります。

1度に加熱できる重量

8 葉果菜：100～300g

9 根菜：150～300g

※材料の大きさは、そろえておきます。

※水気を残して加熱してください。

※アクの強い野菜は、加熱の前後にアク抜きをしてください。

### 2 メニューを決める

ドアを閉めて 8 葉果菜  
9 根菜 を押して、メニュー番号を合わせてください。

| レンジ          | グリル | オープン | レンジ          | グリル | オープン | レンジ          | グリル | オープン | レンジ          | グリル | オープン |              |  |  |
|--------------|-----|------|--------------|-----|------|--------------|-----|------|--------------|-----|------|--------------|--|--|
| ↑            |     |      | ↑            |     |      | ↑            |     |      | ↑            |     |      |              |  |  |
| 8 - 1        |     |      | 8 - 2        |     |      | 8 - 3        |     |      | 9 - 1        |     |      | 9 - 2        |  |  |
| 自動<br>弱 ■■ 強 |     |      | 自動<br>弱 ■■ 強 |     |      | 自動<br>弱 ■■ 強 |     |      | 自動<br>弱 ■■ 強 |     |      | 自動<br>弱 ■■ 強 |  |  |
| 8 葉果菜        |     |      | 8 葉果菜        |     |      | 8 葉果菜        |     |      | 9 根菜         |     |      | 9 根菜         |  |  |
| (例) 100gのとき  |     |      | (例) 200gのとき  |     |      | (例) 300gのとき  |     |      | (例) 150gのとき  |     |      | (例) 300gのとき  |  |  |

### 3 加熱する

**スタート**  
1 あたため  
2 冷凍あため

を押してください。庫内灯が点灯して、加熱が始まります。

このとき表示部に残り時間が表示されます。



■仕上がりを調整したいとき(加熱前に設定)

△ 加熱時間が長くなります。 ▽ 加熱時間が短くなります。

**できあがり** ブザーが鳴って庫内灯が消えます。(5分後、表示が消えます。)

#### 【加熱が足りないとき】

手動でレンジ500Wに設定して、様子を見ながら加熱してください。(P19参照)

- ・じゃがいもなどを丸ごとゆでるときは、加熱後、庫内から取り出しラップをしたまま5分ほど蒸らすと、ムラなく仕上がります。
- ・加熱しすぎたり、少量を加熱すると発煙・発火の原因になります。

10 解凍(肉・魚)  
11 解凍(刺身)

# 解凍する

オートメニュー

表示部に何も表示がないときは、電源が入っていません。ドアを開けると電源が入り、「0」が表示されます。

## 1 食品を庫内に入れる

1度に加熱できる重量：100～300g

ドアを開けて、食品を庫内中央に置いてください。

※冷凍庫から出したばかりの凍った食品を解凍してください。

溶けかけているときは、レンジ200Wで様子を見ながら解凍します。

※解凍する食品が複数の場合は、同じ種類で、大きさをそろえてください。

※庫内端に置いて加熱すると、過加熱や突沸のおそれがあります。

## 2 メニューを決める

ドアを閉めて 10 解凍(肉・魚)  
11 解凍(刺身) を押してください。

1回押す→「10 解凍(肉・魚)」

2回押す→「11 解凍(刺身)」

レンジ グリル オープン



10 解凍(肉・魚) 11 解凍(刺身)

※押すたびに「10」と「11」が交互に切り換わります。

## 3 重量を設定する

スタート  
1 あたため  
2 冷凍あたため

を押してください。

1分 / 100g | 10秒 / 10g を押して重量を設定してください。

レンジ グリル オープン



(例) 100gのとき

レンジ グリル オープン



(例) 200gのとき

レンジ グリル オープン



(例) 300gのとき

## 4 加熱する

スタート  
1 あたため  
2 冷凍あたため

を押してください。庫内灯が点灯して、加熱が始まります。

このとき表示部に残り時間が表示されます。



■仕上がり进行调整したいとき(加熱前に設定)

△ 加熱時間が長くなります。 ▽ 加熱時間が短くなります。

**できあがり** ブザーが鳴って庫内灯が消えます。(5分後、表示が消えます。)

### 【加熱が足りないとき】

手動でレンジ200Wに設定して、様子を見ながら加熱してください。(P19参照)

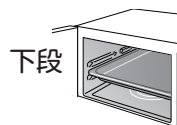
- ・発泡トレーを使わないときは、平皿にキッチンペーパーを敷いた上に食品を置きます。
- ・変色や煮えを防ぐため、細い部分や薄い部分にはアルミホイルを巻いてください。  
※アルミホイルを巻いたままレンジで加熱すると、スパークして本体を傷めるため、レンジ加熱する場合は必ず外してください。(P20参照)

表示部に何も表示がないときは、電源が入っていません。ドアを開けると電源が入り、「0」が表示されます。

## 1 フライを角皿に置いて庫内に入れる

角皿にフライを並べて、庫内の下段にセットしてください。

1度に加熱できる量:100~300g



## 2 メニューを決める

ドアをしっかり閉めて **12 フライ あたたため** を押してください。

レンジ グリル オープン レンジ グリル オープン レンジ グリル オープン



12 フライ  
(例) 100gのとき



12 フライ  
(例) 200gのとき



12 フライ  
(例) 300gのとき

## 3 加熱する

スタート  
1 あたたため  
2 冷めあたたため

を押してください。庫内灯が点灯して、加熱が始まります。

このとき表示部に残り時間が表示されます。



■仕上がりを調整したいとき(加熱前に設定)

△ 加熱時間が長くなります。▽ 加熱時間が短くなります。

できあがり

- ブザーが鳴って庫内灯が消えます。(ドアを開閉しないと1分毎にブザーが鳴り、5分後に表示が消えます。)
- 約1分間、冷却ファンが回ります。  
電源プラグを抜かないでください。

【加熱が足りないとき】 オープンで様子を見ながら加熱してください。(P24参照)

調理後は庫内や角皿が熱くなっています。食品の出し入れの際には、ミトンなどを使用し、やけどをしないように十分注意してください。

# 手動調理 —レンジを使う—

表示部に何も表示がないときは、電源が入っていません。ドアを開けると電源が入り、「0」が表示されます。

## 1 食品を庫内に入れる

## 2 出力を決める

ドアを閉めて「レンジ」ボタンを押してください。  
500Wと表示され、押すたびに切り換わります。



お住いの地域の周波数50Hz： 500W ↔ 200W  
お住いの地域の周波数60Hz： →500W →200W →650W

※当機は周波数によってレンジ出力が異なります。

## 3 加熱時間を決める

10分 | 1分 /100g | 10秒 /10g を押して加熱時間を設定してください。

※200Wで20分以上に設定したときは、秒の設定はできません。  
※時間を設定した後で出力を変えたい場合は「取消」ボタンを押して手順2からやり直してください。

### 設定できる時間

650W → 15分まで

500W → 15分まで

200W → 90分まで

## 4 加熱する

スタート  
1 あたため  
2 冷凍あたため

を押してください。

庫内灯が点灯して、加熱が始まります。このとき表示部に残り時間が表示されます。

加熱

### できあがり

ブザーが鳴って庫内灯が消えます。(5分後、表示が消えます。)

- ・食品の量が2倍になると、加熱時間は約2倍弱になります。
- ・加熱中は、途中で様子を見ながら調理してください。

### 飲み物などの加熱時に、やけどを防ぐために

#### ●加熱しすぎない

飲み物(お茶、コーヒー、牛乳、酒など)やシチューなど油脂の多い食品、液体は加熱後、取り出した後に、突然沸騰して飛び散って、やけどのおそれがあります。

加熱するときは、設定時間を控えてください。

#### ●広口で背の低い容器に8分目まで入れる

#### ●加熱前や加熱後には、必ずスプーンでかき混ぜる



突沸注意!

# レンジを上手に使うポイント

## 上手に加熱するために

- **容器を必ず確認する (P10参照)**  
耐熱性のない容器やアルミホイルなどは、使用しないでください。
- **卵はそのまま加熱しない**  
・破裂して危険です。卵を加熱するときは、割ってから、よくほぐしてください。  
・ゆで卵もあたためないでください。
- **お弁当は1個ずつあたためる**  
・上下に積み重ねたりすると、うまくあたたまりません。  
・調味料の容器、アルミケース、飾りなどを取り除いてからあたためてください。(P14参照)
- **ゆでる(煮る)調理は、食材の厚みや大きさをそろえる**  
加熱ムラを少なくすることができます。
- **加熱の途中でかき混ぜたり、裏返す**  
加熱ムラを少なくすることができます。

## 上手に解凍するために

- **手動で解凍するときは必ず200Wにする**
- **ラップ、ふた、飾りは取り除く**  
・発泡トレーのまま解凍できます。  
・ラップなどに包んであった食品は、平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。
- **冷凍した食品を常温で放置しない**  
・冷凍庫から出したばかりの凍った食品を解凍してください。  
・溶けかけているときは、レンジ200Wで様子を見ながら解凍します。
- **アルミホイルを活用する**  
形や厚みが均一でない食品は、薄いところや細いところの外周をアルミホイルで包むことで、解凍ムラを防ぐことができます。  
※アルミホイルが庫内側面やドアに当たらないようにしてください。  
※解凍以外には、アルミホイルを使わないでください。
- **加熱調理後に解凍するとき**  
加熱調理後に、解凍するときはドアを開けて庫内を冷ましてから解凍してください。

## 葉菜・果花菜をゆでるとき

洗った後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、庫内中央に置いてください。

- **葉菜類**  
・葉と茎を交互に重ねます。  
・太い茎には、十文字に切り込みを入れます。  
・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、アクを抜き、その後冷水に取って、色止めします。  
・量が多いとき(200g以上)は、同量ずつ半分に分けてください。
- **果花菜類**  
・大きさを、そろえて切ります。  
・アクのある野菜(なす、ブロッコリーなど)は、加熱前に食塩水につけてアクを抜きます。  
・色の濃い野菜(なす、ブロッコリー、さやいんげん、グリーンアスパラなど)は、加熱後すぐに流水にさらし、その後冷水に取って色止めをします。

## 根菜をゆでるとき

水が付いたまま平皿に入れ、ラップを食品に密着する様に平皿ごとかけます。食品を密封させない様にラップのふちを若干あけて、平皿を必ず庫内中央に置いてください。

- **丸のままゆでるとき**  
・2個以上のときは、できるだけ大きさをそろえて重ねないように並べてください。  
・じゃがいもやさつまいも、さといもなどは、加熱後、庫内から取り出して、ラップをしたまま5分程度蒸らし、熱いうちに皮をむきます。
- **切ってゆでるとき**  
皮をむき、大きさをそろえて切ってください。

## 【ラップをするもの】

- 煮物、蒸し物、汁物、調理済み食品などしっかりと仕上げたいもの。(冷凍食品は、それぞれ記載のある加熱方法に従ってください。)
- 野菜などを下ごしらえしたり、温野菜にするとき。
- 容器のふちにびったりと、食品部分にはゆとりを持たせてラップをかぶせてください。根菜は食品を密封させない様にラップのふちを若干あけて、平皿を必ず庫内中央に置いてください。
- カレーやシチューなどにラップが直接触れないようにかぶせてください。(油が多いためラップが溶けるおそれがあります。)


## 【ラップをしないもの】

- 揚げ物、焼き物、炒め物など水分を飛ばしぎみにしたいとき。

# レンジ加熱の目安

- 記載の加熱時間は、500W設定での目安として参考にしてください。
  - 食品の種類や加熱前の温度などで仕上がりが異なりますので、加熱時間を短めにセットして、様子を見ながら加熱してください。
  - 加熱する分量が倍になれば加熱時間も倍になり、ほぼ量に比例します。
  - 市販の冷凍食品の加熱は、袋などに記載されている加熱時間を参考にしてください。
- ※角皿は使用しないでください。

【あたため】食品は、受皿の中央に置きます。

 の食品は、ラップをします。

|           | 食品名      | 分量         | 加熱時間              | ポイント                              |
|-----------|----------|------------|-------------------|-----------------------------------|
| 室温もの・冷蔵もの | ごはん      | 1杯 (150g)  | 約1分15秒            | 固いときは霧吹きなどで水をかける。                 |
|           | チャーハン    | 1皿 (250g)  | 約2分20秒            |                                   |
|           | バターロール   | 1個 (40g)   | 約10秒              | 食べる直前に加熱する。                       |
|           | みそ汁      | 150mL      | 約1分45秒            |                                   |
|           | 焼き魚      | 1切 (80g)   | 約50秒              |                                   |
|           | 煮魚       | 1切 (100g)  | 約1分               |                                   |
|           | ハンバーグ    | 1個 (100g)  | 約1分10秒            |                                   |
|           | 天ぷら      | 100g       | 約40秒              | キッチンペーパーや天ぷら敷き紙などに重ならないよう並べる。     |
|           | とんかつ     | 1枚 (100g)  | 約40秒              |                                   |
|           | シューマイ    | 10個 (180g) | 約1分45秒            | ゆとりを持ってラップに包み、加熱後ラップをしたまま2~3分蒸らす。 |
|           | 肉まん      | 1個 (80g)   | 約50秒              |                                   |
|           | 野菜炒め     | 150g       | 約2分20秒            |                                   |
|           | 煮物       | 200g       | 約2分20秒            |                                   |
|           | カレー・シチュー | 300g       | 約3分30秒            | 加熱後、かき混ぜる。                        |
|           | 牛乳       | 200mL      | 約1分10秒            | 加熱前と加熱後にかき混ぜる。                    |
|           | お酒       | 1本 (180mL) | 約1分               |                                   |
| お弁当       | 約400g    | 約3分        | 調味料の入った容器などを取り出す。 |                                   |
| どんぶりもの    | 約300g    | 約3分        |                   |                                   |
| ゆで野菜      | キャベツ     | 200g       | 約3分30秒            | 太い芯はあらかじめさいておく。                   |
|           | にんじん     | 200g       | 約4分40秒            | 用途に合わせて切り、ひたひたの水を加える。             |
|           | じゃがいも    | 150g       | 約3分               | 途中で1度上下を返す。                       |
|           | なす       | 100g       | 約2分20秒            | 塩水であく抜きをしておく。                     |
|           | ブロッコリー   | 100g       | 約2分20秒            | 小房に分け、塩水であく抜きをしておく。               |

ムラなく加熱するには

- 食品を庫内に直接置かず、平皿などにのせて加熱します。
- 厚みや高さのある食品は、途中でひっくり返します。

【注意:加熱しすぎると発煙・発火します】

- あんまん・まんじゅう→「あん」は高温になると発煙します。
- 根菜類(ごぼう、れんこんなど)→水分が少なくなり発煙・発火することがあります。
- 飲み物→取り出すときに突然沸騰(突沸)してやけどをするおそれがあります。
- いかなどはじけやすいもの→はじけてやけどをする可能性があります。
- 乾燥したものや水分の少ないもの→発煙・発火することがあります。



# 手動調理 —グリルを使う—

表示部に何も表示がないときは、電源が入っていません。ドアを開けると電源が入り、「0」が表示されます。

**1** 角皿に食品を入れて庫内にセットする

**2** 「グリル」ボタンを押す

**3** 加熱時間を設定する

10分 | 1分 /100g | 10秒 /10g を押して加熱時間を設定してください。

※20分以上に設定したときは、秒の設定はできません。  
※10秒～30分までの設定ができます。

**4** スタート  
1 あたため  
2 冷凍あたため を押して加熱する

庫内灯が点灯して、加熱が始まります。このとき表示部に残り時間が表示されます。



**できあがり**

ブザーが鳴って庫内灯が消えます。(5分後、表示が消えます。)  
庫内が熱い時、約1分間冷却ファンが回ります。  
電源プラグを抜かないでください。

加熱後は庫内や角皿が熱くなっています。食品の出し入れの際には、ミトンなどを使用し、やけどをしないように十分注意してください。

# 手動調理 **—オーブを使う(予熱あり)—**

表示部に何も表示がないときは、電源が入っていません。ドアを開けると電源が入り、「0」が表示されます。

## 1 「オーブン」ボタンを押す

このとき、角皿と食品は入れません。

レンジ グリル オープン



## 2 加熱温度を設定する

▼ | ▲ を押して温度を設定します。  
10℃単位で100℃～200℃の範囲で設定ができます。

※40℃(発酵)は、予熱ができません。  
※温度設定後に時間を合わせると、予熱なしの設定になります。

## 3 予熱する

スタート  
1 あたため  
2 冷凍あたため

を押してください。庫内灯が点灯して、予熱が始まります。

予熱

予熱完了

ブザーで予熱完了をお知らせします。

※約20分間予熱を保持します。  
約20分以内に加熱時間を設定しないと、ブザーが5回鳴り、「0」表示に戻ります。

## 4 角皿に食品を入れて庫内にセットする

## 5 加熱時間を設定する

設定範囲：10秒～90分

10分 | 1分 / 100g | 10秒 / 10g

を押して加熱時間を設定してください。

※20分以上に設定したときは、秒の設定はできません。

## 6 加熱する

スタート  
1 あたため  
2 冷凍あたため

を押してください。庫内灯が点灯して、加熱が始まります。

加熱

できあがり

ブザーが鳴って庫内灯が消えます。(5分後、表示が消えます。) 庫内が熱い時、約1分間冷却ファンが回ります。電源プラグを抜かないでください。

加熱後は庫内や角皿が熱くなっています。食品の出し入れの際には、ミトンなどを使用し、やけどをしないように十分注意してください。



# 手動調理 **—オーブを使う(予熱なし・発酵)—**

表示部に何も表示がないときは、電源が入っていません。ドアを開けると電源が入り、「0」が表示されます。

## 1 角皿に食品を入れて庫内にセットする

## 2 「オーブン」ボタンを押す

レンジ グリル オープン



## 3 温度を設定する

▼ | ▲ を押して温度を設定します。  
押すたびに以下の設定ができます。

- 100～200℃の範囲で設定(10℃単位)
- 40℃(発酵)の設定

レンジ グリル オープン



(例)通常加熱設定時  
※「予熱」が表示されます。

レンジ グリル オープン



(例)発酵設定時  
※「予熱」が表示されません。

## 4 加熱時間を設定する

10分 | 1分 /100g | 10秒 /10g を押して  
加熱時間を設定してください。

設定範囲：10秒～90分

※20分以上に設定したときは、秒の設定はできません。

レンジ グリル オープン



(例)加熱時間設定時  
※「予熱」が表示されません。

## 5 加熱する

スタート  
1 あたため  
2 冷やあたため

を押してください。庫内灯が点灯して、加熱が始まります。

加熱

できあがり

ブザーが鳴って庫内灯が消えます。(5分後、表示が消えます。) 庫内が熱い時、約1分間冷却ファンが回ります。電源プラグを抜かないでください。

加熱後は庫内や角皿が熱くなっています。食品の出し入れの際には、ミトンなどを使用し、やけどをしないように十分注意してください。

# レンジ機能を使う

## ◇肉じゃが◇

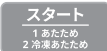
表示部に何も表示がないときは、電源が入っていません。ドアを開けると電源が入り、「0」が表示されます。

### ●材料 (2～3人分)

じゃがいも2個 (300g)、牛肉または豚肉薄切り150g、  
玉ねぎ (薄切り) 120g、さやえんどう (ゆでたもの) 適宜  
A (水200ml、砂糖大さじ2、酒大さじ1、みりん大さじ1、しょうゆ大さじ3)



### ●作りかた ※角皿は使用しません。

- ①じゃがいもは皮をむいて6～8等分にし、牛肉は3～4cm幅に切ります。
- ②中火で熱したフライパンにサラダ油 (大さじ1) をひき、玉ねぎと①を炒めます。
- ③深めの耐熱容器に②とAを入れ、オーブンシートなどで、落しぶたをします。  
さらにラップをして庫内中央に置いてください。
- ④「レンジ」ボタンで500Wを設定し、10分 |  $\frac{1}{100g}$  を押して、「12分」に設定してください。  
(P19参照)
- ⑤ドアをしっかりと閉めて  を押してください。  
庫内灯が点灯して、加熱が始まります。



できあがり

- ブザーが鳴って庫内灯が消えます。
- 加熱後、さやえんどうを加えて、できあがりです。

# オーブン機能を使う ◆クッキー◆

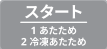
表示部に何も表示がないときは、電源が入っていません。ドアを開けると電源が入り、「0」が表示されます。

## ●材料

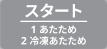
薄力粉200g、バター80g、砂糖80g、溶き卵1個、バニラエッセンス少々



## ●作りかた

- ①ボウルに柔らかくしたバターと砂糖を入れ、泡立て器で白っぽくなるまでよく混ぜてください。
- ②溶き卵を少しずつ加えてさらに混ぜ、バニラエッセンスを加えます。
- ③②に薄力粉をふるって加え、木べらで混ぜ合わせて、ひとまとめにします。
- ④ポリ袋に入れ麺棒で5mmの厚さに伸ばして、冷蔵庫に30分程度ねかせてください。
- ⑤「オーブン」ボタンを押して  $\vee$  |  $\wedge$  を押し、「170℃」に設定してください。
- ⑥ドアをしっかり閉めて  を押し予熱します。

予熱

- ⑦予熱の間に、生地を打ち粉をした台に取り出し好みの型で抜き、バターを薄く塗った角皿に並べてください。  
※予熱が終了するとブザーが鳴ってお知らせします。
- ⑧ドアを開き角皿を**下段**に入れ、10分 |  $\frac{1}{100g}$  を押し「15分」に合わせてください。
- ⑨ドアをしっかり閉めて  を押します。

庫内灯が点灯して、加熱が始まります。このとき表示部に残り時間が表示されます。

加熱

### できあがり

- ブザーが鳴って庫内灯が消えます。(ドアを開閉しないと1分毎にブザーが鳴り、5分後に表示が消えます。)
- 約1分間、冷却ファンが回ります。  
電源プラグを抜かないでください。

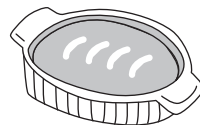
調理後は庫内や角皿が熱くなっています。クッキーの出し入れの際には、ミトンなどを使用し、やけどをしないように十分注意してください。

# レンジとオーブン機能を使う ◆グラタン◆

表示部に何も表示がないときは、電源が入っていません。ドアを開けると電源が入り、「0」が表示されます。

## ●材料(マカロニグラタン2人分) ※1人分は半量にしてください。

ホワイトソース(薄力粉15g、バター15g、牛乳1カップ、塩・胡椒少々)  
マカロニ40g(鍋でゆでておく)、マッシュルーム25g、チーズ40g  
A(鶏むね肉(一口大)50g、むきえび50g、玉ねぎ(薄切り)50g、バター大さじ1、  
塩・こしょう各少々、白ワイン大さじ1)



## ●作りかた ※1人分のレンジ加熱は時間を半分にしてください。

### ①耐熱容器Ⅰに薄力粉とバターを入れ、庫内中央に置きます。

「レンジ」ボタンで500Wにし、<sup>1分</sup>/<sub>/100g</sub> を押して「1分」に合わせ **スタート** を押してください。  
1 あたため  
2 冷凍あため  
加熱後よく混ぜ合わせて、牛乳を一度に加えさらに混ぜ合わせてください。

再び庫内に置き「レンジ」ボタンで500Wにし、<sup>1分</sup>/<sub>/100g</sub> | <sup>10秒</sup>/<sub>/10g</sub> を押して「4分30秒」に合わせ

**スタート** を押して沸騰するまで加熱し、途中2～3度混ぜ合わせてください。  
1 あたため  
2 冷凍あため

### ②加熱後、塩と胡椒を加えて、味を整えます。

### ③耐熱容器ⅡにAを入れ、ラップをして庫内中央に置きます。

「レンジ」ボタンで500Wにし、<sup>1分</sup>/<sub>/100g</sub> を押して「4分」に合わせ **スタート** を押して、加熱後  
1 あたため  
2 冷凍あため  
混ぜ合わせます。次にマッシュルームを加え、

「レンジ」ボタンで500Wにし、<sup>1分</sup>/<sub>/100g</sub> を押して「1分」に合わせ **スタート** を押して加熱します。  
1 あたため  
2 冷凍あため

### ④「オーブン」ボタンを押して ∨ | ^ を押し、「200℃」に設定して **スタート** を押して 予熱させます。 1 あたため 2 冷凍あため

予熱

### ⑤予熱の間に耐熱容器Ⅱに耐熱容器Ⅰのホワイトソースとゆでたマカロニを入れ混ぜ合わせます。

### ⑥薄くバターをぬったグラタン皿に⑤を入れ、残りのホワイトソースをかけ、チーズをのせます。 ※予熱が終了するとブザーが鳴ってお知らせします。

### ⑦角皿に並べ下段に入れます。

### ⑧ <sup>10分</sup> | <sup>1分</sup>/<sub>/100g</sub> を押して「25分」に合わせ、 **スタート** を押します。 1 あたため 2 冷凍あため

加熱

できあがり

- ブザーが鳴って庫内灯が消えます。(ドアを開閉しないと1分毎にブザーが鳴り、5分後に表示が消えます。)
- 約1分間、冷却ファンが回ります。  
電源プラグを抜かないでください。

調理後は庫内や角皿が熱くなっています。食品の出し入れの際には、ミトンなどを使用し、やけどをしないように十分注意してください。

# レンジとオーブン機能を使う ◇ スポンジケーキ ◇

表示部に何も表示がないときは、電源が入っていません。ドアを開けると電源が入り、「0」が表示されます。

## ●材料 (18cmケーキ型1個分)

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、フルーツ適量  
<ホイップクリーム> 生クリーム300g、砂糖55g、ブランデー大さじ1



## ●作りかた

- ①卵を卵黄と卵白にわけ、卵白はボウルに入れ湯煎をして、泡立て器で角が立つようになるまでよく泡立て、半量の砂糖を2～3回に分けて加え、さらによく泡立ってます。
- ②卵黄の方に残りの砂糖を入れ白っぽくなるまで泡立ってます。
- ③①に②を加え、クリーム状になるまで泡立て、バニラエッセンスを加えてください。
- ④耐熱容器にバターと牛乳を入れ、庫内中央に置いてください。

「レンジ」ボタンで500Wにし、 を押し「**40秒**」に合わせ  を押しバターを溶かします。

- ⑤「オーブン」ボタンを押して  $\vee$  |  $\wedge$  を押し、「**150℃**」に設定して  を押し予熱させます。(P23参照)

予熱

- ⑥予熱の間に用意します。  
薄力粉をふるいながら加えて木べらで切るようにしながら手早く混ぜ合わせて、④があたたかいうちに加えて手早く混ぜ合わせてください。
- ⑦薄くバターを塗ったケーキ型に⑥を高い位置からゆっくり流し入れ、とんとんとたたいて空気を抜き、角皿にのせます。  
※予熱が終了するとブザーが鳴ってお知らせします。

- ⑧ドアを開いて角皿を**下段**に入れます。

- ⑨  を押し「**40分**」に合わせ、  を押し加熱します。

加熱

**できあがり**

- ブザーが鳴って庫内灯が消えます。
- 約1分間、冷却ファンが回ります。電源プラグを抜かないでください。

- ⑩焼き上がったら、竹串を刺して焼け具合を確認し、焼けていなかったら「5分」追加焼きします。
- ⑪焼き落ちを防ぐため、すぐに型ごと20cm～30cmの高さから1回落とします。
- ⑫ボウルに生クリーム・砂糖・ブランデーを入れ、底を氷水に当ててクリーム状に泡立ってます。
- ⑬冷めたスポンジケーキにホイップクリームやフルーツなどで表面を飾ってできあがりです。

調理後は庫内や角皿が熱くなっています。ケーキの出し入れの際には、ミトンなどを使用し、やけどをしないように十分注意してください。

# 加熱のしくみ

## レンジ加熱

電波（高周波）が食品に当たると食品の水分が摩擦熱を起こし、加熱します。

- ※食品の種類・加熱前の温度によって加熱時間は、異なります。
- ※食品の分量が2倍になると加熱時間は2倍弱になります。
- ※水分の少ない食品は、過熱して発火することがありますので、注意してください。
- ※市販の食品に添付されている脱酸素剤を加熱しないでください。異常高温になり危険です。
- ※庫内に何も入れずに加熱しないでください。異常高温になり危険です。

### ■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。

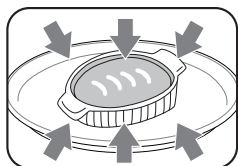


金属性の器などは反射します。  
(使用できません)

## ヒーター加熱

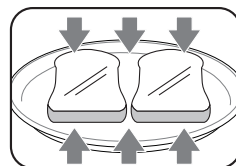
### ■オープン加熱

上下のヒーターの加熱を温度センサーで調整し、設定した庫内温度で焼き上げます。





### ■グリル加熱

上下のヒーターで加熱し、食品の表面に焼き色を付けたり、様子を見ながら追加焼きをするときに使います。両面を焼く時は、調理の途中で食品を裏返します。



# 便利な機能 — キッチンタイマー —

- 1 「キッチンタイマー」ボタンを押した後、10分 | 1分 / 100g | 10秒 / 10g を押して加熱時間を設定してください。  
※最大90分まで設定できます。
- 2  を押してください。表示部に残り時間が表示されます。  

- 3 設定時間になるとブザーが鳴ります。  
ブザー音を消すときは、「キッチンタイマー」ボタンもしくは「取消」ボタンを押します。  
※消音モードになっていると、ブザー音が鳴りません。

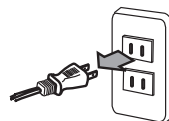
# お手入れのしかた

## 1 電源プラグをコンセントから抜く



**警告**

お手入れは、本体が十分冷えたことを確認してから行ってください。



## 2 お手入れをする

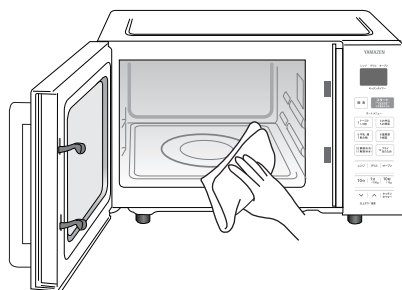
### 本体・ドア

- 本体外側やドアは台所用中性洗剤を含ませたふきなどで汚れをふき取った後、固くしぼったふきで洗剤分をふき取ってください。
- 吸気口についたホコリなどは、掃除機や乾いた布などで定期的に取り除いてください。



### 庫内・ドアの内側

- 調理中にこぼれた汁や飛び散った油・食品カスなどは、早めにふき取ってください。汚れたまま使用すると、こげ付いて取れにくくなったり、発煙・発火する原因になります。
- 汚れは台所用中性洗剤を含ませたふきなどで汚れをふき取った後、固くしぼったふきで洗剤分をふき取ってください。



### 加熱台・角皿

- 加熱台はご使用ごとに、ふきなどで汚れを拭き取ってください。
- 角皿はご使用ごとにスポンジなどで洗い、水分をふき取り、よく乾かしてください。



### 電源プラグ

- 電源プラグの刃、刃の取付面やコンセントにホコリが付いているときは、乾いた布でふき取ってください。



**注意**

お手入れにはシンナー・クレンザー・金属たわしなどは使わないでください。  
変色・変質・劣化などの原因になります。



**使用禁止!!**

# 故障かな?と思ったら

修理を依頼される前に、次の点をお調べください。

## こんなとき

## ご確認ください

動かない

- 電源プラグが抜けていませんか。  
→しっかりと電源プラグを差し込んでください。
- 配電盤のブレーカーが切れていませんか。  
→お使いの電気製品を確認して、容量内でお使いください。
- 停電していませんか。
- 調理中にドアを開閉しませんでしたか。  
→スタートボタンを押すか、または再度設定してください。

何も表示していない

- ドアを閉めてしばらくすると自動的に電源が切れます。(オートオフ機能)  
→ドアを開閉して、「0」表示がでたら操作してください。

操作ボタンを押しても反応しない

- 表示部が「0」を表示していますか。  
→ドアを開閉して、「0」表示がでたら操作してください。

スタートボタンを押しても加熱しない

- ドアが完全に閉まっていますか。  
→ドアを確実に閉めてください。
- メニューを選びましたか。
- 出力、時間などの設定は行いましたか。

すぐに加熱が止まる

- 庫内が熱くなっていませんか。  
→庫内が熱いときは、温度センサーが働き加熱を停止することがあります。ドアを開けて庫内を冷ましてから加熱してください。

火花がでる(レンジ調理)

- 金属容器やアルミホイル、金粉や銀粉などの飾りのある容器などを使っていませんか。  
→使用できる容器に変えてください。(P10参照)
- 庫内が汚れていませんか。  
→お手入れしてください。(P30参照)

操作ボタンを押しても反応しない

- 表示部が「0」を表示していませんか。  
→ドアを開閉して、「0」表示がでたら操作してください。

煙がでたり、いやなおいがる

- ご購入後から焼をしましたか。(P9参照)
- 庫内やドアに、調理物のカスや油などが付着していませんか。  
→ふき取ってください。

加熱中にヒーターがついたり消えたりする

- メニューによってヒーターの制御をしています。故障ではありません。

加熱中に音がする

- 加熱中にブーン、ゴトゴト、カチカチ、ポコンといった音がする場合があります。  
→ファンやアンテナの動作音、スイッチ音、壁面の膨張・収縮音などであり、故障ではありません。

ドアがくもり水滴が落ちる

- 食品の水分が水蒸気となったものです。ふき取ってください。

操作音・終了ブザーが鳴らない

- 消音モードになっていませんか。  
→消音モードを解除してください。(P33参照)

操作ボタンを押しても反応しない

- チャイルドロックが設定されていませんか?(表示部に「」が表示)  
→チャイルドロックを解除してください。(P33参照)



# 故障かな?と思ったら

## こんな表示がでたら

E 04 ~ E 07

- 機器が故障している場合があります。  
→ご使用を中止して、電源プラグをコンセントから抜き、お買い上げの販売店、またはお客様ご相談窓口にご相談ください。

※それぞれの確認や処置をしても異常がなおらなかつたり、原因がわからないときは、電源プラグをコンセントから抜き、お買い上げの販売店へご連絡ください。

## 点検 電源コード、電源プラグはときどき点検を行ってください。

※電源コードやプラグに異常があるときは修理をご依頼ください。

- 電源プラグやコードが手で持てないくらい熱くなり、異常と感じたときは、次のことをご確認ください。

- 1.延長コードを使用していませんか。  
→コードは長くするほど抵抗が大きくなり発熱します。
- 2.同じコンセントで他の電気製品を使っていますか。  
→コンセントの容量いっぱいで使用すると発熱する原因になります。
- 3.電源コードに傷があったり、異常に柔らかい部分がありませんか。  
→電源プラグ付近のコードは、抜き差し回数が多かったり電源プラグをもたずに抜いたりして負荷をかけると内部で断線することがあり発熱します。
- 4.電源プラグが変形したり、変色、汚れが付着していませんか。  
→コンセントとの接触不良で発熱する原因になります。
- 5.別のコンセントでも熱くなりますか。  
→別のコンセントで症状がでない場合は、使っていたコンセントを確認してください。  
差し込みがゆるくなっていると熱くなる原因になります。

- 運転中、電源コードを動かすと電源が切れるときは、お買い上げの販売店にご相談ください。

# 仕様

|                 |                         |                           |
|-----------------|-------------------------|---------------------------|
| 定格電圧            | AC100V                  |                           |
| 定格周波数           | 50Hz/60Hz共用             |                           |
| 外形寸法            | 幅461mm×奥行337mm×高さ293mm  |                           |
| 質量              | 約13.3kg                 |                           |
| 庫内有効寸法          | 幅267mm×奥行286mm×高さ約190mm |                           |
| コード長            | 約1.5m                   |                           |
| 電子レンジ           | 消費電力                    | 920/1250W(50/60Hz)        |
|                 | 高周波出力                   | 650W (60Hzのみ)/500W/200W相当 |
|                 | 発振周波数                   | 2450MHz                   |
| オーブン            | 消費電力                    | 1000W                     |
|                 | 温度調節範囲                  | 40℃ (発酵) 、100～200℃        |
| グリル             | 消費電力                    | 750W                      |
| 区分名             | B                       |                           |
| 電子レンジ機能の年間消費電力量 | 62.8kWh /年              |                           |
| オーブン機能の年間消費電力量  | 10.5kWh /年              |                           |
| 年間待機時消費電力量      | 0.0kWh/年                |                           |
| 年間消費電力量         | 73.3kWh/年               |                           |

- 年間消費電力量は、省エネ法・特定機器「電子レンジ」新測定法による数値です。
- 区分名は、省エネ法に基づき、機能、加熱方法、庫内容量の違いで分けています。
- 実際にお使いになるときの年間消費電力量は、周囲環境、使用回数、使用時間、食品の量などによって変化しますので、目安としてご覧ください。
- レンジ出力500W以上で15分を超えて動作した場合、出力は約350Wに自動的に切り換わります。
- 長期間ご使用になられないときは、電源プラグをコンセントから抜いてください。

## 【オートオフ機能】

- ドアを閉めて、何もしないと電源が切れて、表示部の表示が消えます。
- 次の場合は、電源が切れません。
  - ・冷却ファンが回っているとき
  - ・庫内が高温のとき

## 【消音機能】

「取消」ボタンを3秒以上長押しすると、表示部に「OFF」が表示されブザー音がしなくなります。解除するときは、再び「取消」ボタンを3秒以上長押しして、表示部に「ON」を表示させてください。  
 ※「OFF」「ON」を表示した後、「0」表示になることを確認してください。

## 【チャイルドロック】

「取消」ボタンを押しながら、「スタート」ボタンを押してください。ブザーが鳴り、表示部に「[ ]」と表示されます。このときは、どのボタンを押しても操作ができなくなります。  
 ※解除するときは、再び「取消」ボタンを押しながら「スタート」ボタンを押してください。

# アフターサービスについて

## 製品の保証について

- この説明書には製品の保証書がついています。  
保証書は、お買い上げの販売店で「お買い上げ日」「販売店名」などの記入を受け、ご確認のうえ内容をよくお読みいただき大切に保管してください。
- 保証期間は、お買い上げ日より1年間です。(マグネトロンのみ2年間です。)  
保証書の記載内容により修理をいたしますが、保証期間中でも有料となる場合があります。
- 保証期間後の修理  
お買い上げ販売店にご相談ください。修理によって使用できる場合は、ご要望により有料修理いたします。

## 修理を依頼されるときは

「故障かな?と思ったら」に沿ってご確認いただき、それでも異常のあるときは、ただちに使用を中止し、お買い上げ販売店に修理をお申しつけください。ご自分での分解・修理は、絶対にしないでください。  
感電やけがの恐れがあります。

## 補修用性能部品について

この製品の補修用性能部品の最低保有期間は製造打切り後8年です。補修用性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品です。

## ■使いかたや、お手入れなどのご相談は下記へ

この商品についてのお取り扱い・お手入れ方法などのご相談、ご転居されたりご贈答品などで、販売店に修理のご相談ができない場合は、右記までご相談ください。

### お客様ご相談窓口

ダイヤル  0570-019-700

※PHS、IP電話など一部の電話からのご利用はできません。  
受付時間 10:00～17:00 (土・日・祝日を除く)

- Eメールでのご相談も受け付けております。  
その際は商品名・品番・ご相談内容・お名前・お電話番号をご記入の上、ご相談ください。

### Eメールでのご相談は

info\_a@yamazen.co.jp

### 個人情報のお取り扱いについて

株式会社 山善及びその関係会社は、お客様の個人情報やご相談内容を、ご相談への対応や修理、その確認などのために利用し、その記録を残すことがあります。また、個人情報を適切に管理し、修理業務などを委託する場合や正当な理由がある場合を除き、第三者には提供しません。

※お問い合わせの際には、保証書に記載の商品名・品番をご連絡ください。