家庭用

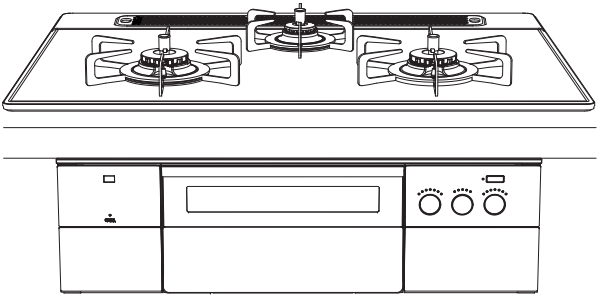
全口センサー搭載
Si センサーコンロ

ガスビルトインコンロ
（レンジフード連動機能付）

取扱説明書 保証書付

マルチグリル

型　番
210-H670・H672型 210-H680・H681型 210-H682・H683型



このたびは、大阪ガスのガスビルトインコンロをお買い上げいただき、
まことにありがとうございます。

よく読んで安全に正しくお使いください

○この取扱説明書は、いつでも利用できる場所に大切に保管してください。
○この取扱説明書の裏表紙が保証書になっています。
　お買い上げ日、販売店名、保証内容などをよく確認し、大切に保管してください。
○来客者などが機器を使用するときは、その前に必ず取扱説明書の内容を説明してください。
○この機器は家庭用ですので、業務用のような使いかたをされますと、著しく寿命が短くなります。
○この機器は国内専用です。海外では使用できません。
○本書を紛失された場合や、ご不明な点があればお買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）にお問い合わせください。

料理をする際は、付属のスタートガイドを参照してください

大阪ガス

36553500

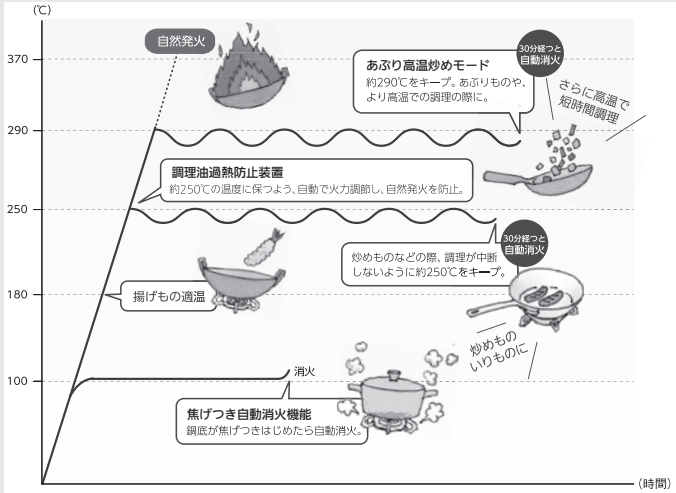
Tオ35

Siセンサーコンロについて

全口センサー搭載
Siセンサーコンロ

安心（Safety）、便利（Support）、笑顔（Smile）を約束する、
賢い（Intelligent）センサーを搭載した、進化したコンロです。

温度センサーのはたらき



◎風や煮こぼれで火が消えた場合、自動的にガスを止めます！	**立消え安全装置**
◎万一消し忘れても、一定時間で自動消火します！	**消し忘れ消火機能**
◎天ぷら油の過熱を未然に防止します！	**調理油過熱防止装置**
◎煮ものなどの焦げつきを初期段階で検知し、自動消火します！	**焦げつき自動消火機能**
◎そで口への引火を未然に防ぎます！（鍋を置かないと、安全のため点火しません）	**鍋なし検知機能**

※鍋なし検知機能は左右コンロのみにはたらく機能です。

とくに多いご質問です

・電源が入らない
・電源ランプが点滅している

乾電池が消耗しているためです。
新品のアルカリ乾電池（単1形：2個）と交換してください。
乾電池を交換する（電源ランプ点滅）めやすは6ヶ月〜1年程度です。
☞21

・火がつかない

鍋なし検知機能がはたらいているためです。
鍋などを置いていないと、安全のため点火しません。
鍋などを置いて、点火してください。
☞19

・勝手に火が小さくなったり、火が消えたりする

安心・安全機能がはたらいているためです。
自動的に火力を弱火に調節したり、自動消火し、高温になり過ぎることを防止します。
また、あぶり高温炒めキーを押すと、通常時より高温での調理ができますが、異常過熱を防止するために温度センサーの温度が上がりすぎたり、約60分（高温で自動火力調節している状態の場合は約30分）連続使用すると、消し忘れ消火機能がはたらき自動消火します。
※自動火力調節で弱火になっている場合は、火力を強くしても受け付けません。
☞18 43

※☞□ 内の数字は、参照ページを示しています。

もくじ

各部のなまえ …… 3
かんたん操作ガイド …… 5

安全なご利用のために
必ずお守りください（安全上の注意）… 7

このコンロについて
お知らせ機能 …… 17
安心・安全機能 …… 18
乾電池を交換する …… 21

毎日の使いかた
コンロを使う準備 …… 23
コンロの使いかた（基本操作）…… 25
タイマーモード（左右コンロ）…… 27
温度キープモード（左右コンロ）…… 29
湯わかしモード（左右コンロ）…… 31
麺ゆでモード（左右コンロ）…… 33
焼サポートモード（左右コンロ）…… 35
煮るオートモード（左右コンロ）…… 37
炊飯の準備 …… 39
炊飯モード（後コンロ）…… 41
あぶり高温炒めモード（左右コンロ）…… 43
マルチグリルで調理 …… 45
マルチグリルを使う準備 …… 47
マルチグリル
オートメニュー …… 49
オートメニュー（ごはん）…… 55
調理モード …… 57
調理モード（解凍焼き上げ）…… 59
調理モード（冷凍食品）…… 63
調理モード（低温調理）…… 67
調理モード（燻製）…… 69
調理モード（パン発酵焼き上げ）…… 73
おすすめメニュー …… 75
アプリ
コンロアプリを使う準備 …… 77
コンロアプリ …… 79

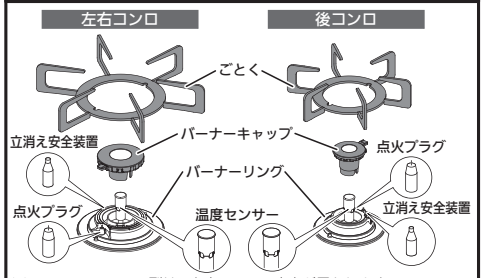
便利な使いかた
レンジフード連動機能 …… 81
各種設定の変更（カスタマイズ機能）… 82

長くご利用いただくために
日常点検とお手入れ …… 85
お手入れ …… 87
よくあるご質問 …… 101
ブザー報知とお知らせ表示 …… 109
長期間使用しない場合／仕様 …… 113
アフターサービス／廃棄時のお願い… 114
交換部品（消耗部品）…… 115
別売部品 …… 116
保証書 …… 裏表紙

各部のなまえ

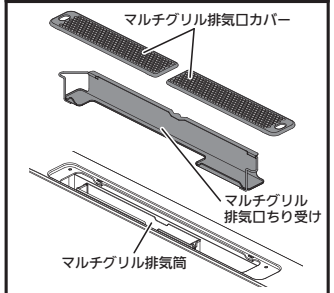
・イラストは、トッププレートが75cm幅タイプで説明しています。
・取り付け方法については、「お手入れ」(89〜100ページ)を参照してください。

コンロ部

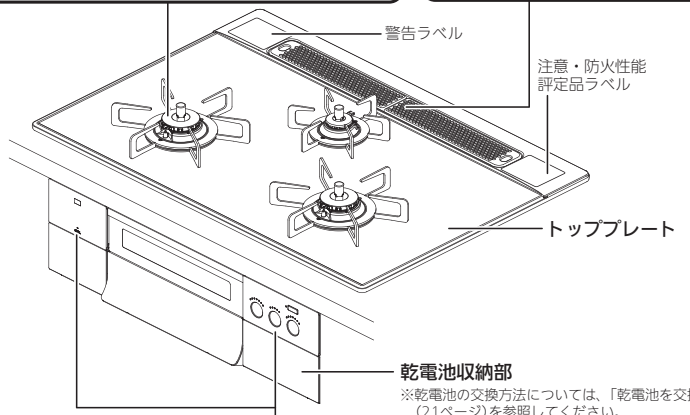


※210-H680〜H683型は、左右コンロの火力が異なります。
チャオコンロ側には、チャオラベルをコンロ手前に貼っています。
※型番が210-H672・H682・H683型のごとくは、ステンレス仕様になります。
その他は、ホーロー仕様です。

マルチグリル排気口部

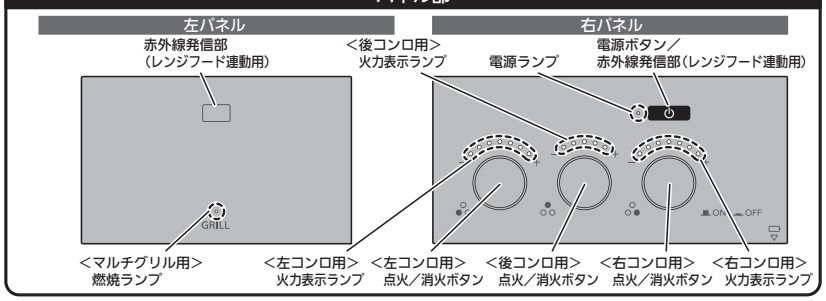


※マルチグリル排気口ちり受けは、コンロ下にガスオーブンが設置されている場合は、取り付けられていません。

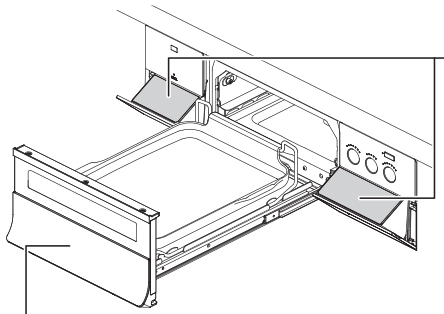


※乾電池の交換方法については、「乾電池を交換する」(21ページ)を参照してください。

パネル部



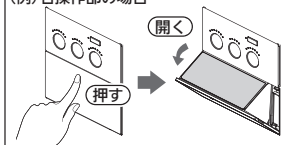
型番	トッププレート		ごとく	左コンロ仕様	右コンロ仕様
	ガラス色	幅			
210-H670型	プラチナシルバー	75cm	ホーロータイプ	チャオコンロ	
210-H672型	ロイヤルブラック		ステンレスタイプ		
210-H680型	プラチナシルバー	60cm	ホーロータイプ	チャオコンロ	標準コンロ
210-H681型				標準コンロ	チャオコンロ
210-H682型	ロイヤルブラック		ステンレスタイプ	チャオコンロ	標準コンロ
210-H683型				標準コンロ	チャオコンロ



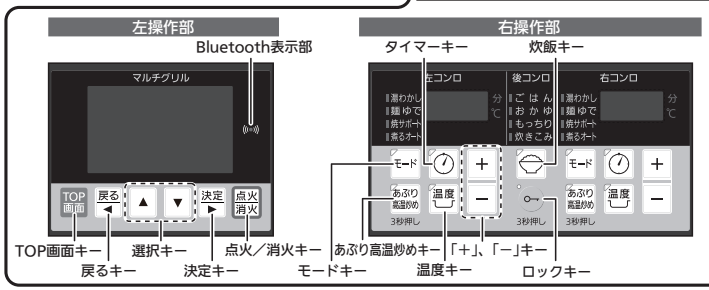
操作部

操作部の開けかた

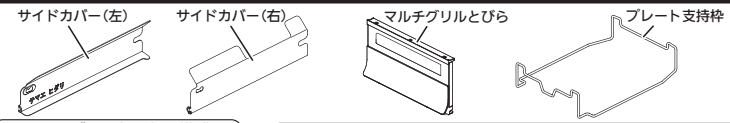
(例)右操作部の場合



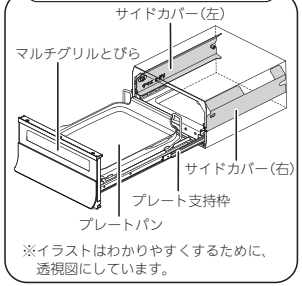
※保護シートが貼ってある場合があります。
使用する際には取り外してください。



マルチグリル部

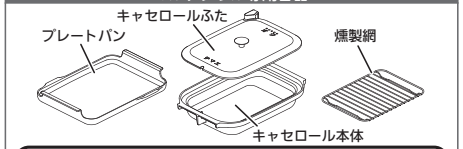


マルチグリル部の部品構成



※イラストはわかりやすくするために、
透視図にしています。

マルチグリル専用容器



波型プレートパンは別売部品です 116

波型プレートパンのお求めは、
お買い上げの販売店または、
もよりの大阪ガス(別紙お問い合わせ先一覧表)にお問い合わせください。

かんたん操作ガイド

コンロを使う準備 ☞23　マルチグリルを使う準備 ☞47

共通操作

はじめに・・・電源を入れる

❶ 『ピッ』と音がするまで押す（約0.3秒）

左右コンロ　タイマーで煮る、ゆでる ☞27

❷ 点火し、火力調節する　弱火 ⇄ 強火　炎があふれない程度に調節

❸ タイマー設定する　1 分

終了30秒前（ピピピッ）→ 終了(自動消火)（ピー）

❹ 点火／消火ボタンを戻す

左右コンロ　揚げる、焼く ☞29

❷ 点火し、火力調節する　弱火 ⇄ 強火　炎があふれない程度に調節

❸ 温度を設定する　温度　180 ℃

設定温度到達（ピピピッ）→ 調理開始

❹ 調理が終了したら、消火する

左右コンロ　お湯をわかす ☞31

❷ 点火し、火力調節する　弱火 ⇄ 強火　炎があふれない程度に調節

❸ 湯わかしを設定する　モード　湯わかし／麺ゆで／焼サポート／煮るオート　5 分

ふっとうしたら、保温開始（ピピピッ）→ 終了30秒前（ピピピッ）→ 終了(自動消火)（ピー）

❹ 点火／消火ボタンを戻す

左右コンロ　麺をゆでる ☞33

❷ 点火し、火力調節する　弱火 ⇄ 強火　炎があふれない程度に調節

❸ 麺ゆでを設定する　モード　湯わかし／麺ゆで／焼サポート／煮るオート　3 分

❹ 麺を入れ、モードキーを押す

ふっとう（ピピピッ）→ 調理開始 → モード → 終了30秒前（ピピピッ）→ 終了(自動消火)（ピー）

❺ 点火／消火ボタンを戻す

左右コンロ　焼サポート ☞35

❷ 点火する

❸ 焼サポートを設定する　モード　湯わかし／麺ゆで／焼サポート／煮るオート

予熱開始（10 分）→ 予熱終了（5 分）（ピピピッ）→ 食材を投入 → 表面調理開始

❹ 表面調理を開始する

❺ 裏面調理を開始する

表面タイマー終了30秒前（ピピピッ）→ 表面タイマー終了（5 分）（ピピピッ）→ 食材をひっくり返したりする → 裏面調理開始 → モード → 裏面タイマー終了30秒前（ピピピッ）→ 裏面タイマー終了（ピー）

❻ 点火／消火ボタンを戻す

左右コンロ　煮るオート ☞37

❷ 点火する

❸ 煮るオートを設定する　モード　湯わかし／麺ゆで／焼サポート／煮るオート

残り時間を表示（30 分）（ピピピッ）→ 終了30秒前（ピピピッ）→ 終了(自動消火)（ピー）

❹ 点火／消火ボタンを戻す

後コンロ　ごはんを炊く ☞41

（炊飯の準備 ☞39）

❷ 点火する

❸ 炊飯を設定する　ごはん／おかゆ／もっちり／炊きこみ

ごはんの場合

自動消火後、むらし開始（ピピピッ）→ むらし終了2分前 → 終了（ピー）

❹ 点火／消火ボタンを戻す

左右コンロ　あぶる、炒める ☞43

❷ 点火し、火力調節する　弱火 ⇄ 強火　炎があふれない程度に調節

❸ あぶり高温炒めを設定する　押している間点滅　あぶり高温炒め 3秒押し → あぶり高温炒め 3秒押し

調理開始

❹ 調理が終了したら、消火する

マルチグリル　各メニュー、モードで調理する ☞49～75

❷ 容器を設定する

プレートパンを設定した場合　▲ ▼ 決定 ▶

りれきから選ぶ／プレートパン／キャセロール／設定変更

❸ 各メニュー、モードを設定する

調理モードを設定した場合　▲ ▼ 決定 ▶ → ▲ ▼ 決定 ▶

オートメニュー／調理モード／おすすめメニュー／焼く／あたためる／ノンフライ／解凍焼き上げ

❹ 火加減、タイマーを設定する

火加減を設定　▲ ▼ 決定 ▶

調理モード　プレートパン／焼く／火加減 中／タイマー 10 分

タイマーを設定　▲ ▼ 決定 ▶

❺ 点火する

点火 消火　調理モード　プレートパン／焼く／火加減 中／タイマー 10 分　調理中

終了(自動消火)　調理モード　調理が終了しました　右端の消火キーを押してください（ピー）

必ずお守りください（安全上の注意）

安全に正しく使用していただくために必ずお読みください

使用される方や他の方への危害、財産への損害を未然に防止するために、つぎのような区分、表示をしています。いずれも安全に関する重要な内容ですので、必ずお守りいただき、内容を理解して正しく使用してください。

■危害、損害の程度による内容の区分

⚠危険	この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う危険または、火災が切迫して生じることが想定される内容です。
⚠警告	この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う可能性または、火災が想定される内容です。
⚠注意	この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が軽傷を負う可能性および物的損害のみが発生する可能性が想定される内容です。
お願い	安全に快適に使用していただくために、理解していただきたい内容です。

■注意、禁止内容の絵表示

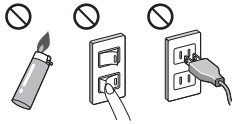
必ず守る	換気する	禁止	火気禁止
分解禁止	接触禁止		

ガス漏れに気づいたときは

⚠危険

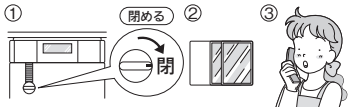
火気禁止
- **絶対に火をつけない**
- **電気器具（換気扇など）のスイッチの入／切をしない**
- **電源プラグの抜き差しをしない**
- **周辺で電話を使用しない**

火や火花で引火し、爆発事故を起こすことがあります。



必ず守る
- **すぐに使用をやめる**

①火を消し、ガス栓を閉める。
②窓や戸を開け、ガスを外に出す。
③お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）に連絡する。



異常時

⚠警告

必ず守る
- **点火しない場合または、使用中に異常な燃焼、臭気、異常音などを感じたときは、すぐに使用をやめる**

①火を消し、ガス栓を閉める。
②『よくあるご質問』（101〜108ページ）、『ブザー報知とお知らせ表示』（109〜112ページ）に従い、処置をする。
③上記の処置をしても、なおらない場合は、お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）に連絡する。

必ず守る
- **地震、火災などの緊急の場合は、ただちに使用を中止し、ガス栓を閉める**

使用時や使用後は

⚠警告

必ず守る
- **点火、消火のあとは、必ず炎を確かめる**

火災や思わぬ事故の原因になります。
※また、使用後は、ガス栓を閉めてください。

⚠注意

必ず守る
- **使用するバーナーの点火／消火ボタンを確認してから点火操作をする**

間違って操作すると、別のバーナーが点火して、火災や思わぬ事故の原因になります。

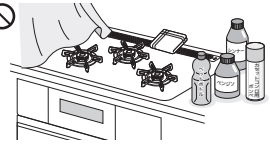
必ず守る
- **点火操作をしても点火しない場合は、点火／消火ボタンを押し、「消火の状態」に戻し、周囲のガスがなくなってから再度点火する**

すぐに点火操作をすると、周囲のガスに引火して衣服に燃え移ったり、やけどをするおそれがあります。

機器周辺には

⚠警告

禁止
- **爆発のおそれがあるもの、引火しやすいものや燃えやすいものを機器の近くで使用したり、置いたりしない**
  - **熱で圧力が上がるもの**（スプレー缶、カセットコンロ用ボンベなど）
    爆発のおそれがあります。
  - **引火しやすいもの**（スプレー、ガソリン、ベンジンなど）
  - **燃えやすいもの**（ペットボトル、プラスチック類、ふきん、タオル、カーテン、調理油、新聞紙、ビニールシートなど）
    火災の原因になります。



⚠警告

禁止
- **調理以外の用途には使用しない**

練炭の火起こしや衣類（ふきんなど）の乾燥などに使用しないでください。
異常過熱、異常燃焼による機器焼損、火災の原因になります。

禁止
- **補助具（アルミはく製しる受け、省エネごとくなど）は、機器に付属または機器指定の補助具以外、使用しない**

一酸化炭素中毒や機器の異常過熱のおそれがあります。

禁止
- **マルチグリルに指定以外の容器やプレートを入れて使用しない**

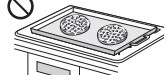
一酸化炭素中毒や機器の異常過熱のおそれがあります。

禁止
- **焼網は使用しない**

トッププレートに落ちた油などが発火したり、機器の異常過熱のおそれがあります。

禁止
- **コンロをおおうような、大きな鉄板や鍋は使用しない**

不完全燃焼をおこしたり、機器の異常過熱のおそれがあります。



⚠注意

禁止
- **マルチグリルとびら、操作部、乾電池収納部などに、ものをのせたり、強い力を加えない**

けが、機器損傷の原因になります。

使用中は

⚠警告

禁止
- **火をつけたまま離れない**
- **火をつけたまま就寝や外出は絶対にしない**

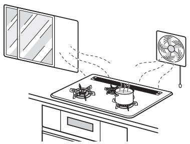
調理中のものが焦げたり燃えたりするなど、火災の原因になります。
※とくに天ぷらや揚げもの調理、マルチグリルを使用しているときは注意してください。電話や来客の場合は、一旦火を消してください。

必ずお守りください（安全上の注意）

使用中は（続き）

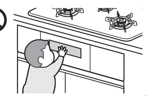
⚠注意

換気する
- **必ず換気をする**
  窓を開けたり換気扇を回すなど、換気を行ってください。
  換気を行わずに、他の燃焼機器と同時に使用した場合など、
  不完全燃焼による一酸化炭素中毒の原因になります。
  ※屋内設置（密閉式は除く）の給湯器やふろがまを使用している場合は、換気扇を回さず、窓を開けて換気をしてください。換気扇を回すと給湯器やふろがまの排気ガスが逆流して一酸化炭素中毒の原因になります。



禁止
- **点火操作時や使用中は、バーナーとマルチグリル排気口付近に顔や手などを近付けない**
  炎や熱で顔や手などに、やけどをするおそれがあります。

接触禁止
- **使用中や使用直後は操作部以外には触れない**
  機器本体とその周辺や調理用具の熱で、やけどのおそれがあります。
  - 1カ所のみのコンロを使用している場合でも、使用していないコンロ側のトッププレートも熱伝導で熱くなる場合があります。
  - マルチグリルのみを使用してもマルチグリルバーナーの炎や排気の熱により、トッププレートやマルチグリルとびらのガラスが熱くなります。
  - ビルトインオーブンを設置している場合、コンロやマルチグリルを使用していなくてもオーブンを使用すると、トッププレートやマルチグリル排気口カバーが熱くなります。

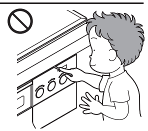


必ず守る
- **つかまり立ち、伝い歩きをする乳幼児がマルチグリルとびらでやけどしないように注意する**
  やけどやけがなど思わぬ事故の原因になります。

⚠警告

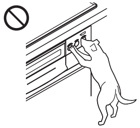
禁止
- **マルチグリル排気口にふきんや異物を入れない**
  火災の原因になります。また、思わぬ事故や故障の原因になります。
  ※ふきんや異物が入った場合は、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）にお問い合わせください。

⚠注意



必ず守る
- **子供だけで使わせたり、乳幼児が触れないように注意する**
  やけどやけがなど思わぬ事故の原因になります。
  乳幼児が触れても点火しないよう、ロック機能を設定することができます。（24ページ）

禁止
- **操作部などのすき間に異物を入れない**
  思わぬ事故や故障の原因になります。



必ず守る
- **ペット（犬や猫など）を室内で飼っている場合、機器を使用しないときはロック機能を設定する、またはガス栓を閉める**
  ペット（犬や猫など）が機器や流し台に飛び乗ろうとしたり、飛びかかった際に誤って点火／消火ボタンを押してしまうことがあります。
  ペットがやけどをしたり、火災のおそれがあります。機器を使用しないときは、ロック機能を設定してください。（24ページ）
  または、ガス栓を閉めてください。

電波について

⚠注意

必ず守る
- **本製品には、電波法に基づく小電力データ通信システムの無線局として、工場設計認証を受けた無線設備を内蔵しています。**
- **本機の使用上の注意事項**
  本機の使用周波数は2.4GHz帯です。この周波数帯では電子レンジなどの産業、科学、医療用機器の他、他の同種無線局、工場の製造ラインなどで使用される免許を要する移動体識別用構内無線局、免許を要しない特定の小電力無線局、アマチュア無線局など（以下「他の無線局」と略す）が運用されています。
  - 本機を使用する前に、近くで「他の無線局」が運用されていないことを確認してください。
  - 万一、本機の「他の無線局」との間に電波干渉が発生した場合には、速やかに本機の使用場所を変えるか、または機器の運用を停止（電波の発射を停止）してください。

コンロ編

使用中は

⚠警告

必ず守る
- **コンロ使用中は、身体や衣服が炎に近付かないように注意する**
  衣服に炎が移って、やけどをするおそれがあります。
  また、温度センサーがはたらいて炎が自動的に大きくなったり、風で炎があおられて鍋底からあふれ、衣服に移ることがありますので注意してください。

⚠注意

必ず守る
- **エアコン、扇風機などの風がコンロの炎にあたらないように配慮して使用する**
  風があたると温度センサーが鍋底の温度を正しく検知できず、炎が途中で消えたり機器損傷の原因になります。

必ず守る
- **やかんや鍋などの大きさに合わせて火力を調節する**
  はみ出した炎により、やかんや鍋の取っ手などが過熱され、やけどや取っ手などの焼損の原因になります。

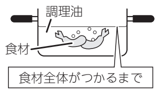
揚げもの調理の際は

⚠警告

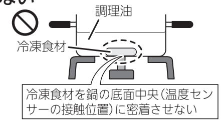
禁止
- **あぶり高温炒めモードで揚げもの調理をしない**
  調理油の温度が高くなり、発火するおそれがあります。

禁止
- **耐熱ガラス容器や土鍋など、熱が伝わりにくい容器で油料理をしない**
  調理油過熱防止装置が正常に作動せず、調理油が発火するおそれがあります。

必ず守る
- **揚げものは食材全体が十分につかるまで調理油（必ず200mL以上）を入れて行う**
  調理油の量が少なかったり、減ってきたりすると、発火するおそれがあります。
  とくに、フライパンなどの底が広い鍋で揚げものをする際は、食材全体が調理油に十分につかっていないと、発火するおそれがあります。



禁止
- **冷凍食材を鍋の底面中央に密着させた状態で揚げものをしない**
  鍋の底面中央（温度センサーの接触位置）に冷凍食材が密着した状態で揚げもの調理をすると、温度センサーが鍋底の温度を正しく検知しないため、発火するおそれがあります。
  食材は中央部を避けて置いてください。



禁止
- **複数回使った調理油で揚げものをしない**
  何回も使用して茶褐色に変色した調理油、にごった調理油、揚げカスなどが沈んだまま残っている調理油は使用しないでください。発火するおそれがあります。

禁止
- **揚げすぎない**
  豆腐などの水分の多いものや、衣つきのコロッケなどの破裂しやすいものは、とくに注意してください。揚げすぎると油が飛び散り、発火や、やけどのおそれがあります。

⚠注意

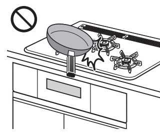
必ず守る
- **調理油過熱防止装置がはたらいたときは、鍋や油の温度が相当高くなっているため注意する**
  やけどやけがの原因になります。

⚠警告

禁止
- **調理油の廃油凝固剤使用時に油を加熱するときは、絶対に機器から離れない**
  廃油凝固剤の分量を守り、油の温度が上がりすぎないように注意し、溶けたらすぐに消火してください。廃油凝固剤を入れすぎたり、加熱しすぎると、発火するおそれがあります。

トッププレートについて

⚠警告



禁止
- **衝撃や荷重を加えない**
- **上にのらない**
  トッププレートが変形、破損して、異常過熱や火災の原因になります。
  ※破損したときは、けがの原因になりますので、程度の大小に関係なく、すぐに修理を依頼してください。

必ずお守りください（安全上の注意）

コンロ編

温度センサーは

⚠警告

禁止
- **温度センサーの改造や取り外しての使用は行わない**
  温度センサーが正しくはたらかなくなり、火災の原因になります。

⚠注意

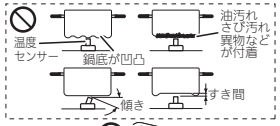
禁止
- **強いショックを加えたり、キズをつけない**
  鍋底に温度センサーが密着しなくなり、調理油が発火する場合があります。
  また、温度センサーが故障すると安心・安全機能が作動しない場合があります。

必ず守る
- **こまめにお手入れし、上下にスムーズに動くことを確認する**
  鍋底に温度センサーが密着しなくなり、調理油が発火する場合があります。
  また、動きが悪いと鍋などが傾き、お湯などがこぼれ、やけどの原因にもなります。密着しない場合、点検、修理を依頼してください。

鍋などについて

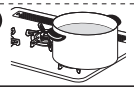
⚠警告

禁止
- **温度センサーの上面と鍋底やフライパンの底などが密着していないときは使用しない**
- **鍋底やフライパンの底などに異物や著しい汚れ、焦げなどが付着したまま使用しない**
  温度センサーが鍋底やフライパンの底などの温度を正しく検知できずに、発火や途中消火、機器焼損の原因になります。



必ず守る
- **鍋の重さは、調理物を含め300g以上で調理する**
  とくに片手鍋は調理物の重さが軽くなると温度センサーの力により、鍋やフライパンなどが押し上げられて傾いたり、ずれ落ちる場合がありますので、取っ手を持って安定した状態で使用してください。

禁止
- **鍋などが、トッププレートからはみ出した状態では使用しない**
  火災や機器焼損の原因になります。

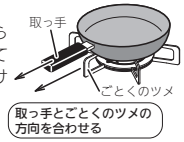


⚠注意

禁止
- **石焼きいもつぼなどの空焼きをする調理用具は使用しない**
  異常過熱による機器損傷の原因になります。

禁止
- **片手鍋、底がへこんだ鍋や丸い鍋、底がすべりやすい鍋、径の小さい鍋などは、不安定な状態で使用しない**

必ず守る
- **片手鍋などは、調理中に鍋のふたを取ったり、水分の蒸発などにより調理物の重さが軽くなると、温度センサーの力により押し上げられ、傾いたりずれ落ちる場合があるので取っ手を持って使用する**
  不安定な状態で使用すると、鍋の種類によっては、鍋が傾いたり滑って調理物が体にかかるなどしてやけどの原因になります。
  - 片手鍋やフライパンなど、重心が片寄った鍋は不安定な状態にならないよう、取っ手をごとくのツメ方向に合わせる、取っ手を持って使用する、取っ手などを機器の前面からはみ出さないよう横に向けて置くなど、安定した状態で使用してください。
  - 中華鍋などの底の丸い鍋は、取っ手を持ちながら使用してください。



禁止
- **ごとくを外して鍋などを直接コンロに置いて使用しない**
  不完全燃焼や機器焼損のおそれがあります。

禁止
- **トッププレートに鍋などをのせない**
  トッププレートのキズや損傷の原因になります。

必ず守る
- **陶器製鍋を使用する場合は、長時間の使用は避け、中火以下の火力で使用する**
  異常過熱による機器損傷の原因になります。

マルチグリル編

マルチグリルについて

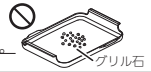
⚠警告

禁止
- **マルチグリル排気口の上に、ふきんやタオル、アルミはくなどをのせたり、ふさがない**
- **マルチグリル排気口の周りには、ものを置かない**
  火災や不完全燃焼の原因になります。

必ず守る
- **マルチグリル使用前はマルチグリル庫内を点検する**
  マルチグリル庫内に食品くずやふきんなどがあると、使用中に燃えることがあります。
  また、マルチグリルとびらに調理物をはさみこんだまま使用しないでください。

禁止
- **脂が出る料理には、プレートパンの上にアルミはくを敷かない**
  アルミはくの上に脂がたまり、発火する原因になります。
  ※鶏肉や脂がのったさんまなどは、脂が多く出ます。
  また、マルチグリルバーナーの炎口がつまり、燃焼不良、途中消火の原因になります。

禁止
- **マルチグリル専用容器にグリル石やグリルシートなどを入れない**
  たまった脂が過熱されたり、グリルシートに着火し、火災の原因になります。



⚠注意

禁止
- **マルチグリルとびらガラスに衝撃を加えたり（マルチグリルとびらの落下も含む）キズをつけたりしない**
- **使用中や使用直後に水をかけない**
  マルチグリルとびらガラスが割れて、やけどやけがの原因になります。

禁止
- **マルチグリル使用中や使用直後は、マルチグリルとびら取っ手以外は触らない**
  やけどの原因になります。

禁止
- **プレートパンに水などを入れて使用しない**
  マルチグリル機能が正しくはたらかず、燃焼不良の原因になります。
  また、水などが高温になり、こぼすとやけどの原因になります。
  ※水分の多い食材を加熱すると消火する場合があります。

禁止
- **マルチグリルで揚げもの調理をしない**
  油が過熱され、発火のおそれがあります。

必ず守る
- **プレート支持枠、マルチグリル専用容器を必ず使用する**
  機器の故障や調理物が異常に過熱され、発火のおそれがあります。

禁止
- **マルチグリルを使用するときは、マルチグリル排気口に手や顔などを近付けない**
  高温の排気が出て、やけどの原因になります。

必ず守る
- **鍋の取っ手などがマルチグリル排気口にかからないようにする**
  高温の排気が出て、やけどや鍋の取っ手などの焼損の原因になります。

禁止
- **マルチグリルとびらを開けたままマルチグリルを使用しない**
  ワークトップ（キッチンの天板）を焦がしたり、機器上部が異常に過熱され、やけどをする原因になります。

必ず守る
- **マルチグリル専用容器は、正しいメニュー／モードで使用する**
  変色、変形の原因や、機器の故障の原因になります。

マルチグリル使用中は

⚠注意

必ず守る
- **エアコン、扇風機などの風がマルチグリル排気口にあたらないように配慮して使用する**
  風があたると温度センサーが温度を正しく検知できず、調理物が焼け足りなかったり、焼きムラができます。

本ページの『プレートパン』は、別売部品の波型プレートパンも含み、説明しています。

必ずお守りください（安全上の注意）

マルチグリル編

マルチグリル使用中は（続き）

⚠注意

禁止
・調理物を焼きすぎない
調理物に火がつき、マルチグリル排気口から炎が出ることがあり、火災の原因になります。
マルチグリル庫内で調理物が燃えたり、たまった脂に引火した場合は、
①点火／消火キーを押し、マルチグリルを消火する。
②調理物の炎が消え、マルチグリル庫内が冷めるまでマルチグリルとびらを開けない。
③消火後、お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）に点検を依頼する。

必ず守る
・異なる調理物（焼き上がりの早い調理物、遅い調理物）を、同時に焼くときは注意する
調理物が焦げたり、発火するおそれがあります。

必ず守る
・鶏肉やさんまなどの脂の多い食材を焼くときは注意する
飛び散った脂に引火して、瞬間的にマルチグリル排気口から炎が出る場合があります。
やけどや火災などの原因になります。

お願い

必ず守る
・調理中にマルチグリルとびらを開けるときは、必ず一旦消火する
プレート検知機能（20ページ）がはたらき、約30秒経過すると自動消火します。

必ず守る
・とびらの開閉はゆっくり行う
調理物の水分、油分、低温調理の水がこぼれ、やけどや機器の故障の原因になります。

マルチグリル使用後は

⚠警告

必ず守る
・マルチグリル使用後および連続使用するときは、マルチグリル専用容器やサイドカバーにたまった脂、食品くずは、使用の都度取り除く
たまった脂、食品くずに火がついて火災のおそれがあります。

⚠注意

禁止
・使用直後にプレートパンから調理物を出し入れする場合は、マルチグリルとびらやプレート支持台は取り外さない
また、プレートパンにミトンや鍋つかみで手を添えたり、プレートパンをつかんで取り外さない
プレートパン、マルチグリルとびらなどが高温になっており、やけどの原因になります。

必ず守る
・プレートパンを持ち運びするときは、冷めてから持ち運ぶ
使用中や使用直後は、プレートパンは高温になっています。また、たまった脂などが高温になっており、やけどの原因になります。

必ず守る
・キャセロールを持ち運んだり、ふたを外したりするときは、必ずミトンや鍋つかみを使用する
キャセロールが高温になっており、やけどの原因になります。また、高温の調理物などがこぼれないように注意してください。

ミトンや鍋つかみを使用しても熱く感じる場合は、乾いたふきんなどを使ってキャセロールを持ち運びしてください。（ぬれぶきんは使用しないでください。やけどの原因になります。）

必ず守る
・マルチグリル過熱防止センサーがはたらいたときは、マルチグリルとびらガラスやマルチグリル専用容器などの温度が相当高くなっているため注意する
やけどやけがの原因になります。

お願い

必ず守る
・高温のマルチグリル専用容器をワークトップ（キッチンの天板）やテーブルに置く際は、鍋しきなどを使用する
ワークトップやテーブルが、変形や変色する原因になります。

本ページの『プレートパン』は、別売部品の波型プレートパンも含み、説明しています。

マルチグリル編

マルチグリル専用容器について

⚠注意

禁止
・プレートパンはマルチグリル以外では使用しない
機器の故障の原因や、温度センサーが正常にはたらかず、発火のおそれがあります。

必ず守る
・キャセロールは必ず正しくふたをセットして調理する
プレート検知機能がはたらき、点火しません。また、やけどや機器の故障の原因になります。

必ず守る
・マルチグリル専用容器は、使用中および使用直後は高温になるため、取り扱いに注意する
持ち手、ふたなどが高温になっており、やけどの原因になります。

お願い

禁止
・調理終了後、マルチグリル専用容器が高温の状態で水などに入れて急冷しない
変形などの原因になります。

禁止
・マルチグリル専用容器は汚れが残ったまま使用しない
汚れがとれにくくなったり、塗装のはく離、脂汚れによる発火や食材がくっつく原因になります。
ご使用の都度、お手入れしてください。

別売部品編

ふた（油はねガード）（別売部品）について

⚠注意

必ず守る
・油はねガードは、マルチグリル使用中および使用直後は高温になるため、取り出すときは必ず付属のホルダーを使用する。また、油はねガード、マルチグリルとびらやプレートパンなどに手を触れないように気をつける
やけどの原因になります。

禁止
・油はねガードはプレートパン、波型プレートパン以外に使用しない
破損の原因になります。

禁止
・調理終了後、高温状態の油はねガードを水などに入れて急冷しない
変形などの原因になります。

※詳しくは、別売部品の油はねガード取扱説明書を参照してください。

お手入れ編

お手入れの際は

⚠注意

必ず守る
・機器が十分冷めてから、手袋をして行う
やけどや機器の突起物などでけがをする原因になります。

禁止
・機器や機器周辺（キッチンの天板など）に水をかけたり、水を流しての掃除はしない
機器内部に水が浸入し、点火不良、不完全燃焼、故障の原因になります。

必ず守る
・ぬれぶきんやスポンジたわしを使用する場合はよくしぼり、水分を切ってから使用する
機器内部に水が浸入し、点火不良、不完全燃焼、故障の原因になります。

禁止
・トッププレートは取り外さない
裏面でけがをする原因になります。
また、ガラス裏面に洗剤や薬剤などが付着すると、変色したりキズの原因になります。

必ず守る
・コンロのバーナーキャップを水洗いしたあとは、よく水気を切る
水分が残ったまま取り付けると、点火不良や不完全燃焼の原因になります。

本ページの『プレートパン』は、別売部品の波型プレートパンも含み、説明しています。

必ずお守りください（安全上の注意）

お願い

機器の使用について

- **使用中も、ときどき正常に燃焼していることを確認してください。**
- **ガス栓を閉めて火を消さないでください。**
  やけどや思わぬ事故の原因になります。
- **機器の下にオーブンを設置して使用している場合、オーブンのとびらを半開きのままで使用しないでください。**
  やけどや過熱による変形などの原因になります。
- **トッププレートの上で、IHジャー炊飯器、卓上型IHクッキングヒーターなど電磁誘導加熱の調理機器を使わないでください。**
  磁力線により、機器が故障する原因になります。
- **トッププレートの上で、硬いものを落下させたり、鋭利なものでこすったりしないでください。**
  トッププレートが割れたり、キズの原因になります。
- **弱火で使用している場合は、機器下のキャビネットとびらや、マルチグリルとびらをゆっくり開閉してください。**
  開閉により発生した風で、火が消える場合があります。
- **トッププレートには、安全に関するラベルが貼り付けてあります。**
  もし、はがれたり、読めなくなった場合は、お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）に連絡してください。貼り替える場合はトッププレートの汚れをふき取り、同じ場所に貼り付けてください。

コンロの使用について

- **弱火のときは炎が見えにくい場合がありますので、消し忘れに注意してください。**
- **調理中に鍋をのせかえるときは、一旦火を消してください。**
- **強火で長時間使用すると土鍋やホーロー鍋など、鍋の種類によっては、ごとくがくっつくことがあります。**
  長時間使用したあとに、鍋を動かすときは、鍋とごとくがくっついていないことを確認してください。
  ごとくがくっついた場合は、すぐに元の位置に戻し、機器が冷めてからくっついたごとくを鍋から外してください。
  くっついたまま動かすと、ごとくが落下し、やけど、けが、機器損傷の原因になります。
- **煮こぼれしたときは、その都度お手入れを行ってください。**
  バーナーに煮こぼれがかかったまま放置すると、炎口がつまり機器内部で燃えることにより、点火不良や機器焼損の原因になります。機器の内部に煮汁が浸入すると、故障の原因になります。

突沸現象について

- **みそ汁やカレー、ミートソースなど、とろみのある料理を煮たり温めたりするときは、火力を弱めにして、よくかき混ぜてください。**
  強火で急に温めると、鍋底に沈んだみそやルーなどが突沸現象により突然噴き上がり、鍋がはねあがってやけどをする原因になります。（とくにだし入り豆みそ（赤みそなど）に注意してください。）

> 突沸現象とは、突然にふっとうする現象です。
> 水、牛乳、豆乳、酒、みそ汁、コーヒーなどの液体を温めるときに、ささいなきっかけ（容器をゆする、塩、砂糖などを入れる）で生じます。
> この現象が調理中に起きると、鍋がはねあがったり、高温の液体が飛び散るため、やけどやけがをするおそれがあります。これらの予防法として次の点にご注意ください。
> - **カレー、ミートソースなどのとろみのある料理やみそ汁などの汁ものの温めは弱火でかき混ぜながら加熱する。（強火で急に加熱しない。）**
> - **熱い汁ものに、塩、砂糖などの調味料を入れる場合は、少し冷ましてから行う。**
> - **鍋の大きさにあった火力で加熱する。**

設置編

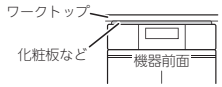
⚠警告

必ず守る
- **機器の設置、移動、取り外しの際は、お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）に依頼する**
  ガス配管接続には専門の資格、技術が必要です。

分解禁止
- **絶対に改造、分解は行わない**
  改造、分解は、不完全燃焼による一酸化炭素中毒となるおそれがあります。
  また、火災の原因になります。

⚠注意

禁止
- **ワークトップ（キッチンの天板）の前面部と機器本体上面との間を化粧板などで閉塞しない**
  不完全燃焼の原因になります。

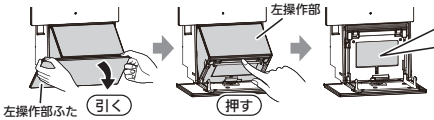


⚠警告

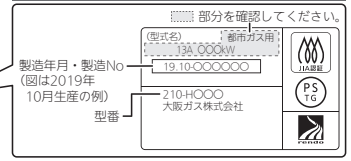
必ず守る
- **銘板に表示しているガス（ガスグループ）で使用する**
- **転居時は、供給ガスの種類が銘板の表示と一致していることを確認する**
  表示以外のガスで使用すると、不完全燃焼による一酸化炭素中毒、異常点火や機器が故障する原因になります。
  供給ガスがわからない場合は、お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）にお問い合わせください。

銘板の確認方法

①左操作部を押し、左操作部を開けてください。
②左操作部ふたの両端上側を裏から両手で手前に引く。
（左操作部と左操作部ふたが分かれます。）
③左操作部を機器本体へ押し込む。



銘板　※図は都市ガス用13Aの場合

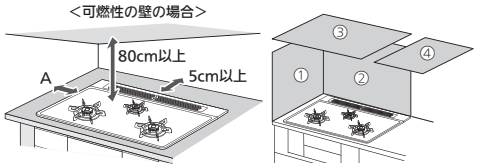


※銘板を確認後は、左操作部ふたを押し込み、浮きがないことを確認してください。（22ページ）

⚠警告

必ず守る
- **可燃性の部分（棚、壁、家具など）から十分離して設置する**
  火災予防条例で定められていますので、必ず守ってください。距離が近いと火災の原因になります。
  可燃性の壁との離隔距離を下図のように取れない場合は、必ず別売部品の防熱板を取り付けてください。
  ※表面がステンレスやタイルでも壁の内側がベニヤ板などの場合があります。確認できない場合は、防熱板が必要です。詳しくは、工事説明書を参照してください。
  ※防熱板のお求めは、お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）にお問い合わせください。

<可燃性の壁の場合>



防熱板

① DP0128型…側壁用
② LP0130型…後壁用（※1）
　LP0131型…後壁用（※2）
③ DP0129型…天井用
④ LP0117型…天井用補助（※2）

※1：トッププレート60cm幅タイプ用
※2：トッププレート75cm幅タイプ用

A寸法：《トッププレート60cm幅タイプ》：15cm以上
　　《トッププレート75cm幅タイプ》：7.5cm以上

必ず守る
- **機器周囲の改装をする場合（吊り戸棚を付けるなど）も、可燃物との離隔距離を確実に保つ**
  火災の原因になります。

お知らせ機能

お知らせ機能

各動作をブザー音とともに音声でお知らせ

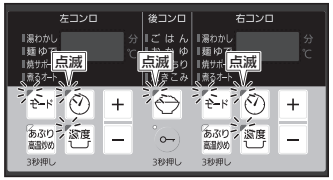
音声お知らせ機能 左右コンロ 後コンロ マルチグリル

音声お知らせ機能の有無および音量を変更することができます。
各種設定の変更（カスタマイズ機能）（83ページ）を参照してください。
※乾電池が消耗すると音量が小さくなります。早めに乾電池を交換してください。（21ページ）

電源を入れた際や点火操作時に操作できるキーをお知らせ

お知らせサイン 左右コンロ 後コンロ

電源を入れた際や点火操作をすると、操作できるキーを点滅でお知らせします。
・お知らせサインは、解除することができます。各種設定の変更（カスタマイズ機能）（83ページ）を参照してください。



自動火力調節中に火力が弱火から強火に切り替わる際に、ブザー音でお知らせ

強火切替お知らせブザー 左右コンロ 後コンロ

火力が自動で弱火から強火に切り替わる際に、ブザー音『ピピッ』でお知らせします。
・強火切替時のブザー音は、解除することができます。各種設定の変更（カスタマイズ機能）（83ページ）を参照してください。

マルチグリル調理中に自動で再点火する際に、ブザー音でお知らせ

マルチグリル再点火お知らせ機能 マルチグリル

マルチグリル調理中に自動で再点火する際に、ブザー音『ピピッ』でお知らせします。
・マルチグリル再点火お知らせ機能のブザー音は、解除することができます。各種設定の変更（カスタマイズ機能）（83ページ）を参照してください。

調理終了後にマルチグリルとびらを開けないと、ブザー音でお知らせ

マルチグリル取り出し忘れお知らせ機能 マルチグリル

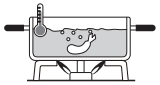
マルチグリル調理終了後にマルチグリルとびらを開けていない状態が約30秒続くと、調理物の取り出し忘れと判断して、ブザー音『ピピッ』（5回）でお知らせします。
・マルチグリル取り出し忘れお知らせ機能のブザー音は、解除することができます。
各種設定の変更（カスタマイズ機能）（83ページ）を参照してください。

安心・安全機能

過熱を未然に防止

調理油過熱防止装置 左右コンロ 後コンロ

油の温度を約250℃に保つよう、自動で強火と弱火を繰り返し、過熱による発火を防ぎます。
自動火力調節している状態が約30分続くと自動で火を消します。また、弱火の状態でも温度が上昇し、約250℃以上になった場合も自動で火を消します。
・鍋の種類や油の量によって自動消火時の油の温度は異なります。
・あぶり高温炒めモード使用時は、この機能ははたらきません。

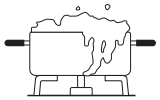


火力調節します

炎が消えるとガスを自動でストップ

立消え安全装置 左右コンロ 後コンロ マルチグリル

煮こぼれや風などで火が消えると、自動でガスを止めます。



ガスを止めます

万一消し忘れても一定時間で自動消火

コンロ消し忘れ消火機能 左右コンロ 後コンロ

コンロは点火後、約120分（高温で自動火力調節している状態の場合は約30分）で自動で火を消します。
コンロ消し忘れ消火機能の設定時間は、変更することができます。
各種設定の変更（カスタマイズ機能）（83ページ）を参照してください。
※コンロタイマー設定中は、消し忘れ消火機能は、はたらきません。

火を消します

マルチグリル消し忘れ消火機能 マルチグリル

点火するとタイマーが作動します。タイマー設定時間が経過すると、自動で火を消します。
マルチグリルは点火後、最長約199分で自動で火を消します。
※容器やメニューにより最長時間は異なります。

火を消します

煮ものなどで焦げついた場合、鍋を傷める前に自動消火

焦げつき自動消火機能 左右コンロ 後コンロ マルチグリル

煮もの調理などで鍋底が焦げつきはじめたら、自動で火を消します。
・鍋の材質、調理物の種類、火力によって焦げの程度は異なります。
・弱火から強火に切り替えたときに焦げつき自動消火機能がはたらいて自動消火することがあります。再度点火して使用してください。
・あぶり高温炒めモード使用時は、この機能ははたらきません。

火を消します

地震のときにも自動消火

感震停止機能 左右コンロ 後コンロ マルチグリル

機器本体が震度約4以上の揺れを検知すると、コンロ・マルチグリルとも自動で火を消します。
・感震停止機能は『解除』にすることができます。
各種設定の変更（カスタマイズ機能）（83ページ）を参照してください。

火を消します

電源を消し忘れても自動で電源オフ

電源オートパワーオフ機能 左右コンロ 後コンロ マルチグリル

調理終了後、電源を切り忘れても、約3分後に自動で電源を切ります。
・電源オートパワーオフ機能の時間は変更することができます。
各種設定の変更（カスタマイズ機能）（83ページ）を参照してください。

電源を切ります

安心・安全機能

誤って操作されるのを防止

ロック機能 （左右コンロ）（後コンロ）（マルチグリル）

小さなお子さまのいたずらや誤って操作された場合でも、作動しないようにロックすることができます。
ロックキーを3秒以上長押しすると、電源ボタン以外の操作キーがすべてロックされます。
電源ボタンを「切」にしても、ロックを解除するまでロック状態を記憶しています。（24ページ）

点火時の炎あふれを防止

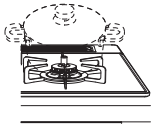
中火点火機能 （左右コンロ）

左右コンロ点火時の炎あふれを抑えるために、中火で点火します。

そで口への引火を未然に防止

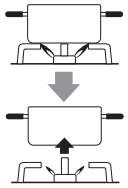
鍋なし検知機能 （左右コンロ）

・コンロの温度センサーには、鍋の有無を判断する検知機能を搭載しています。
鍋を置かないと点火しません。



点火しません

・調理中に鍋やフライパンを持ち上げると自動で弱火になります。
弱火の状態が約1分続くと、自動で火を消します。
また、調理中に鍋やフライパンを戻す（置く）と、自動で元の火力になります。
※火力が13段階中の4以下の場合は鍋を持ち上げても火力は変わりません。
・あぶり高温炒めモード使用時は、この機能ははたらきません。



弱火にします

⚠注意

必ずする **調理途中、鍋を上げたあとに鍋を戻すと、火力は元に戻ります**
バーナー付近には顔や手を近付けないでください。
やけどの原因になります。

温度センサーの異常を自動でチェック

センサーチェック機能 （左右コンロ）

温度センサーの上下動作による異常がないかを自動でチェックを行う機能です。
鍋などをコンロ上に長時間置いたままで点火操作を行うと、温度センサーが長時間動いていないため、機器が異常と判断し、点火しません。

点火しません

解除するには・・・

①点火／消火ボタンを「消火の状態」に戻す。（お知らせ表示が消えます。）
②コンロ上に置いてある鍋などを一旦持ち上げて、温度センサーから離す。

※上記方法でも使用できない場合は、点検が必要です。
お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）にお問い合わせください。

マルチグリル庫内が過熱すると自動消火

マルチグリル過熱防止センサー （マルチグリル）

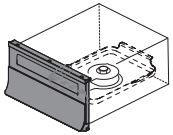
魚などの調理物を入れずに空焼きした場合や、マルチグリル庫内の温度が異常に高くなった場合に自動で火力を弱めたり、火を消します。

火を消します

誤った使用やワークトップ（キッチンの天板）が焦げることを未然に防止

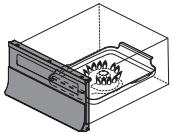
プレート検知機能 （マルチグリル）

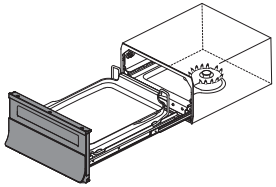
・マルチグリルのプレート検知センサーには、マルチグリル専用容器の有無、キャセロールふたの有無、調理途中のマルチグリルとびらの開閉状態を判断する検知機能を搭載しています。
プレートパン、波型プレートパン、ふたをしたキャセロールを置き、マルチグリルとびらを閉めないと点火しません。



点火しません

・調理途中にマルチグリルとびらを開けると自動で火力が弱まります。
マルチグリルとびらを開けた状態が約30秒続くと、自動で火を消します。
また、調理中にマルチグリルとびらを閉めると、自動で元の火力になります。
※右図はわかりやすくするため、マルチグリル庫内を透過させて表現しています。





弱火にします

プレート検知センサーの異常を自動でチェック

プレート検知センサーチェック機能 （マルチグリル）

マルチグリルプレート検知センサーに異常がないか自動でチェックを行う機能です。
マルチグリル専用容器をマルチグリル庫内に長時間置いたままで点火操作を行うと、プレート検知センサーが長時間動いていないため、機器が異常と判断し、点火しません。

点火しません

解除するには・・・

①点火／消火キーを押す。（お知らせ表示が消えます。）
②マルチグリルとびらを開け閉めする。

※上記方法でも使用できない場合は、点検が必要です。
お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）にお問い合わせください。

乾電池を交換する

乾電池の交換時期が近づくと電源ランプが点滅し、最初の点火操作時は、ブザー音『ピー』でお知らせします。（電源ランプが点滅すると、音声お知らせ機能、ブザー音量が小さくなります。）
乾電池の容量がなくなると点火できなくなりますので、新品のアルカリ乾電池（単1形：2個）と交換してください。

⚠注意

禁止

乾電池は充電、分解、加熱したり、火の中に投入しない
乾電池が破裂し、手や服などを汚すだけでなく、目などに入ると大変危険です。

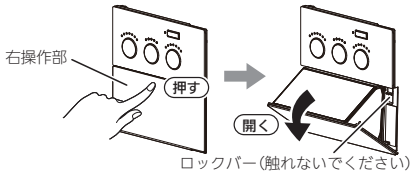
お願い

- 乾電池に記載してある注意事項をよく読み、正しく使用してください。
- 乾電池の組み込む方向を間違えないようにしてください。
- 乾電池が正しく組み込まれていなかったり、乾電池の容量がなくなった場合は使用できません。
- 乾電池は必ず2個とも同種類の新品のアルカリ乾電池を使用してください。
  アルカリ乾電池（単1形：2個）を使用した場合、乾電池を交換する（電源ランプ点滅）めやすは6ヶ月～1年程度です。
  （使用状況、乾電池製造メーカーにより使用可能時間が短くなる場合があります。
  また、新しい乾電池と古い乾電池の組み合わせや、種類の違う乾電池を混ぜて使用した場合や、マンガン乾電池を使用した場合は、使用可能時間が短くなります。）
- 未使用の乾電池でも「使用推奨期限（月、年）」を過ぎている場合は、自然放電により短時間で電源ランプが点滅する場合があります。
  また、付属のアルカリ乾電池（単1形：2個）は、工場出荷時期により寿命が短くなっている場合があります。
- 乾電池ケースに水や異物が入った場合、ふき取ってきれいにしてください。電池機能不良の原因となります。
- 単2形、単3形乾電池を単1形サイズにする電池スペーサーや充電式単1形乾電池は、使用できない場合があります。
  また、使用できた場合でも使用可能時間が極端に短くなります。

① 機器が冷めていることを確認する

② 右操作部を開ける

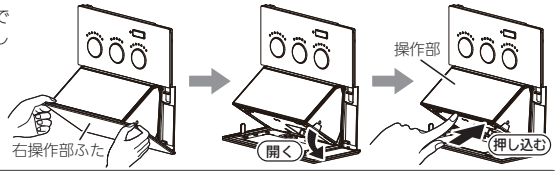
●右操作部を押し、右操作部を開けてください。



③ 右操作部ふたを外し、操作部を押し込む

●右操作部ふたの両端上部を両手で矢印の方向に開け、操作部を押し込んでください。

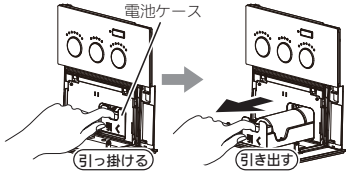
※右操作部ふたは、約90°まで開きます。
それ以上は無理に開けないでください。
また、片手で引っ張るなどして無理な力を加えないでください。
右操作部ふたが、破損する原因になります。



④ 電池ケースを引き出す

●電池ケースの上部に指を引っ掛けて、電池ケースを引き出してください。

※電池ケースは、落下防止のため、乾電池が取り出せる位置で止まります。
※電池ケースを引き出すときは、ゆっくりと引き出してください。
強く引き出すと、破損する原因になります。

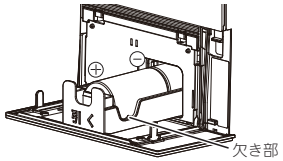


⑤ 乾電池を交換する

●アルカリ乾電池（単1形：2個）の ⊕ ⊖ を確かめ、乾電池を交換してください。
電池ケース右側の欠き部より指を入れて、上方向に取り出してください。奥の電池を取り出すときは、電池の上に指を添え、まっすぐ手前に引き出し、上方向に取り出してください。

※乾電池の組み込む方向を間違えないようにしてください。
発熱や液漏れの原因になります。

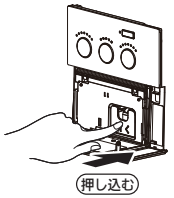
乾電池の取り出しかた



⑥ 電池ケースを押し込む

●電池ケースをしっかり奥まで押し込んでください。

※電池ケースを奥まで押し込んでいない状態で、右操作部ふたを閉めないでください。
右操作部ふたが、破損する原因になります。



⑦ 右操作部ふたを閉める

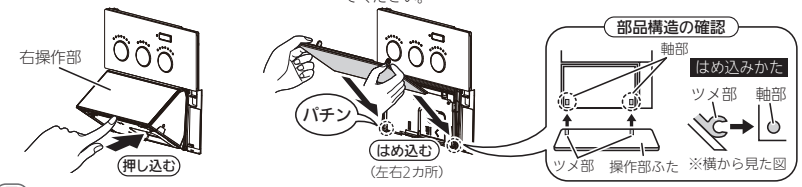
●右操作部ふたを元通りに閉めて、電源ボタンを押して機器の電源が入るか確認してください。

操作部ふたが機器本体から外れた場合

※下図は右操作部ふたで説明しています。左操作部ふたも同じ要領で取り付けてください。

① 操作部を本体に押し込んでください。

② 操作部のふたのツメ部（左右2カ所）を本体軸部（両端部）に『パチン』と音がするまではめ込んでください。



③ 以降の手順は上記の「⑦右操作部ふたを閉める」を参照してください。

コンロを使う準備

調理に適した鍋

※炊飯に適した鍋については40ページを参照してください。

鍋などの種類	煮ものなど	炒めもの揚げものなど（揚げもの時の油の量：200mL以上）	便利機能 温度キープモード 29（揚げもの時の油の量：500～1000mL）	湯わかしモード 31（水の量：500～2000mL）	麺ゆでモード 33（水の量：500～3000mL）	焼サポートモード 35	煮るオートモード 37（水の量：2000～4000mL）
アルミ製の鍋、文化鍋	○	○	○	○	○ 深めのもの	×	○
ホーロー鍋、ステンレス製の鍋（厚手）（鍋底厚み2mm以上）	○	○	○	○	○ 深めのもの	×	×
ステンレス製の鍋（薄手）（鍋底厚み2mm未満）	○※1	×	×	○	○ 深めのもの	×	×
ステンレス製の無水鍋、ステンレス製の多層鍋	○※2	○	×	○	○ 深めのもの	×	×
鉄製の鍋、中華鍋、フライパン	○	○	○ ※3	×	×	○ ※4	×
土鍋、圧力鍋、耐熱ガラス容器	○※2	×	×	×	×	×	×
やかん	—	—	—	○	—	—	—

○：適しています。　×：適していません。（温度を正しく検知しない場合があります。）

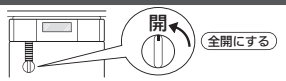
※1：焦げつきがきつくなります。
※2：途中消火したり、焦げつく場合があります。
　左右コンロはあぶり高温炒めモード（43ページ）にすると途中消火せず使用できます。
　ただし、焦げつき自動消火機能がはたらかないため注意してください。
※3：フライパンは焼きものに使用してください。
※4：アルミフライパンを使用してください。

中華鍋を使うときのお願い

- 底の平らな鍋を使用してください。
- 鍋底と温度センサーが密着していることを確かめてから使用してください。
- 中華鍋の種類によっては、鍋が安定せず、温度センサーが正しくはたらきません。
- 必ず取っ手を持って調理してください。

①ガス栓を全開にする

●ガス栓を『開』の状態にしてください。

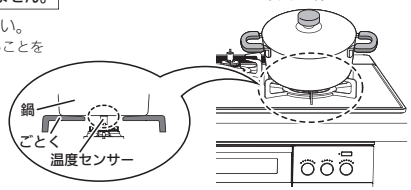


②鍋などを置く

鍋などをごとくに置いていないと点火しません。

●ごとくの中央に鍋などを置いてください。
※点火前に温度センサーが鍋底に密着していることを確認してください。

ごとく中央に鍋などを置く



③電源を入れる

●電源を入れてください。
※ブザー音がするまで押してください。（約0.3秒）

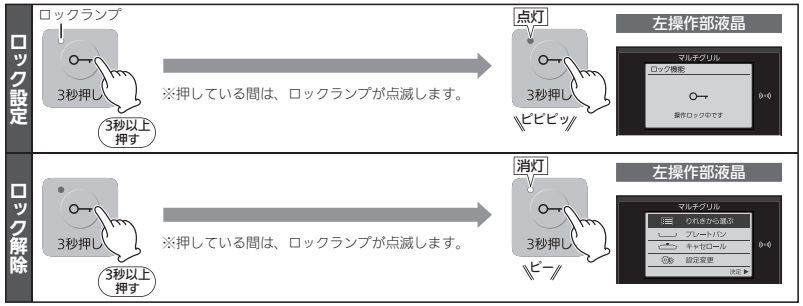
ロック機能について

小さなお子さまのいたずらや誤操作を防止するために、操作をロックすることができます。

右操作部

ロックを設定／解除する

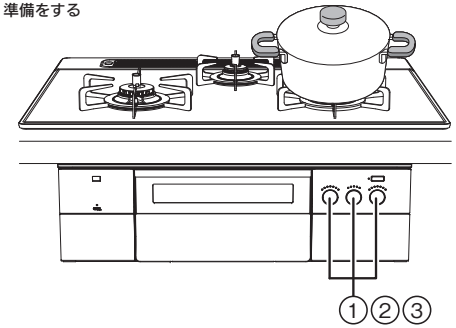
●電源を入れ、機器を使用していない状態で、ロックキーを**3秒以上**押してください。
※ロックキーを押して設定すると、左操作部液晶にロック設定画面が表示されます。
※ロック状態で電源を切っても（電源オートパワーオフしても）、ロックは解除されません。



コンロの使いかた（基本操作）

『コンロを使う準備』（23ページ）をよく読み、準備をする

ごとく中央に鍋などを置く



ポイント

- **炒めもの（野菜炒めなど）、焼きもの（目玉焼き、ハンバーグなど）をする場合は、1分程度予熱する。**
  ※予熱時間が長すぎたり短すぎたりすると、安心・安全機能がはたらき、弱火になったり消火する場合があります。（自動火力調節で弱火になっている場合は、火力を強くしても受け付けません。）
- **直火調理（あぶりもの）、いりもの、炒めもの（鍋をひんぱんに上げる料理）は、あぶり高温炒めモードで調理する。（43ページ）**
  ※あぶり高温炒めモードを使わずに、水分が蒸発しても加熱を続ける料理をした場合、焦げつき自動消火機能がはたらき、消火することがあります。
- **揚げものは温度キープモードで調理する。（29ページ）**
  ※温度キープモードを使わずに多めの油を加熱すると機器が煮もの調理と判断し、低い温度で自動消火することがあります。

1分程度予熱

ご注意していただきたいこと

- 鍋などをごとくにのせた状態で、激しく動かさないでください。
  トッププレートにキズがつくおそれがあります。

お願い

- みそ汁やカレー、ミートソースなど、とろみのある料理を煮たり温めたりするときは、火力を弱めにして、よくかき混ぜてください。強火で急に温めると、鍋底に沈んだみそやルーなどが突沸現象により突然噴き上がり、鍋がはねあがってやけどをするおそれがあります。（とくに、だし入り豆みそ（赤みそなど）のときは注意してください。）
  ※突沸現象については、15ページを参照してください。

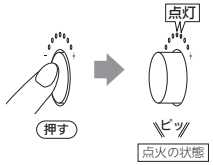
お知らせ

- 約120分（高温で自動火力調節している状態の場合は約30分）連続使用すると、消し忘れ消火機能がはたらき自動消火します。
  ※コンロ消し忘れ消火機能の設定時間は変更することができます。各種設定の変更（カスタマイズ機能）（83ページ）を参照してください。
- 点火後、約30分毎にブザー音『ピピピッ』で使用中であることをお知らせします。
- 自動火力調節中に、火力が弱火から強火に切り替わる際は、ブザー音『ピピッ』でお知らせします。（17ページ）

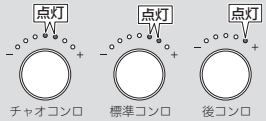
① 点火する

●点火／消火ボタンを押し、「点火の状態」にしてください。

※必ず火がついたことを確認してください。



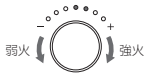
火力表示ランプ



※型番が210-H670・H672型の機器は、左右コンロともにチャオコンロになります。
※左右コンロは、中火で点火します。中火点火機能（19ページ）を参照してください。

② 火力調節する

●点火／消火ボタンを左右にゆっくりと回し、炎があふれない程度に調節してください。



火力表示ランプ

火力は左右コンロが13段階、後コンロが9段階調節できます。
※後コンロの最大火力表示は、9段階目となります。

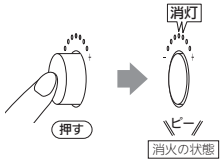
火力		火力表示ランプの状態
強	13	
	12	
	11	
	10	
	9	
中	8	
	7	
	6	
	5	
	4	
	3	
	2	
弱	1	

※点火／消火ボタンを回すたびに、火力表示ランプが点灯し、表示されます。

③ 消火する

●点火／消火ボタンを押し、「消火の状態」にしてください。

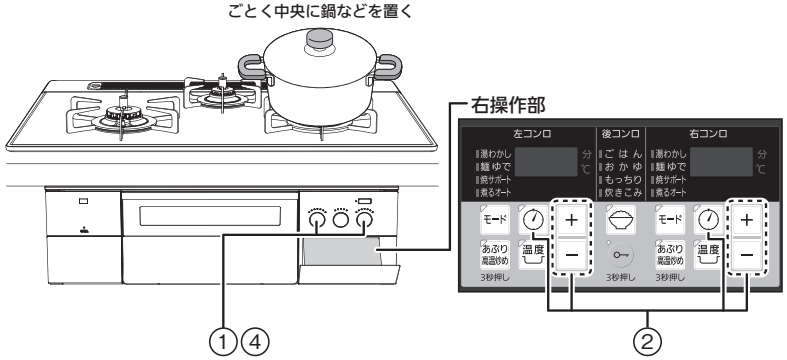
※必ず火が消えたことを確認してください。



タイマーモード（左右コンロ）

設定時間になるとお知らせし、自動で火を消すモードです。

『コンロを使う準備』(23ページ)
をよく読み、準備をする



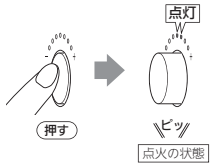
お知らせ

・いりものや炒めものなどの高温になる調理をする場合、タイマー時間は30分以内に設定することをおすすめします。
（高温状態が約30分続くと、安心・安全機能がはたらき自動消火します。）
・タイマーモードは、『あぶり高温炒めモード』と同時に使用することができます。

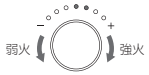
◎コンロ使用時は、その場を離れない

① 点火し、火力調節する

●点火／消火ボタンを押し、「点火の状態」にしてください。
※必ず火がついたことを確認してください。

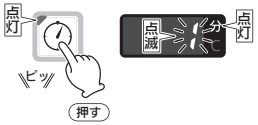


●点火／消火ボタンを左右にゆっくりと回し、炎があふれない程度に調節してください。



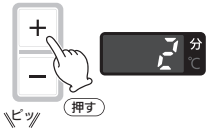
② タイマーを設定する

●タイマーキーを押してください。（点火する前にも設定できます。）



●「＋」、「－」キーを押して、タイマーを設定してください。

※1分刻みで1～120分(最長)に設定できます。
（押し続けると、10分刻みで変わります。）
※タイマー設定時間は調理中でも変更できます。
※あぶり高温炒めモード使用時は最長60分です。
※設定を取り消すときは、タイマーキーを押してください。
※設定を取り消しても消火しません。



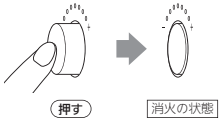
③ タイマーが終了すると自動消火

●タイマーが終了するとブザー音でお知らせし、自動で火が消えます。

※タイマー表示は
10回点滅後に
消灯します。

④ 消火の状態に戻す

●点火／消火ボタンを押し、「消火の状態」にしてください。



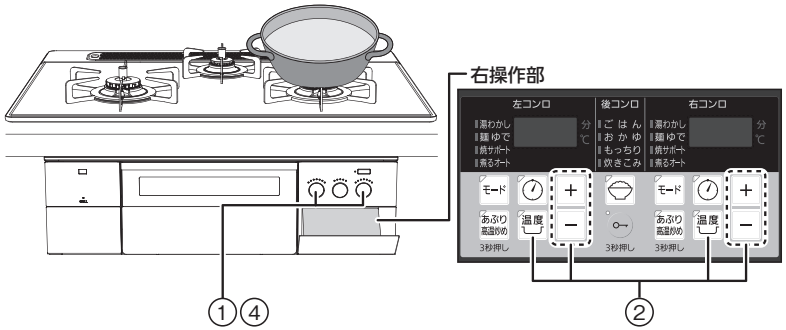
温度キープモード（左右コンロ）

自動で火力を調節し、設定した温度をキープするモードです。

『コンロを使う準備』（23ページ）をよく読み、準備をする

揚げものに適した鍋	適した油の量
直径：18〜24cm **材質**：鉄、アルミ **種類**：天ぷら鍋 中華鍋 （底が平らなもの）	500〜1000mL

ごとく中央に鍋などを置く



ポイント

・複数の揚げものをするときは、温度設定の低いものから調理しましょう。
調理中に設定温度を下げた場合、設定温度に下がるまで時間がかかります。

・揚げものをするときは、次のような下ごしらえをすると油の飛び散りをおさえることができます。

- **イカ**
  皮をむき、両面に切り目を入れる。
- **ししとう**（中が空洞の野菜など）
  切り目を入れる。
- **ドーナツ**
  生地には、必ずベーキングパウダーや砂糖を入れる。
- **エビ**
  尾は先を切る。
- **うずら**（ゆで卵など）
  串などで刺す。
- **魚介類や野菜など**
  水分をふき取る。

ご注意していただきたいこと

・油の温度は鉄製天ぷら鍋を基準に設定しています。鍋の種類、材質、大きさや厚み、油量などにより設定温度と異なったり、温度変化が大きくなることがあります。
・油の温度が高い状態で温度設定したり途中で油を足すと、設定温度と油の温度が異なることがあります。
・焼きものをした場合の焼き色は、フライパンの大きさ、材質、調理内容によって異なります。
・一度に揚げる量は、油の表面積の半分程度にしてください。調理物を入れすぎると、温度調節がうまくできなくなります。
・設定温度になっても調理物を入れないと、設定温度より調理油の温度が上昇することがあります。

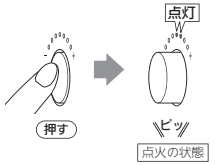
お知らせ

・自動火力調節中に、火力が弱火から強火に切り替わる際は、ブザー音『ピピッ』でお知らせします。（17ページ）

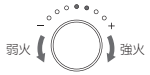
◎コンロ使用時は、その場を離れない

① 点火し、火力調節する

●点火／消火ボタンを押し、「点火の状態」にしてください。
※必ず火がついたことを確認してください。

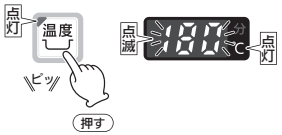


●点火／消火ボタンを右にゆっくりと回し、中火以上で鍋の径に応じて、炎があふれない程度に調節してください。
※弱火で使用すると温度調節機能が正しくはたらきません。



② 温度を設定する

●着火後すぐに温度キーを押してください。
（点火する前にも設定できます。）
※初期設定は『180℃』に設定されています。
※「＋」、「－」キーを押すか、約5秒たつと、温度表示が点灯に変わり、数秒後に「℃」表示が点滅に変わります。設定温度になるまで点滅が続きます。



●「＋」、「－」キーを押して、温度を設定してください。
※130〜220℃まで10℃刻みで設定できます。
※設定すると設定温度表示が点灯し、数秒後に「℃」表示のみ点滅に変わります。
設定温度になるまで「℃」表示の点滅が続きます。
※調理中でも、温度の変更は可能ですが、設定温度を下げた場合、設定温度に下がるまで時間がかかり、その間「℃」表示の点滅が続きます。
※設定を取り消すときは、再度、温度キーを押してください。
※設定を取り消しても消火しません。

③ 調理する

●設定温度になるとブザー音でお知らせし、「℃」表示が点灯に変わります。

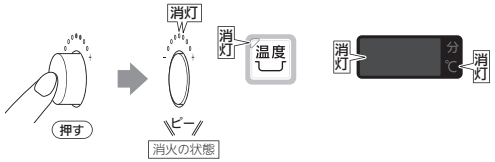
●調理を開始してください。
※自動的に強火と弱火を繰り返し、設定した温度を保ちます。

設定温度のめやす

	130℃	140℃	150℃	160℃	170℃	180℃	190℃	200℃	210℃	220℃
揚げもの							クルトン			
						手作りコロッケ				
					冷凍食品（コロッケなど）、天ぷら					
				から揚げ、フライ、とんかつ						
				ドーナツ、フリッター						
焼きもの								ステーキ		
								ソテー		
				ギョーザ、お好み焼き						
	だし巻き、ハンバーグ									
	ホットケーキ									

④ 消火する

●点火／消火ボタンを押し、「消火の状態」にしてください。
※必ず火が消えたことを確認してください。



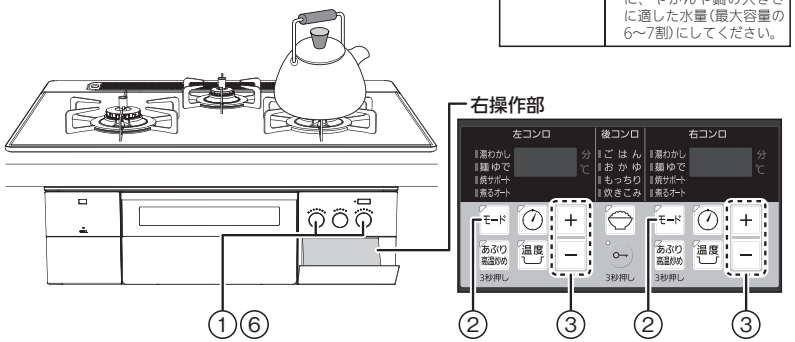
湯わかしモード（左右コンロ）

湯わかしモードは、ふっとう後、自動で火を消します。また、保温時間を設定すると、ふっとう後、弱火で保温した後、自動で火を消します。

『コンロを使う準備』（23ページ）をよく読み、準備をする

ごとく中央にやかんなどをふたをして置く

適した鍋	適した水の量
やかん 底の平らな鍋	500〜2000mL ※ふきこぼれを防ぐために、やかんや鍋の大きさに適した水量（最大容量の6〜7割）にしてください。



ご注意していただきたいこと

- 必ず水から開始してください。やかんや鍋の材質、形状、水の量などにより消火や弱火になるタイミングが異なる場合やふきこぼれる場合がありますので、やけどなどに注意してください。
- お湯から湯わかしモードを使用した場合は、ふっとうしてから消火や弱火になるまで時間を要する場合や、ふっとうする前に消火する場合があります。
- 湯わかし開始後、約20秒経過すると設定変更および湯わかしモードの解除ができないため、解除するときは、一度消火してください。

お願い

- 温度センサーを正しくはたらかせるために、次のことを守ってください。
  - ふたをする。
  - ふたを開閉しない。
  - やかんや鍋を動かさない。
  - 水をかき混ぜない。
  - 途中で水を入れたり具を入れない。
  - 途中で火力を変えない。

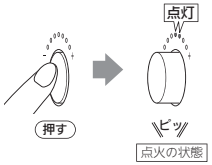
お知らせ

- お好みに合わせ、ふっとうをお知らせするタイミングを変更することができます。
  各種設定の変更（カスタマイズ機能）（84ページ）を参照してください。

① 点火し、火力調節する

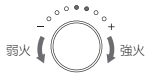
●点火／消火ボタンを押し、「点火の状態」にしてください。

※必ず火がついたことを確認してください。



●点火／消火ボタンを右にゆっくりと回し、中火以上でやかんや鍋の径に応じて、炎があふれない程度に調節してください。

※弱火で使用すると、ふっとうする前に保温になったり、消火したり、湯わかしモードの機能が正しくはたらきません。



◎コンロ使用時は、その場を離れない

② 湯わかしを設定する

●着火後すぐにモードキーを押して、湯わかしを設定してください。
（点火する前にも設定できます。）

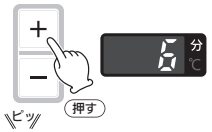
●押すたびに、右図のように切り替わります。

※約20秒経過すると設定が確定します。
※設定を取り消すときは、設定確定前に解除してください。
※設定を取り消しても消火しません。

③ 保温時間を設定する

●「＋」、「－」キーを押して、保温時間を設定してください。

※初期設定は5分に設定されています。
※1分刻みで0〜120分（最長）に設定できます。
（押し続けると、10分刻みで変わります。）
※ふっとう後、保温なしの場合は『0』に設定してください。
分表示は消灯します。



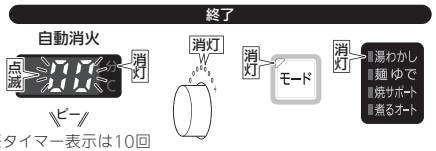
保温なしの場合⑤へ

④ ふっとうすると自動で弱火

※保温時間の設定は保温中でも変更できます。

⑤ ふっとうまたは、保温時間が終了すると自動消火

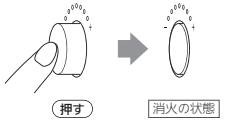
●ふっとうまたは、保温時間が終了するとブザー音でお知らせし自動で火が消えます。



※タイマー表示は10回点滅後に消灯します。

⑥ 消火の状態に戻す

●点火／消火ボタンを押し、「消火の状態」にしてください。



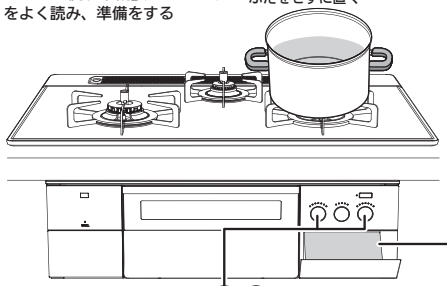
麺ゆでモード（左右コンロ）

火力を自動で調節し、設定したゆで時間になると自動で火を消し、ふきこぼれやゆで過ぎを防ぐモードです。

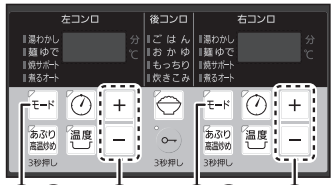
適した鍋	適した水の量
直径：16〜28cm 種類：アルミ製の鍋 ホーロー鍋 ステンレス製の寸胴鍋（厚手） ※深めのもの	500〜3000mL （最大容量の約半分をめやすに） ※ふきこぼれを防ぐために、鍋の大きさに応じた水量にしてください。
適した麺	**適さない麺**（手動で調理してください）
パスタ、そうめん、ひやむぎ、うどん（乾燥、生）、ラーメン（乾燥、生）	そば（乾燥、生） ※ふきこぼれやすいため冷凍麺 ※おいしく仕上がらないため

『コンロを使う準備』（23ページ）をよく読み、準備をする

ごとく中央に鍋などをふたをせずに置く



右操作部



①⑥　②④　③　②④　③

ご注意していただきたいこと

- 必ず水から開始してください。お湯から開始すると、ゆで加減が弱くなる場合があります。
- 水量は麺100gに対して水1000mLがめやすです。水量が多かったり少ない場合は、ふきこぼれやゆで不足になる場合があります。
- 鍋のふたは必ず外してください。ふきこぼれる場合があります。
- 調理食品袋のゆで時間をめやすに、お好みの時間でゆでてください。
- 塩を入れる場合はふっとうのお知らせ後に入れ、溶けるまでよくかき混ぜてください。ゆで不足になる場合があります。
- ふっとうする前に麺を入れないでください。ふきこぼれる場合があります。
- 粉がついているものは、よくはらい落としてください。ふきこぼれる場合があります。
- 具材などを入れる場合は麺と同時に入れてください。ふきこぼれやゆで不足になる場合があります。
- 麺ゆで中は火力を自動で調節しますので、手動で火力を変えないでください。ふきこぼれやゆで不足になる場合があります。
- 差し水をすると、わかし加減が弱くなったり、ゆで不足になる場合があります。
- ゆで不足の場合は麺ゆでモードを使用せずに調理してください。
- 鍋の材質、形状、水の量などにより、ふっとうをお知らせするタイミングが異なる場合があります。
- 麺ゆで開始後、約20秒経過すると設定変更および麺ゆでモードの解除ができないため、解除する場合は一度消火してください。
- お好みのゆで加減が必要な場合は、手動で調理してください。

お願い

- 麺ゆで中は、ときどきかき混ぜてください。ゆで不足、ふきこぼれ、飛び散り、焦げつく場合があります。
- 連続して麺をゆでる場合は、一旦消火してから水を入れ替えてください。
  一度麺ゆでに使ったお湯で麺ゆでする場合は、手動で調理してください。

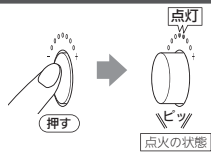
お知らせ

- お好みに合わせ、ふっとうをお知らせするタイミングを変更することができます。
  各種設定の変更（カスタマイズ機能）（84ページ）を参照してください。
- 自動火力調節中に、火力が弱火から強火に切り替わる際は、ブザー音『ピピッ』でお知らせします。（17ページ）

① 点火し、火力調節する

●点火／消火ボタンを押し、「点火の状態」にしてください。

※必ず火がついたことを確認してください。



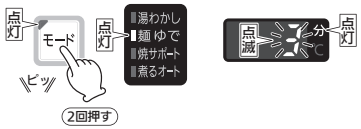
●点火／消火ボタンを右にゆっくりと回し、中火以上で鍋の径に応じて、炎があふれない程度に調節してください。

※火力は点火後、約10秒以内に調節してください。
約10秒を超えて火力調節すると、ゆで加減が弱くなる場合があります。
また、鍋径に対して火力が強すぎると、ふきこぼれる場合があります。

◎コンロ使用時は、その場を離れない

② 麺ゆでを設定する

●着火後すぐにモードキーを2回押して、麺ゆでを設定してください。
（点火する前にも設定できます。）



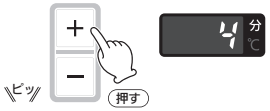
●押すたびに、右図のように切り替わります。

※約20秒経過すると設定が確定します。
※設定を取り消すときは、設定確定前に解除してください。
※設定を取り消しても消火しません。

③ 麺ゆで時間を設定する

●「＋」、「－」キーを押して、麺ゆで時間を設定してください。

※初期設定は3分に設定されています。
※1分刻みで1〜30分（最長）に設定できます。
※麺ゆで時間の設定は麺ゆで中でも変更できます。



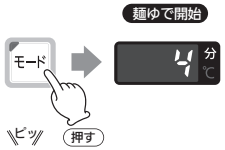
④ ふっとう後、麺を入れ調理する

●ふっとうすると、ブザー音で麺を入れるタイミングをお知らせし、モードキーが点滅します。

※約30秒おきにブザー報知を行います。

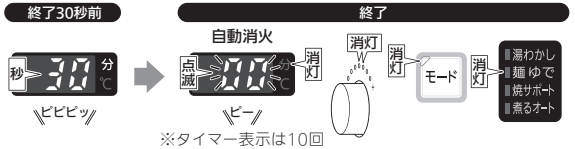
●麺をほぐしながら入れ、すぐにモードキーを押してください。

※野菜などを入れる場合は、麺と同時に入れてください。
※モードキーを押さないまま、約5分経過すると自動消火します。
※自動で火力を調節します。



⑤ 設定時間になると自動消火

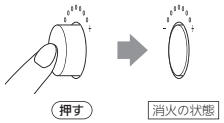
●設定時間になるとブザー音でお知らせし、自動で火が消えます。



※タイマー表示は10回点滅後に消灯します。

⑥ 消火の状態に戻す

●点火／消火ボタンを押し、「消火の状態」にしてください。



焼サポートモード（左右コンロ）

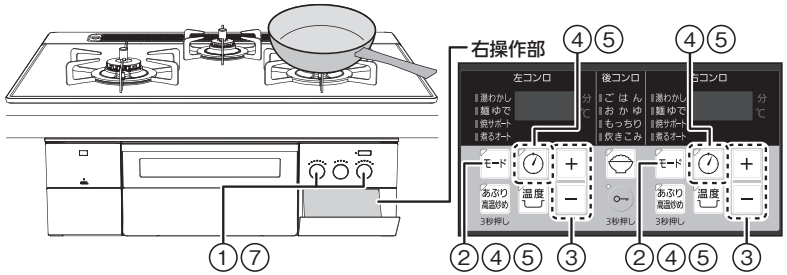
お好み焼きやホットケーキなどの調理で、食材を裏返すタイミングをお知らせし、できあがると自動で火を消す調理をサポートするモードです。

※対応する調理物の種類やタイマーなどについては、付属のスタートガイドを参照してください。

適した調理容器	適した径
アルミフライパン	24～28cm

『コンロを使う準備』（23ページ）をよく読み、準備をする

ごとく中央にフライパンを置く



ご注意していただきたいこと

- 連続して調理するなどフライパンの温度が高い場合は、焼サポートモードを受け付けない場合があります。
  モードキーを押すとブザー音『ピピー』とタイマー表示『H』でお知らせします。しばらく待ってから使用してください。
- 底面の平らなフライパンを使用してください。
- アルミ製のフライパン（多層含む）を使用してください。
- 表面調理ではふたをせず、裏面調理のときは必ずふたをしてください。
  調理中にふたの使用方法を誤ると、うまく仕上がらない場合があります。
- 火力の変更はできません。自動で火力を調節します。
- 焼サポート開始後、約20秒経過すると設定変更および焼サポートモードの解除ができないため、解除する場合は一度消火してください。

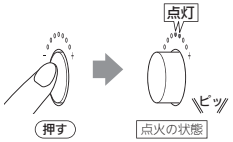
お知らせ

- 自動火力調節中に、火力が弱火から強火に切り替わる際は、ブザー音『ピピッ』でお知らせします。（17ページ）

① 点火する

●点火／消火ボタンを押し、「点火の状態」にしてください。

※必ず火がついたことを確認してください。



② 焼サポートを設定する

●着火後すぐにモードキーを3回押して、焼サポートを設定してください。（点火する前にも設定できます。）

※焼サポート設定後は、自動的に温度コントロールしているため、火力の調節はできません。

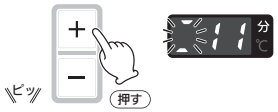
●押すたびに、右図のように切り替わります。

※点火後、約20秒経過すると設定が確定します。
※設定を取り消すときは、設定確定前に解除してください。
※設定を取り消しても消火しません。

③ タイマーを設定し、フライパンを予熱する

●「＋」、「－」キーを押して、調理物加熱時間を設定してください。

※調理物加熱時間は、表面タイマーと裏面タイマーを合わせた時間です。
※初期設定は10分に設定されています。
※お好みによって、1分刻みで4～30分（最長）に設定できます。（調理物加熱時間）



●調理物加熱時間を設定すると、予熱が開始し、フライパンをあたためます。

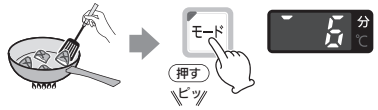
④ 食材を投入する

●予熱が終了すると、ブザー音で食材投入のタイミングをお知らせし、表面タイマーが表示され、点滅します。

※予熱が終了すると火力は強制的に弱火（火力1）になり、ブザー音でお知らせし、食材投入を待ちます。
※約30秒おきにブザー音でお知らせします。
※表面タイマーは食材を裏返すまでの調理時間です。
※お好みによって、1分刻みで1～15分（最長）に設定できます。（表面タイマー）
また、表面タイマーを変更すると調理物加熱時間も変わります。
※調理物加熱時間を確認したい場合は、タイマーキーを押している間、確認することができます。

●食材を投入し、モードキーを押してください。表面タイマーが開始します。

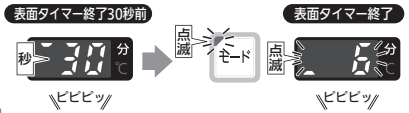
※食材投入のタイミングを報知後、モードキーを押さずに約3分経過すると自動消火し、焼サポートモードを終了します。
※モードキーを押した際、火力が大きくなる場合があります。



⑤ 食材を裏返す

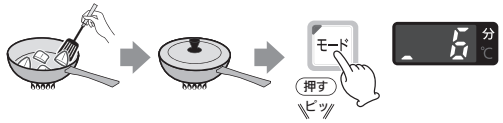
●表面タイマーが終了すると、ブザー音で食材を裏返すタイミングをお知らせし、裏面タイマーが表示され、点滅します。

※表面タイマーが終了すると火力は強制的に弱火（火力1）になり、ブザー音でお知らせし、食材の裏返しを待ちます。
※約30秒おきにブザー音でお知らせします。
※お好みによって、1分刻みで1～15分（最長）に設定できます。（裏面タイマー）



●食材を裏返し、ふたをして、モードキーを押してください。裏面タイマーが開始します。

※裏返しのタイミングを報知後、モードキーを押さずに約3分経過すると自動消火し、焼サポートモードを終了します。
※モードキーを押した際、火力が大きくなる場合があります。



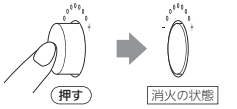
⑥ タイマーが終了すると自動消火

●タイマーが終了するとブザー音でお知らせし、自動で火が消えます。

※タイマー表示は10回点滅後に消灯します。

⑦ 消火の状態に戻す

●点火／消火ボタンを押し、「消火の状態」にしてください。



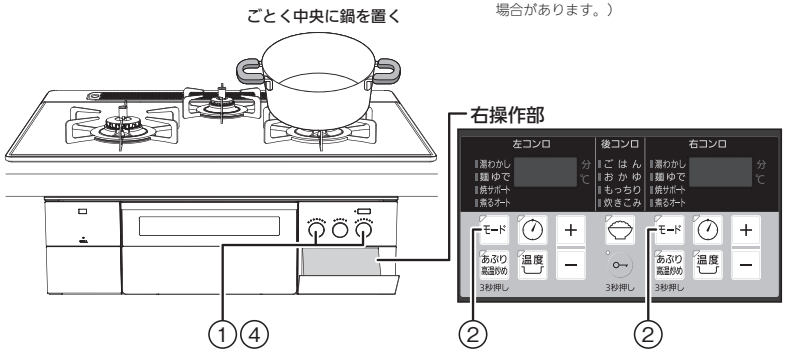
煮るオートモード（左右コンロ）

火力を自動で調節し、煮もの調理ができあがると自動で火を消し、ふきこぼれや煮込みすぎを防ぐモードです。
※対応する調理物の種類などについては、付属のスタートガイドを参照してください。

『コンロを使う準備』（23ページ）
をよく読み、準備をする

適した鍋	適したメニュー	鍋径	高さ	分量 2人分	分量 4人分	分量 6人分	適した容量
アルミ製（多層含む）	カレー 肉じゃが 筑前煮	18cm	15cm	○	×	×	2000〜4000mL
		20cm	16cm	○	○	×	
		22cm	17cm	×	○	○	
		24cm	18cm	×	×	○	

○：調理できます。
×：調理できません。
（ふきこぼれや、焦げつき、煮たらずになる場合があります。）



ご注意していただきたいこと

- 煮るオートモード使用中は、ふた（落としぶたは除く）をしないでください。ふたをした場合、ふきこぼれたり、うまく仕上がらないことがあります。
- 底面の平らな鍋を使用してください。
- エアコンや扇風機の風がコンロに当たると、煮込み不足が発生することがあります。
  風が当たらないように配慮して使用してください。
- 水量は鍋の縁から5cmより下にしてください。ふきこぼれる場合があります。
- 煮足す際は、手動で火加減を調節して煮るオートモードを使わずに調理してください。
- 連続して調理するときなど鍋底の温度が高い場合は、煮るオートモードを受け付けない場合があります。
  モードキーを押すとブザー音『ピピー』とタイマー表示『H』でお知らせします。しばらく待ってから使用してください。
- 火力の変更はできません。自動で火力を調節します。
- 鍋などの形状、材質、食材の種類の大きさ、調味料によって調理時間が異なる場合があります。
- 煮るオート開始後、約20秒経過すると設定変更および煮るオートモードの解除ができないため、解除する場合は一度消火してください。

お願い

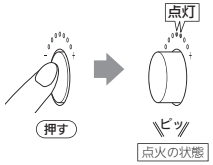
- 煮るオートモードで調理中は、次のことを守ってください。
  - 材料を追加しない。
  - 水や調味料を追加しない。
  - 鍋を動かさない。
  - かき混ぜない。

お知らせ

- 自動火力調節中に、火力が弱火から強火に切り替わる際は、ブザー音『ピピッ』でお知らせします。（17ページ）

① 点火する

●点火／消火ボタンを押し、「点火の状態」にしてください。
※必ず火がついたことを確認してください。



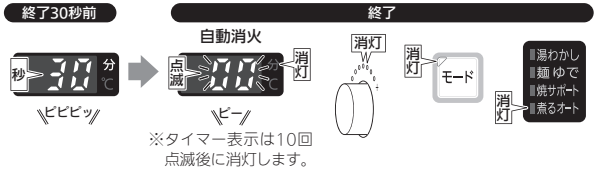
② 煮るオートを設定する

●着火後すぐにモードキーを4回押して、煮るオートを設定してください。
（点火する前にも設定できます。）
※機器が予測した残り時間を表示し、ブザー音『ピピピッ』でお知らせします。
（残り時間は、調理物によって表示するタイミングが異なります。）
※煮るオート設定後は、自動的に温度コントロールしているため、火力の調節はできません。
また、調理時間の設定もできません。

●押すたびに、右図のように切り替わります。
※約20秒経過すると設定が確定します。
※設定を取り消すときは、設定確定前に解除してください。
※設定を取り消しても消火しません。

③ 調理が終了すると自動消火

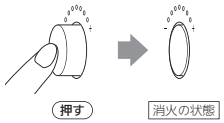
●調理が終了するとブザー音でお知らせし、自動で火が消えます。



※タイマー表示は10回点滅後に消灯します。

④ 消火の状態に戻す

●点火／消火ボタンを押し、「消火の状態」にしてください。



炊飯の準備

① 1回で炊ける量

●計量カップやはかりで、炊飯したいお米の量を正しくはかってください。

後コンロ

ごはん・もっちりごはん	1〜5合
炊きこみごはん	1〜4合
おかゆ	0.5〜1合

マルチグリル

ごはん	1.5〜3合
炊きこみごはん	
玄米	

180mLの計量カップ

すり切りいっぱいで、お米1合です。

② お米をとぐ

●たっぷりの水でさっとかき混ぜ、水を素早く捨ててください。
●一度目のとぎ水はすぐに流してください。
※ぬかを含んだ最初のとぎ水を、お米が吸わないようにするためです。
●「とぐ→洗い流す」を素早く数回繰り返してください。
※といだあとのお米は、よく水を切ってください。
※お米のとぎが足りないと、においや着色および、ふきこぼれの原因になり、炊飯がうまくできない場合があります。
※玄米の場合は、たっぷりの水で2〜3回、軽くすすいでください。強くすすぐと、玄米の胚芽部分がとれてしまいます。

③ お米に水を含ませる

お米と水の量のめやす

●ごはんのかたさを調節するときは、水量で調節してください。
※炊きあがりはお米の種類や質、鍋の種類や水温などによって異なりますので、お好みに応じて加減してください。
※増減する水量のめやすは、±10%程度にしてください。

ごはん、もっちりごはん、炊きこみごはん

お米の量	水の量
1.0合(150g)(180mL)	約300mL
1.5合(225g)(270mL)	約400mL
2.0合(300g)(360mL)	約500mL
2.5合(375g)(450mL)	約600mL
3.0合(450g)(540mL)	約700mL
3.5合(525g)(630mL)	約800mL
4.0合(600g)(720mL)	約900mL
4.5合(675g)(810mL)	約1000mL
5.0合(750g)(900mL)	約1100mL

おかゆ

お米の量	水の量
0.5合(75g)(90mL)	約700mL
1.0合(150g)(180mL)	約1000mL

※おかゆは後コンロのみ

玄米

お米の量	水の量
1.5合(234g)(270mL)	約540mL
3合(468g)(540mL)	約850mL

※玄米はマルチグリルのみ

※炊きこみごはんの場合は、お米に水分を吸収させるため、調味料などは炊く直前に入れてください。
具は、お米の上にのせて炊いてください。

お米を水に浸す時間

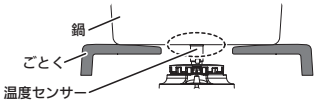
●といだあと必ず30分以上、水に浸してください。(冬場または玄米は1時間以上)
※といだあと、すぐに炊飯をするとごはんがかためになります。
※ごはんに芯が残るので、お湯を使わないでください。
※一度水に浸したお米は砕けやすくなります。
砕け米、粉米などが混ざった状態で炊飯すると、炊きムラや焦げの原因になります。

無洗米を炊くとき

・1〜2回すすいでください。
※にごったまま炊飯すると、でんぷん質が沈殿し、うまく炊けない原因になります。
・すすいだあと必ず30分以上、水に浸してください。(冬場は1時間以上)
・水の量を3%程度多くしてください。または、無洗米専用の計量カップを使用してください。
・よく混ぜて気泡をとばしてください。
※水を加えただけでは、表面に気泡ができ、水が吸収されず、うまく炊けない原因になります。

④ ふたをした鍋をセットする

●水に浸した状態のお米が入っている鍋を正しくごとくに置いてください。
※温度センサーの上面や、鍋底に異物がないことを確認し、鍋底の中心が温度センサーに密着するように正しくセットしてください。

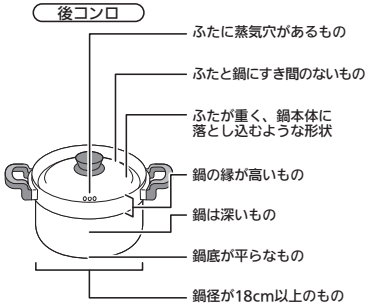


炊飯に適した鍋

●おいしく炊くために、炊飯に適した鍋を選んでください。
※市販の炊飯鍋などでも炊くことができます。

炊飯専用鍋は別売部品として販売しています。(116ページ)

後コンロ



※ふたに蒸気穴がない場合や、鍋の材質、形状によっては焦げつきや、ふきこぼれなど、うまく炊けない場合があります。

鍋の種類	炊飯モード (ごはん：1〜5合 炊きこみ：1〜4合 おかゆ：0.5〜1合)
炊飯専用鍋(別売部品)	○
アルミ製の鍋、文化鍋	○ ※1 深めのもの
ホーロー鍋、ステンレス製の鍋(厚手)(鍋底厚み2mm以上)	○ ※2 ※4 深めのもの
ステンレス製の鍋(薄手)(鍋底厚み2mm未満)	○ ※3 ※4 深めのもの
ステンレス製の無水鍋、ステンレス製の多層鍋	×
土鍋、圧力鍋、耐熱ガラス容器	×

○：適しています。
×：適していません。(温度を正しく検知しない場合があります。)
※1：薄手(2mm未満)の場合、焦げつく場合があります。
※2：ホーロー鍋の場合、焦げつく場合があります。
※3：焦げつきがきつくなります。
※4：もっちりごはんは、ごはんにくらべて焦げつきがきつくなります。

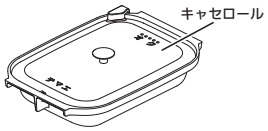
ごはんからおかゆを炊くとき(コンロの場合)

2人分(茶わん約2杯分：300g)の例
(1) 冷やごはんはザルに入れ、流水でサッと洗ってほぐす。(ぬめりをとります。)
(2) 鍋に水(4カップ強)とごはんを入れ、強火で炊く。
(3) 煮立ったらアクを取り、弱火で10〜15分炊く。
(4) 消火し、好みに応じて塩を少々加え、数回かき混ぜてできあがり。

炊飯に使用できるマルチグリル専用容器

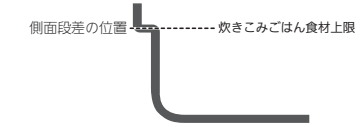
●マルチグリルで炊飯をする場合は、必ずキャセロールを使用してください。

マルチグリル



付属品

食材の量はキャセロール側面段差(下図参照)より低くしてください。
※水分の多い食材を入れると、ふきこぼれる場合があります。



キャセロール断面図

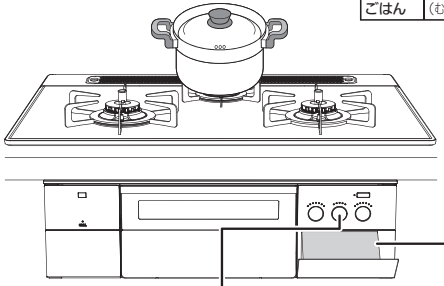
炊飯モード（後コンロ）

後コンロで、ごはんやおかゆを自動で炊き上げるモードです。

『コンロを使う準備』（23ページ）
『炊飯の準備』（39ページ）
をよく読み、準備をする

モード	炊飯時間のめやす	1回で炊ける量	特長
ごはん	約25～40分（むらし約10分を含む）	1～5合	白米をおいしく炊き上げます。
おかゆ	約40～50分	0.5～1合	おかゆ（七分がゆ）を炊くモードです。
もっちりごはん	約30～45分（むらし約10分を含む）	1～5合	ごはんモードより、もちもちとした食感に炊き上げます。
炊きこみごはん	約30～45分（むらし約10分を含む）	1～4合	炊きこみごはんを炊くモードです。

ごとく中央にふたをした鍋を置く



右操作部

①④

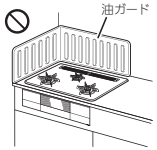
②

ポイント

・むらし終了後、ごはんをほぐしながら底からよくかき混ぜてください。
余分な水分がとび、おいしくなります。

ご注意していただきたいこと

・エアコンや扇風機などの風がコンロの炎に当たると、途中消火したり、炊きムラの原因になります。
風が当たらないように配慮して使用してください。
・機器を囲う油ガードなどを設置すると排気の流れが変わるため、炎が不安定となり、炊きムラ、早切れなどの原因になります。炊飯時は油ガードなどを取り除いてください。
・炊飯開始後、約20秒経過すると設定変更および炊飯モードの解除ができないため、解除するときは、一度消火してください。
・炊飯途中で水をたしたり、鍋のふたを開けたりしないでください。
・炊飯（ごはん、もっちりごはん、炊きこみごはん）の場合は、消火後むらし（約10分）を必要とします。
むらしをしないとうまく炊きあがりません。
・**炊きこみごはんを炊くとき**
・お米に水分を吸収させるため、調味料などは炊く直前に入れてください。
・具はお米の上に均等にのせ、お米と混ぜないでください。
・具の大きさが小さいほうが上手に炊きあがります。
・無洗米は焦げつきがきつくなる場合があります。
・**おかゆを炊くとき**
・**おかゆモードはお米からおかゆをつくる機能です。**
※ごはんからおかゆをつくる場合は、炊飯モードを使用しないで、手動で調理してください。（40ページ）
・最初から、または炊飯途中に調味料や具は入れないでください。粘りがでたり、米粒がつぶれうまく炊けない場合があります。

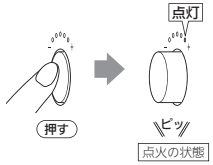


お知らせ

・お好みに合わせ、ごはん、もっちりの炊き上げ具合と、炊きこみごはんのおこげ具合を変更することができます。
各種設定の変更（カスタマイズ機能）（84ページ）を参照してください。
・自動火力調節中に火力が弱火から強火に切り替わる際は、ブザー音『ピピッ』でお知らせします。（17ページ）

① 点火する

●点火／消火ボタンを押し、「点火の状態」にしてください。
※必ず火がついたことを確認してください。



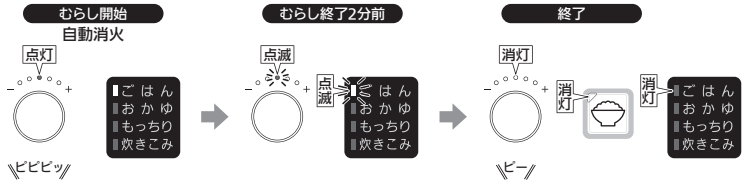
② 炊飯を設定する

●着火後すぐに炊飯キーを押して、モードを設定してください。
（点火する前にも設定できます。）
※炊飯設定後は、自動的に温度コントロールしているため、火力の調節はできません。
また、調理時間の設定もできません。

●押すたびに、右図のように切り替わります。
※約20秒経過すると設定が確定します。
※設定を取り消すときは、設定確定前に解除してください。
※設定を取り消しても消火しません。

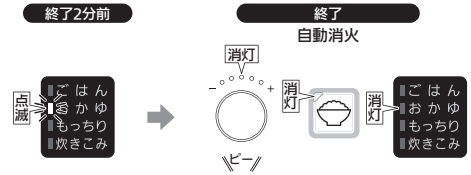
③ 自動消火（ごはん、もっちりごはん、炊きこみごはんは、むらし開始）

ごはん、もっちりごはん、炊きこみごはん



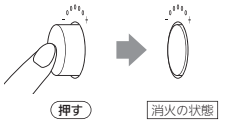
※むらし中に点火／消火ボタンを「消火の状態」に戻すと、設定が解除され、むらし終了のブザー音が鳴りません。

おかゆ



④ 消火の状態に戻す

●点火／消火ボタンを押し、「消火の状態」にしてください。

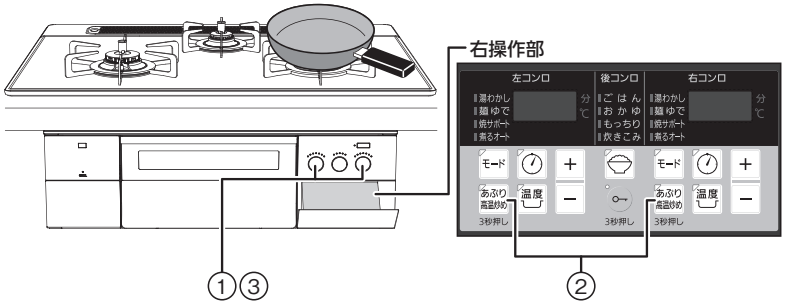


あぶり高温炒めモード（左右コンロ）

直火調理（あぶりもの）、いりもの、炒めもの（鍋をひんぱんに上げる料理）などで、急に火が小さくなったり、消えてしまう場合に、通常より高い温度で調理できるモードです。ただし、温度が高くなりすぎると安全のため、火力を調節したり、自動で火を消します。
※あぶり高温炒めモードを使用すると、調理油過熱防止装置、焦げつき自動消火機能、鍋なし検知機能は作動しません。

『コンロを使う準備』（23ページ）
をよく読み、準備をする

ごとく中央にフライパンなどを置く



⚠警告

あぶり高温炒めモードを使用するときは、揚げものなどの調理はしない
調理油過熱防止装置が作動せず、調理油が発火し、火災の原因になります。

⚠注意

直火調理（あぶりもの）をする場合は、温度センサーの真上を避ける
温度センサー上に焼き汁などが滴下しないよう、温度センサーの真上は避けて調理してください。
温度センサーが汚れると、鍋底の温度を正しく検知できず、発火や途中消火、機器焼損の原因になります。
また、焼き汁の滴下量や位置により、温度センサーの故障の原因になります。

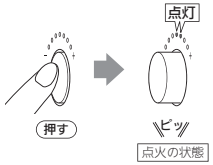
お知らせ

- あぶり高温炒めモードは安全のため、約60分（高温で自動火力調節している状態の場合は約30分）連続使用すると、消し忘れ消火機能がはたらき自動消火します。
  使用中にあぶり高温炒めモードを解除して、続けて使用する場合は、はじめに点火してから約120分（高温で自動火力調節している状態の場合は約30分）経過すると消し忘れ消火機能がはたらき、自動消火します。
- タイマーモードと同時に使用することができます。ただし、タイマー設定時間は1～60分の間で設定できます。
- コンロ消し忘れ消火機能の設定時間は、変更することができます。
  各種設定の変更（カスタマイズ機能）（83ページ）を参照してください。
- 自動火力調節中に火力が弱火から強火に切り替わる際は、ブザー音『ピピッ』でお知らせします。（17ページ）

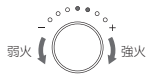
◎コンロ使用時は、その場を離れない

❶ 点火し、火力調節する

●点火／消火ボタンを押し、「点火の状態」にしてください。
※必ず火がついたことを確認してください。

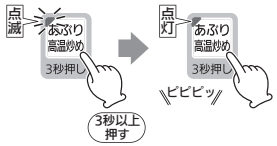


●点火／消火ボタンを左右にゆっくりと回し、炎があふれない程度に調節してください。



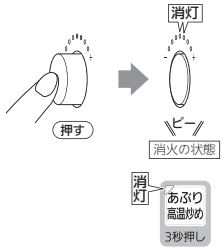
❷ あぶり高温炒めを設定する

●あぶり高温炒めキーを**3秒以上**押してください。
（点火する前にも設定できます。）
※押している間は点滅します。
※設定を取り消すときは、あぶり高温炒めキーを押してください。
※設定を取り消しても消火しません。



❸ 消火する

●点火／消火ボタンを押し、「消火の状態」にしてください。
※必ず火が消えたことを確認してください。



マルチグリルで調理

- **マルチグリルは、専用容器を使って、下火バーナーと上直火バーナーで加熱する、新しい加熱方式です。**
- **下火バーナーには、温度センサーがついており、「焼く」に加え、「あたためる」、「ノンフライ」、「低温調理」、「冷凍食品」、「ごはん」、「煮る」、「蒸す」、「燻製」、「パン」などの多彩な調理が楽しめるようになりました。**
- **ご使用の際は、注意事項を確認の上、付属の『スタートガイドまたはマルチグリルクッキングブック（以下 クッキングブック）』を参照願います。**

●マルチグリルには、表に記載の専用容器が設定されています。
それぞれの特長に応じて調理することができます。

マルチグリル専用容器	表示	特長	設定方法	りれき機能
プレートパン 付属品		焼きものはもちろん、揚げもののあたため直しやノンフライ調理など直火を使った料理をおいしく作れます。		左操作部液晶 りれきから選ぶ プレートパン キャセロール 設定変更 決定 よく使うメニューなどを記録し、簡単に操作できる機能です。 マルチグリルで調理した直近のりれき（8回）を左操作部液晶の「りれきから選ぶ」に表示します。
キャセロール 付属品		深型タイプで炊飯や煮ものなどをおいしく調理することができます。 また、蒸しものやパンの他、低温調理や燻製などの調理もマルチグリルでできるようになりました。		
波型プレートパン 別売部品 （116ページ）		焼き目がつきやすく、波型形状だから食材の余分な脂が落ちてヘルシーに。 トースト、チキン、焼き魚などが手軽においしく仕上がります。	**波型プレートパンをお使いになる場合は、設定が必要です。** 各種設定の変更（カスタマイズ機能）『波型プレートパン』を『設定』にしてください。 ☞ 82・83	

お知らせ

- りれき機能は、点火時点の設定が記録されます。
- 同じマルチグリル専用容器で同じメニュー／モードを使用した場合は、重複して記録されません。
  ※重複した設定を時間または火力を変えて使用した場合は、最新の設定のみ記録されます。

マルチグリル専用容器	調理できるメニュー／モード：オートメニュー	オートメニュー（ごはん）	調理モード	おすすめメニュー
プレートパン	・トースト ・鶏もも焼き ・魚：切り身 ・魚：姿焼き ・魚：干物 ・ホイル焼き ・ハンバーグ ☞ 49		・焼く ・あたためる ・ノンフライ ・解凍焼き上げ ・冷凍食品 ☞ 57 59 63	・スペアリブ ・フレンチトースト ・竜田揚げ ・餃子（冷凍食品） ☞ 75
キャセロール	・肉じゃが ・カレー ・筑前煮 ☞ 49	・ごはん ・炊きこみごはん ・玄米 ☞ 55	・煮る ・蒸す ・低温調理 ・燻製 ・パン ・パン発酵焼き上げ ☞ 57 67 69 73	・かれいの煮付け ・ローストビーフ（低温調理） ・燻製チーズ ・チーズケーキ ☞ 75
波型プレートパン	・トースト ・鶏もも焼き ・魚：切り身 ・魚：姿焼き ・魚：干物 ・ホイル焼き ・ハンバーグ ☞ 49		・焼く ☞ 57	・あじの開き ☞ 75

ご注意していただきたいこと

- 消火後もマルチグリル庫内の余熱を利用するメニューがあるため、調理終了のお知らせがあるまで、マルチグリルとびらを開けないでください。
- 連続して調理するときなど、マルチグリル庫内の温度が高い場合はメニューによって受け付けない場合があります。
  しばらく（約5～10分）待ってから再度点火してください。メニューが表示され、使用できます。
- 連続の使用などでマルチグリル庫内が高温になると、安全のため消火します。
  マルチグリル過熱防止センサーがはたらいて消火した場合は、しばらく（約5～10分）待ってから再度点火してください。
- 脂の多い魚を焼いているときは煙が多く出る場合があります。
- **干物や、脂分の多い魚（にしん、塩さばなど）は、とくに焼きすぎに注意してください。**
  発火しやすいので、調理中はマルチグリル庫内の状態に十分注意してください。焼きすぎた場合、魚やたまった脂が燃えて火災のおそれや機器焼損の原因になります。
- 点火後、設定変更およびメニュー、モードの解除ができません。解除するときは、一度消火してください。

使いかたに関するお願い

- プレートパン、波型プレートパン調理後は、調理物を器にうつしてください。
- 必ず調理できるメニューにあったマルチグリル専用容器を使用してください。間違えて設定すると途中で消火したり、うまく調理できない場合があります。
- 調理モードの低温調理、燻製で調理する場合は、必ず燻製網を使用してください。食材をキャセロールに直置きしないでください。
- マルチグリル専用容器をセットする際は、底裏面の水分をよくふき取ってからセットしてください。
- マルチグリル専用容器はキズをつけないように気をつけてください。キズがつくと表面に施された塗装がはがれる原因になります。
- プレートパン、波型プレートパンに水分の多い食材や、水などを入れて使用しないでください。
- 煮ものなどを下準備し、長時間冷蔵した直後に調理するとふきこぼれる場合があります。

⚠警告

必ず守る **鶏肉などの脂の多い食材を調理するときは、オートメニュー「鶏もも焼き」か調理モード「焼く」の火加減「中」にして焼くようにする**
プレートパン、波型プレートパンにたまった脂に引火し、火災のおそれがあります。

⚠注意

必ず守る **調理物は、マルチグリル専用容器からはみ出さないようにする**
機器の故障や発火の原因になります。

⚠注意

マルチグリル使用後は・・・

禁止 **使用直後にプレートパンから調理物を出し入れする場合は、プレートパンをミトンや鍋つかみで手を添えたり、つかんで取り外さない**
プレートパンが高温になっており、やけどの原因になります。

必ず守る **プレートパンを持ち運びするときは、冷めてから持ち運ぶ**
使用中や使用直後は、高温になっています。また、たまった脂などが高温になっており、やけどの原因になります。
※『プレートパン』は波型プレートパンも含み、説明しています。

必ず守る **キャセロールを持ち運びするときは、必ずミトンや鍋つかみを使用する**
キャセロールが高温になっており、やけどの原因になります。
また、高温の調理物などがこぼれないように注意してください。

ミトンや鍋つかみを使用しても熱く感じる場合は、乾いたふきんなどを使ってキャセロールを持ち運びしてください。（ぬれぶきんは使用しないでください。やけどの原因になります。）

マルチグリルを使う準備

はじめてマルチグリルを使うとき

- マルチグリル庫内に梱包部材などが入っていないか確認してください。
- マルチグリル庫内の金属部品に残った加工油を焼き切るため、99ページを参照し、サイドカバーを機器から取り外してからプレート支持枠とプレートパンを取り付け、マルチグリルとびらを閉めて、調理モードの「焼く」、火加減「強」で約8分空焼きしてください。マルチグリル排気口以外からも煙やにおいが出る場合がありますが、異常ではありません。
- 空焼きしているときに、マルチグリル過熱防止センサーが作動し、自動消火する場合があります。消火した場合は点火／消火キーを押して、しばらく(約5～10分)待ってから再度点火してください。

⚠注意

必ずする　**サイドカバーは、マルチグリルが冷めてから取り付ける**
やけどのおそれがあります。

ポイント

生焼け防止のために

冷凍の肉・魚　しっかりと解凍してください。
※調理モード(解凍焼き上げ)の場合は、解凍しないでください。

生魚　水洗いしたあと、水気をよくふき取ってください。

冷蔵の肉・魚　常温でしばらく置いてください。
※調理モード(低温調理)の場合は、常温には戻さず、すぐに調理を開始してください。

焦げ防止のために

みそ(かす)漬け　みそ(かす)をよくふき取ってください。

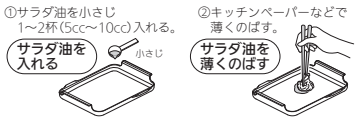
庫内発火防止のために

脂の多い食材　鶏肉などはフォークなどで皮に穴を開け、皮を上にして焼いてください。

プレートパンで食材を焼くときのポイント

※波型プレートパンも含みます。

- 脂が少ない食材(とくに鮭、あじ、かれいなど)を焼くときは、プレートパンにサラダ油を塗ってください。
ひと手間かけることで、食材がプレートパンにくっつきにくくなります。



魚の塩焼き

- 身崩れ防止のため、魚の重量の2%程度の塩を、身の厚いところには厚く、薄いところには薄くつけて、身をしめてください。
- さばやいわしなど脂肪分の多い背の青い魚は、多めに塩をして、おき時間は長めにしてください。
- 白身魚は、少なめに塩をして、おき時間は短めにしてください。
- 川魚、いか、えび、貝などは、焼く直前に塩をふってください。

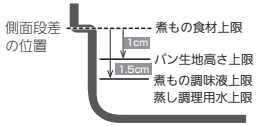
魚の姿焼き

- 切り目を入れると、火の通りがよくなり、皮が破れることによる脂の飛び散りも少なくすることができます。

煮もの調理

- 食材は大きさをそろえて切ってください。
- 火が通る時間が近い食材を合わせて加熱してください。
- 食材はできるだけ平らに並べてください。
- 食材はしっかり調味液につかるように配置してください。
- できあがりに少し混ぜると、味がなじみやすくなります。
- 煮ものなどを下準備し、長時間冷蔵した場合は、常温に戻してから調理してください。

補足図



キャセロール断面図

蒸し調理

- キャセロールに入れる蒸し調理用水は加熱時間15分に対し、200mL以上をめやすに調節してください。
- 水の量が少ないと消火する場合があります。

ふきこぼれ防止のために

- 煮もの調理時、食材の量はキャセロール側面段差(補足図参照)より低くしてください。また、調味液は側面段差より1.5cm以上低くしてください。
- 蒸し調理時、水の量はキャセロール側面段差(補足図参照)より1.5cm以上低くしてください。

パン調理

- 食材は加熱前の状態で、キャセロール側面段差(補足図参照)より1cm以上低くなるようにしてください。
- ふくらみ過ぎるとふたにあたって焦げることがあります。
- ふくらみ過ぎるとふたが持ち上がり、とびらが開かなくなることがあります。
- なるべく生地を平らにしてください。
- 食材のムラ・高さのムラにより、焼き色・ふくらみがばらつくことがあります。
- 水分の多い食材を加熱すると消火する場合があります。

炊飯調理

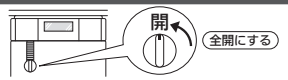
- 炊飯の準備(39ページ)を参照してください。

低温調理または燻製調理

- 燻製網を使用して、調理してください。詳しくは、67～72ページを参照してください。

①ガス栓を全開にする

●ガス栓を『開』の状態にしてください。



②マルチグリル専用容器をセットする

マルチグリル専用容器(キャセロールはふたをした状態)を置いていないと、点火しません

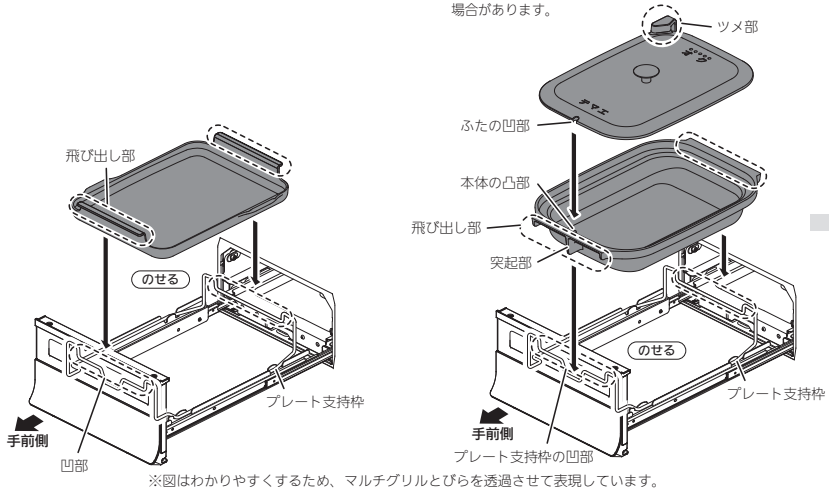
●マルチグリルとびらは、水平にゆっくりと手前に止まるまで引き出してください。
※勢いよく開けると、調理物がこぼれたり、機器の故障の原因になります。
※スライドレールは取り外せません。

プレートパン／波型プレートパン

●飛び出し部をプレート支持枠の凹部にのせてください。
※前後どちらの向きでも取り付けることができます。
※図はプレートパンの場合です。

キャセロール

●本体の突起部を前にして、飛び出し部をプレート支持枠の凹部にのせてください。
※キャセロールはふたを正しく取り付けないと、使用できません。ふたの凹部と、本体の凸部を合わせてください。
※ふたを開けるときは、まっすぐ上に持ち上げてください。ふたをななめに持ち上げると、ツメ部が本体に引っかかる場合があります。



※図はわかりやすくするため、マルチグリルとびらを透過させて表現しています。

③電源を入れる

●電源を入れてください。
※ブザー音がするまで押してください。(約0.3秒)

お知らせ

- マルチグリル専用容器、サイドカバーは消耗部品です。使用状態や経年変化などにより、調理物や汚れがとれにくくなったり、塗装がはがれる場合があります。交換部品(有料)として準備しております。(115ページ)
お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス(別紙お問い合わせ先一覧表)にお問い合わせください。

⚠警告

禁止　**マルチグリル排気口の上に、ふきんやタオル、アルミはくなどをのせたり、ふさがない**
マルチグリル排気口の周りには、ものを置かない
火災や不完全燃焼の原因になります。

⚠注意

禁止　**調理物を取るときなどは、必ず消火し、マルチグリル部周辺に触れない**
とくにマルチグリルとびらなどが熱くなっており、やけどの原因になります。

マルチグリル オートメニュー

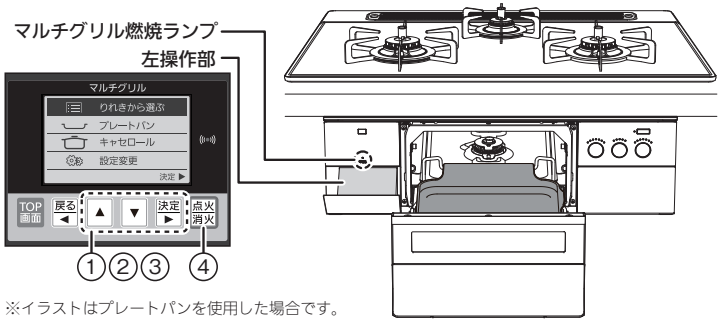
メニューと火加減を設定するだけで、自動で焼き上げるモードです。
※対応する調理物の種類や火加減などについては、51～54ページを参照してください。

※「ごはん」、「炊きこみごはん」、「玄米」メニューについては55ページを参照してください。

使用する容器
- プレートパン
- 波型プレートパン
- キャセロール

※波型プレートパン（別売部品）を使用するには、設定の変更が必要です。
設定方法は82・83ページを参照してください。

『マルチグリルを使う準備』（47ページ）をよく読み、準備をする



※イラストはプレートパンを使用した場合です。

⚠警告

必ずする
- **調理終了後に、さらに加熱したい場合、調理モード「焼く」の火加減「中」で様子を見ながら焼く**
  「肉じゃが」、「カレー」、「筑前煮」をさらに煮こみたい場合は、調理モード「煮る」で加減を調節しながら煮る
  その場合、設定時間を短くして加熱しすぎに注意してください。
  加熱しすぎた場合、調理物の脂が燃えて、火災のおそれや機器焼損の原因になります。

禁止
- **みりん干しやみりんづけなど焦げやすいもの、めざしやうるめいわしの丸干しなど水分の少ないもの、ハラスなどとくに脂の多いものは、オートメニューを使用しない**
  焼けすぎにより焦げがきつくなり、発火のおそれがあります。

使いかたのお願い

- オート機能を正しくはたらかせるため、下記のことをお守りください。
  ※予熱しない。
  ※オートメニュー使用中は、マルチグリルとびらを開けない。
  ※種類や大きさの異なる調理物を同時に焼かない。

ご注意していただきたいこと

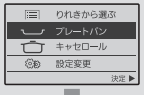
- 連続して調理するときなど、マルチグリル庫内の温度が高い場合は、メニューを受け付けない場合があります。
  しばらく（約5～10分）待つとメニューが表示され、使用できます。
  ※プレートパン、波型プレートパンのみ、すぐに使用したい場合は、調理モード「焼く」の火加減「中」で様子を見ながら焼いてください。
  マルチグリルが未設定状態で点火／消火キーを押すと、調理モード「焼く」の火加減「中」が設定され、もう一度、点火／消火キーを押すと点火します。
- 調理終了のお知らせ後、すぐに調理物を取り出してください。余熱で焦げることがあります。

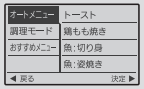
❶ TOP画面で容器を選択し、オートメニューを設定する

●一覧から容器を選択し、決定キーを押してください。

●一覧からオートメニューを選択し、決定キーを押してください。
※初期状態でオートメニューが選択されています。

左操作部





◎マルチグリル使用時は、その場を離れない

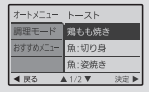
❷ メニューを設定する

●一覧からメニューを選択し、決定キーを押してください。

プレートパン 波型プレートパンを選択した場合
トースト
鶏もも焼き
魚：切り身
魚：姿焼き
魚：干物
ホイル焼き
ハンバーグ

キャセロールを選択した場合
ごはん
炊きこみごはん
玄米
肉じゃが
カレー
筑前煮

左操作部

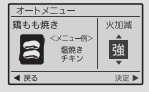


❸ 火加減を設定する

●火加減を設定し、決定キーを押してください。
※メニューによっては、火加減の設定が不要です。

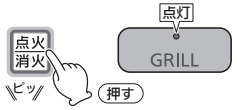
強
中
弱

左操作部



❹ 点火する

●点火／消火キーを押して点火してください。
※機器が調理時間を予測し、残り時間を表示し、ブザー音『ピピピッ』でお知らせします。
（残り時間は、調理物によって表示するタイミングが異なります。）
※設定後は、自動的に火力を切り替えます。
※自動で調理する機能のため、タイマー時間の変更はできません。
※点火後は、戻るキーを押しても戻りません。



左操作部

自動消火の場合❻へ

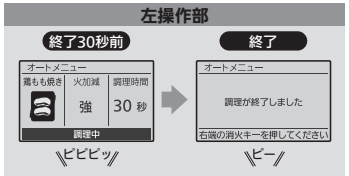
❺ メニューにより、余熱調理を行う場合

●余熱調理開始前にブザー音でお知らせし、自動で火が消えます。
※余熱調理は自動で開始します。
※余熱調理中はタイマー終了まで、マルチグリルとびらを開けたり、点火／消火キーを押さないでください。

❻ タイマーが終了すると自動消火

●タイマーが終了するとブザー音でお知らせし、自動で火が消えます。

左操作部



マルチグリル オートメニュー

調理物の種類や大きさ、メニューにより使用する専用容器や火加減が異なります。
専用容器は記載しているアイコンにあわせて使用してください。

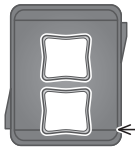
：プレートパン　：波型プレートパン　：キャセロール

オートメニュー：調理物の種類と火加減のめやす

メニュー		火加減 強		火加減 中		火加減 弱
トースト	加熱時間 3〜6分	トースト 1〜2枚(8枚切)	加熱時間 3〜6分	トースト 1〜2枚(6枚切)	加熱時間 2〜6分	トースト 1〜2枚(4枚切)
	加熱時間 3〜6分	冷凍食パン 1〜2枚(8枚切)	加熱時間 3〜6分	冷凍食パン 1〜2枚(6枚切) シナモントースト* 1〜2枚(4〜8枚切)	加熱時間 2〜6分	
鶏もも焼き	加熱時間 11〜18分	塩焼きチキン 1〜2枚(約250g／枚)	加熱時間 11〜17分	塩ダレチキン 1〜2枚(約250g／枚)	加熱時間 10〜20分	照り焼きチキン 1〜2枚(約250g／枚)
	加熱時間 13〜20分		加熱時間 12〜18分		加熱時間 11〜20分	
魚:切り身	加熱時間 9〜14分	太刀魚切身 1〜6切(約80g／切)	加熱時間 6〜11分	鮭切身 1〜6切(約80g／切)	加熱時間 7〜16分	ぶりの照り焼き 1〜6切(約80g／切)
	加熱時間 9〜14分	さば切身(骨つき) 1〜6切(約80g／切)	加熱時間 7〜12分	さば切身(骨なし) 1〜6切(約80g／切)	加熱時間 7〜14分	さわらのみそ漬け 1〜6切(約80g／切)
魚:姿焼き	加熱時間 14〜20分	あじ(大) 1〜3尾(約200g／尾)	加熱時間 13〜19分	あじ(小) 1〜4尾(約160g／尾)	加熱時間 9〜16分	さんま 1〜4尾(約150g／尾)
	加熱時間 16〜21分	鯛(大) 1〜2尾(約280g／尾)	加熱時間 16〜20分	鯛(小) 1〜2尾(約230g／尾)	加熱時間 10〜17分	

置きかた

1枚：中央に置いてください。



2枚：手前の溝に合わせて、詰めるように置いてください。

ポイント

焼きムラがある場合のお願い

・焼きムラが気になる場合は、調理モード「焼く」、火加減「中」で30秒〜1分程度様子を見ながら焼き足してください。

ご注意していただきたいこと

・冷凍食パンは冷凍の状態により焼きの仕上がりに差が生じることがあります。

＊シナモントースト

材料(2枚分)
- 食パン・・・・・・・・・2枚
- バター・・・・・・・・・20g
- シナモンシュガー・・・6g

作りかた
①バターをやわらかくなるまで常温で放置する。
②食パンの上にバターを塗る。
③バターの上にシナモンシュガーをふりかける。
④プレートパンに並べ、マルチグリルを設定し、焼く。

皮目を上にして置いてください。
中央に寄せて、置いてください。

皮目を上にして置いてください。
中央に寄せて、置いてください。

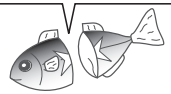
皮目に切り目を入れると、火通りがよくなり、皮が破れることによる脂の飛び散りも少なくすることができます。

厚みのある魚の場合のお願い

・厚さ2.5cm以上の切身は中まで火が通りにくいので、以下の設定で1〜2分程度様子を見ながら焼き足してください。
塩焼きなど：調理モード「焼く」、火加減「中」
タレなど焦げやすいもの：調理モード「焼く」、火加減「弱」

中央に寄せて、置いてください。

大きな魚は切って、プレートからはみ出さないように焼いてください。

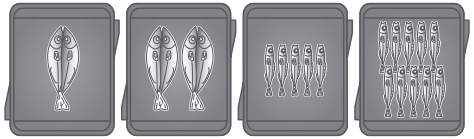
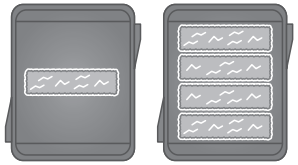
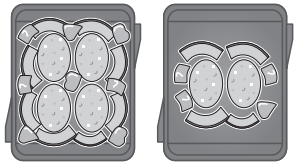
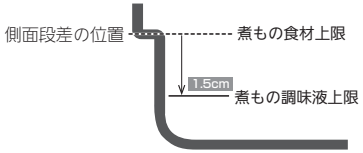


マルチグリル オートメニュー

調理物の種類や大きさ、メニューにより使用する専用容器や火加減が異なります。
専用容器は記載しているアイコンにあわせて使用してください。

：プレートパン　：波型プレートパン　：キャセロール

オートメニュー：調理物の種類と火加減のめやす

メニュー	火加減						置きかた	ポイント
		強		中		弱		
魚:干物	加熱時間 11～16分	ほっけの開き 1～2枚(約200g／枚)	加熱時間 9～13分	あじの開き 1～2枚(約100g／枚)	加熱時間 7～12分	さんまの開き 1～2枚(約100g／枚)	 皮目を上にして置いてください。中央に寄せて、置いてください。	**ご注意していただきたいこと** ・干物は乾燥しているほど焼けやすくなります。 ・脂のりがよい場合は焦げやすくなります。
	加熱時間 15～19分		加熱時間 10～13分	干しかれい 1～2枚(約120g／枚)	加熱時間 7～12分	ししゃも 5～10尾		
ホイル焼き	加熱時間 18～21分	鶏肉のホイル焼き 1～4個(約110g／個)	加熱時間 12～17分	鮭のホイル焼き 1～4個(約100g／個)	加熱時間 12～14分	野菜のホイル焼き 1～4個(約100g／個)	 中央に寄せて、置いてください。	①アルミはくは50cm位を半分に折ってから、食材をのせてください。 ②アルミはくできっちりと（上も両端も重ねて折り返す）包んでください。 高さ5cm以下
	加熱時間 19～20分		加熱時間 14～19分		加熱時間 13～15分			
ハンバーグ	火加減：設定なし							
	加熱時間 12～17分	ハンバーグステーキ マスタードソース ※付け合わせ野菜あり 2～4個分					 中央に寄せて、置いてください。	・ハンバーグは小判型に丸め、中央をくぼませます。厚み2cm程度にしてください。 ※レシピについては、付属のスタートガイドを参照してください。
	加熱時間 12～18分							
肉じゃが	加熱時間 25～32分	肉じゃが 2～4人分					 キャセロール断面図 食材はできるだけ平らに並べてください。 食材はしっかり調味液につかるように配置してください。	・食材は大きさをそろえて切ってください。 ・火がとおる時間が近い食材を合わせて加熱してください。 ・できあがり後に混ぜると、味がなじみやすくなります。 ・下準備し、長時間冷蔵した場合は、常温に戻してから調理してください。 ・調理時、食材の量はキャセロール側面段差（左図参照）より低くしてください。また、調味液は側面段差より1.5cm以上低くしてください。 ・調理後、カレールウが溶け残っている場合は、混ぜてください。 ・カレールウを刻んで入れることにより、調理後の溶け残りが軽減します。 ・調理終了後にさらに煮こみたい場合は、調理モード「煮る」で加減を調節しながら煮こんでください。 ・水から開始してください。お湯を使用した場合、煮込みすぎや煮込み不足が生じる場合があります。 ※レシピについては、付属のスタートガイドを参照してください。
カレー	加熱時間 26～44分	カレー 2～4人分						
筑前煮	加熱時間 25～31分	筑前煮 2～4人分						

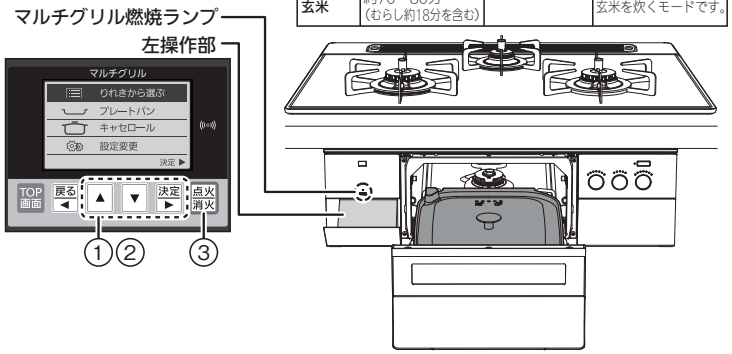
マルチグリル オートメニュー（ごはん）

マルチグリルでごはんを自動で炊き上げるモードです。

使用する容器 キャセロール

『マルチグリルを使う準備』（47ページ）
『炊飯の準備』（39ページ）をよく読み、準備をする

メニュー	炊飯時間のめやす	1回で炊ける量	特長
ごはん	約26～35分（むらし約10分を含む）	1.5～3合	白米をおいしく炊き上げます。
炊きこみごはん	約29～41分（むらし約10分を含む）		炊きこみごはんを炊くモードです。
玄米	約70～80分（むらし約18分を含む）		玄米を炊くモードです。



ポイント

・むらし終了後、ごはんをほぐしながら底からよくかき混ぜてください。余分な水分がとび、おいしくなります。

ご注意していただきたいこと

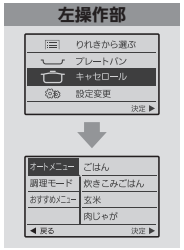
・炊飯途中で、マルチグリルとびらを開けないでください。
・消火後むらしを必要とします。むらしをしないとうまく炊きあがりません。
・水の量が多すぎると、ふきこぼれる場合があります。
・**炊きこみごはんを炊くとき**
　・お米に水分を吸収させるため、調味料などは炊く直前に入れてください。
　・具はお米の上に均等にのせ、お米と混ぜないでください。
　・具の大きさが小さいほうが上手に炊きあがります。
　・無洗米は精米に比べ、焦げつきがきつくなる場合があります。
・**玄米を炊くとき**
　・玄米はといだあと、必ず1時間以上、水に浸してください。
　・白米や無洗米を混ぜて炊飯をすると、ふきこぼれたり、うまく炊けない場合があります。
　・発芽玄米、分づき米はうまく炊けない場合があります。
　・できあがり後すぐに全体を混ぜると、ムラができにくくなります。

❶ TOP画面でキャセロールを選択し、オートメニューを設定する

●一覧からキャセロールを選択し、決定キーを押してください。

●一覧からオートメニューを選択し、決定キーを押してください。

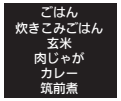
※初期状態でオートメニューが選択されています。

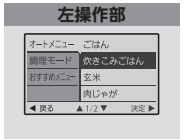


◎マルチグリル使用時は、その場を離れない

❷ メニューを設定する

●一覧からごはん／炊きこみごはん／玄米を選択し、決定キーを押してください。

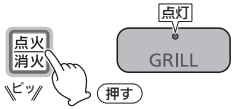


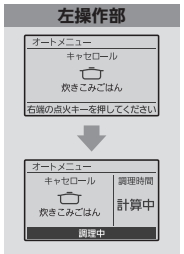


❸ 点火する

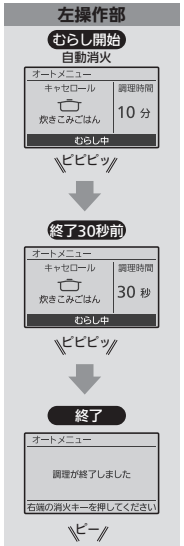
●点火／消火キーを押して点火してください。

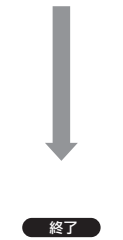
※調理途中（むらしを含む）で消火し、再点火することがありますが、異常ではありません。
（メニュー：玄米のみ）





❹ 炊きあがると自動消火し、むらしを開始





マルチグリル 調理モード

プレートパンで「焼く」、「あたためる」、「ノンフライ」、「解凍焼き上げ」、「冷凍食品」、キャセロールで「煮る」、「蒸す」、「低温調理」、「燻製」、「パン」、「パン発酵焼き上げ」の調理ができます。（45・46ページ）

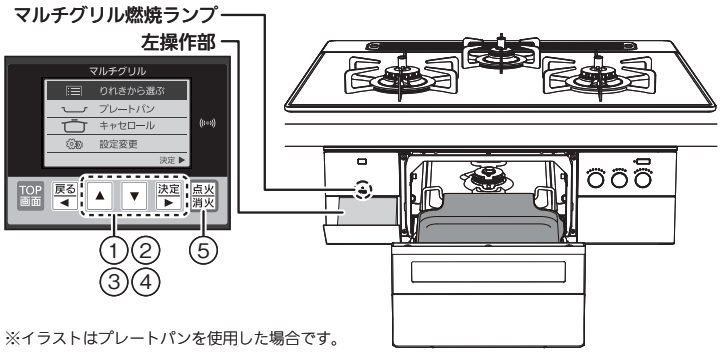
※対応する調理物の種類と火加減については、付属のスタートガイドまたは、クッキングブックのめやす表を参照してください。
※波型プレートパンは「焼く」のみ使用できます。
詳しくは45・46ページを参照してください。

※「解凍焼き上げ」、「冷凍食品」、「低温調理」、「燻製」、「パン発酵焼き上げ」メニューについては59〜73ページを参照してください。

使用する容器
- プレートパン
- 波型プレートパン
- キャセロール

※波型プレートパン（別売部品）を使用するには、設定の変更が必要です。
設定方法は82・83ページを参照してください。

『マルチグリルを使う準備』（47ページ）をよく読み、準備をする



※イラストはプレートパンを使用した場合です。

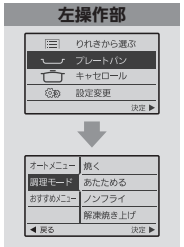
すぐに焼きたいときは

メニュー設定などが面倒なときは、点火／消火キーを押すと、「調理モード：焼く、火加減：中、タイマー：10分」が設定され、もう一度、点火／消火キーを押すと点火します。

① TOP画面で容器を選択し、調理モードを設定する

●一覧から容器を選択し、決定キーを押してください。

●一覧から調理モードを選択し、決定キーを押してください。

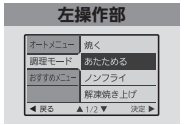


◎マルチグリル使用時は、その場を離れない

② メニューを設定する

●一覧からメニューを選択し、決定キーを押してください。
※選択した容器によって、一覧が異なります。

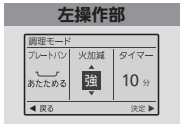
プレートパン	波型プレートパン	キャセロール
焼く あたためる ノンフライ 解凍焼き上げ 冷凍食品	焼く	煮る 蒸す 低温調理 燻製 パン パン発酵焼き上げ



③ 火加減を設定する

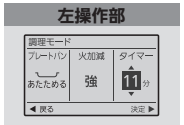
●火加減を設定し、決定キーを押してください。
※メニューによっては、火加減の設定が不要です。

強
中
弱



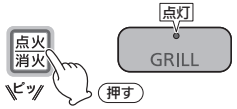
④ タイマーを設定する

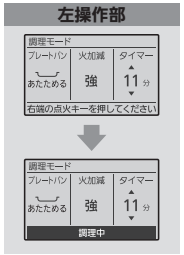
●タイマーを設定し、決定キーを押してください。
※メニューによって設定できる時間が異なります。



⑤ 点火する

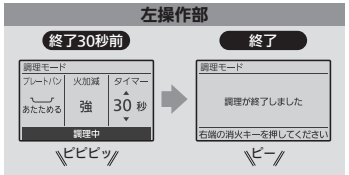
●点火／消火キーを押して点火してください。
※お好みの仕上がり具合に応じて、
タイマー時間を変更することができます。
※点火後は、火加減の切り替えはできません。





⑥ タイマーが終了すると自動消火

●タイマーが終了するとブザー音でお知らせし、自動で火が消えます。

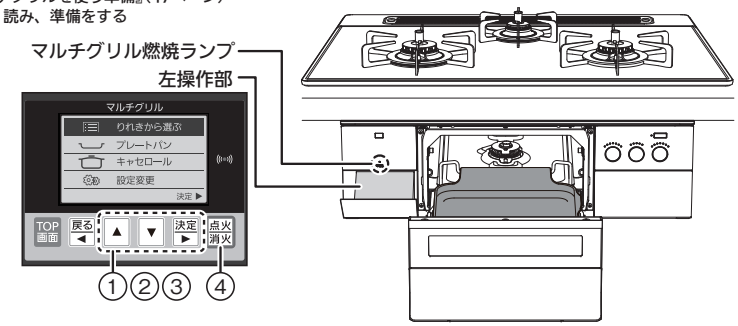


マルチグリル 調理モード（解凍焼き上げ）

市販以外のあらかじめ冷凍しておいた食材を、凍ったままマルチグリルで焼き上げることができます。
※対応する調理物の種類や火加減などについては、61・62ページを参照してください。

使用する容器 プレートパン

『マルチグリルを使う準備』(47ページ)をよく読み、準備をする



冷凍食材について

- **食材を冷凍する際は、トレーなどを使い、平らになるように置き、下記のことに注意して冷凍してください。**
  ※食材は折り曲げずに広げて置く。
  ※タレの付いた食材は、タレをよくふき取る。
  ※さんまは曲がらないようにまっすぐ置いて冷凍する。
  ※食材は重ならないように並べる。
  裏面に凹凸があると食材とプレートパンとの接触面積が少なくなり、うまく調理できない原因になります。
- 市販の冷凍食品には対応していません。
- 食材は冷凍庫から取り出してすぐに調理してください。
  室温で放置してから焼くと焦げやすくなることがあります。
- 食材の冷凍保存期間が長くなると、食材が乾燥して焼き色が濃くなることがあります。
- 食材をプラスチック容器などに入れて冷凍すると、食材の表面に霜がつきやすいため、うまく解凍できない場合があります。
- 食材を冷凍保存袋に入れる際は、ラップは使用しないでください。食材にラップがひっつき、はがせなくなります。

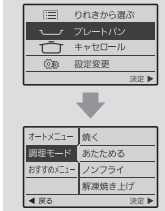
◎マルチグリル使用時は、その場を離れない

① TOP画面でプレートパンを選択し、調理モードを設定する

●一覧からプレートパンを選択し、決定キーを押してください。

●一覧から調理モードを選択し、決定キーを押してください。

左操作部

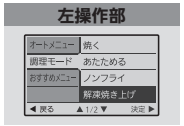


② 解凍焼き上げを設定する

●一覧から解凍焼き上げを選択し、決定キーを押してください。

焼く
あたためる
ノンフライ
解凍焼き上げ
冷凍食品

左操作部

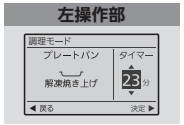


③ タイマーを設定する

●タイマーを設定し、決定キーを押してください。

15～30分

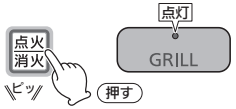
左操作部



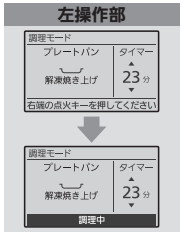
④ 点火する

●点火／消火キーを押して点火してください。

※調理途中で消火し、再点火することがありますが、異常ではありません。
※調理途中で消火した場合、マルチグリル燃焼ランプは消灯します。点火中のみ点灯します。
※点火後、約20秒経過すると、タイマー設定が確定します。確定後は変更できません。



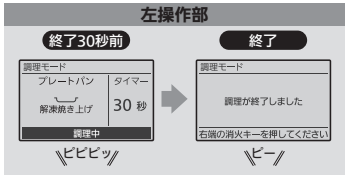
左操作部



⑤ タイマーが終了すると自動消火

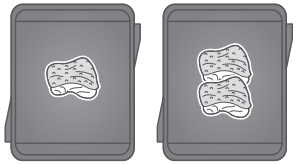
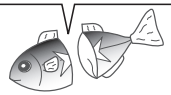
●タイマーが終了するとブザー音でお知らせし、自動で火が消えます。

左操作部



調理モード（解凍焼き上げ）

調理物の種類と加熱時間のめやす

加熱時間			置きかた	冷凍時のポイント
塩焼きチキン 1～2枚（約250g／枚） 24～26分	塩ダレチキン 1～2枚（約250g／枚） 24～25分	照り焼きチキン 1～2枚（約250g／枚） 22～25分	 皮目を上にして置いてください。 中央に寄せて、置いてください。	皮目に切り目を入れると、火通りがよくなり、皮が破れることによる脂の飛び散りも少なくすることができます。 **厚みのある魚の場合のお願い** ・厚さ2.5cm以上の切身は中まで火が通りにくいので、以下の設定で1～2分程度様子を見ながら焼き足してください。 **塩焼きなど：調理モード「焼く」、火加減「中」** **タレなど焦げやすいもの：調理モード「焼く」、火加減「弱」**
さんまの塩焼き 1～4尾（約150g／尾） 24～26分			 中央に寄せて、置いてください。	大きな魚は切って、プレートからはみ出さないように焼いてください。 
さばの塩焼き 1～6切（約80g／切） 19～24分	鮭の塩焼き 1～6切（約80g／切） 19～24分	ぶりの照り焼き 1～6切（約80g／切） 18～23分	 皮目を上にして置いてください。 中央に寄せて、置いてください。	フォークなどで皮に穴を開け、皮を上にして焼いてください。 照り焼きや塩ダレは、表面のタレを十分にふき取ってください。

冷凍食材の加熱時間について

・表内のメニューは、最小数量は最小時間、最大数量は最大時間に対応しています。
中間の数量は、最小～最大時間範囲内で調整してください。

例）塩焼きチキンの場合　最小 1～最大 2 枚　24～26 分

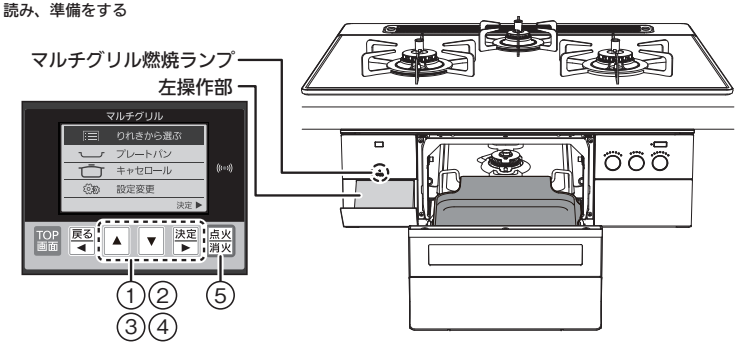
※加熱時間はめやすです。めやす表にない食材や数量はうまく調理できない場合があります。

マルチグリル 調理モード（冷凍食品）

市販の冷凍食品をマルチグリルで調理することができます。
※対応する調理物の種類や火加減などについては、65・66ページを参照してください。

使用する容器 プレートパン

『マルチグリルを使う準備』(47ページ)をよく読み、準備をする



⚠警告

禁止

・市販の冷凍食品に付属の容器（紙トレイなど）は使用しない
容器が燃えて、火災のおそれや機器焼損の原因になります。

冷凍食品について

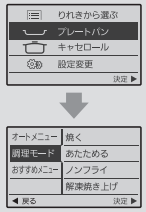
・容器やラップされている食材は、取り外して調理してください。
・食材の種類や形状によって温まりにくいもの、焦げやすいものがあります。時間調節してお使いください。
（から揚げなどのプレートパンと密着の悪いものや高さのあるもの）
・冷凍庫から取り出してすぐに調理してください。また霜のついているものは、うまく仕上がらない場合があります。
・加熱前の冷凍食品をマルチグリル庫内に入れたまま長く置かないでください。センサーが正常に作動しない場合があります。
・メーカーや中身の材料、冷凍庫の設定および冷却能力、食材の温度などにより仕上がりが異なることがあります。
・タレ付きの食材は焦げやすいため、うまく調理できない場合があります。
・加熱が足りない場合は、同じ設定で時間を調節してお使いください。
・食材によっては表面がサクサクした食感に仕上がります。
・調理終了後、しばらく庫内に置いておくと、余熱で内部までしっかり温まります。

❶ TOP画面でプレートパンを選択し、調理モードを設定する

●一覧からプレートパンを選択し、決定キーを押してください。

●一覧から調理モードを選択し、決定キーを押してください。

左操作部



◎マルチグリル使用時は、その場を離れない

❷ 冷凍食品を設定する

●一覧から冷凍食品を選択し、決定キーを押してください。

焼く
あたためる
ノンフライ
解凍焼き上げ
冷凍食品

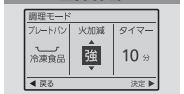
左操作部

❸ 火加減を設定する

●火加減を設定し、決定キーを押してください。

強
中
弱

左操作部



❹ タイマーを設定する

●タイマーを設定し、決定キーを押してください。

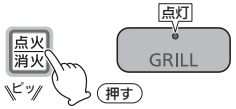
1～20分

左操作部

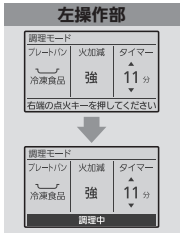
❺ 点火する

●点火／消火キーを押して点火してください。

※点火後、約20秒経過すると、タイマー設定が確定します。確定後は変更できません。
※点火後は、火加減の切り替えはできません。
※調理途中で消火し、再点火することがありますが、異常ではありません。
※調理途中で消火した場合、マルチグリル燃焼ランプは消灯します。点火中のみ点灯します。



左操作部



自動消火の場合❼へ

❻ メニューにより、余熱調理を行う場合

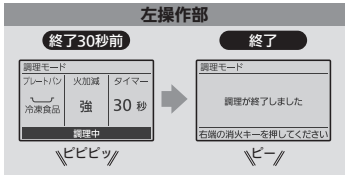
●余熱調理開始前にブザー音でお知らせし、自動で火が消えます。

※余熱調理は自動で開始します。
※余熱調理中はタイマー終了まで、マルチグリルとびらを開けたり、点火／消火キーを押さないでください。
うまく仕上がらない場合があります。

❼ タイマーが終了すると自動消火

●タイマーが終了するとブザー音でお知らせし、自動で火が消えます。

左操作部



調理モード（冷凍食品）

調理物の種類と火加減・加熱時間のめやす

火加減

強	中	弱
焼き餃子 6～12個（高さ3cm、約25g／個） 9～10分	から揚げ 4～12個（高さ5cm、約25～30g／個） 10～14分	炒飯（チャーハン） 半量～全量（全量約450g） 5～11分
	お好み焼き 1枚（直径15cm、厚み2cm） 13分	ピザ 1枚（薄い：直径20cm以下、厚み2cm） （厚い：直径15cm以下、厚み4cm） 11～14分
	たこ焼き 9～18個（直径4cm、高さ3cm、約25g／個） 10～12分	コロッケ 1～6個（直径5cm、高さ2.5cm、約30g／個） 10～11分
	焼きおにぎり 4～10個（約48g／個） 11～13分	
	たい焼き 1～5個（高さ2.5cm、約48g／個） 9～12分（あんなめらか） 11～14分（しっかり加熱）	

冷凍食品の時間について

・表内のメニューは、最小個数は最小時間、最大個数は最大時間に対応しています。
中間の量や個数は、最小～最大時間範囲内で調整してください。

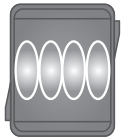
例）焼き餃子の場合　最小　最大
6～12個
9～10分

置きかた

餃子は中央に寄せて横に並べる。

のせるのは中央から！

前後はあたたまりにくいので、中央によせる。



横に並べるときは、左右均等に！

ポイント

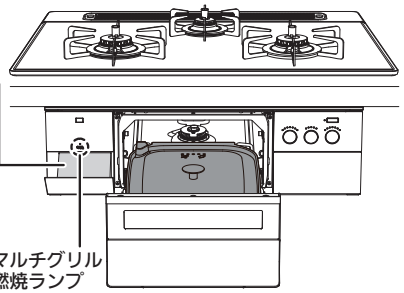
・調理モード（冷凍食品）は、市販の冷凍食品を調理することができます。
・餃子の乾燥が気になる場合は、アルミはくでふたをし、ふたの前後を軽く押さえることでふっくら仕上がります。
・炒飯は、高さを均等にするとムラなく仕上がります。
・記載の時間はめやすです。食材の大きさや冷凍状態によって仕上がりが異なります。
お好みに応じて調節してください。
・めやす表にない食品や数量はうまくできない場合があります。
・電子レンジ・オーブントースター・オーブンレンジ（餃子はフライパン）に対応した市販の冷凍食品をお使いください。
・餃子は「水なし・油なし」と記載のある市販の冷凍食品をお使いください。
・餃子は羽ができません。

マルチグリル 調理モード（低温調理）

キャセロールに燻製網をセットして、ローストビーフや蒸し鶏など低温でおいしく調理することができます。
・低温調理で食材を入れる袋は、湯せん調理可能なポリ袋*を使用してください。
＊推奨ポリ袋：アイラップUF
お近くの量販店、ホームセンター、スーパーマーケットなどで購入してください。
※対応する調理物の種類や火加減などについては、付属のスタートガイドを参照してください。

使用する容器 キャセロール 燻製網

『マルチグリルを使う準備』(47ページ)をよく読み、準備をする



⚠警告

- 食材は水に完全に浸っていない状態で使用しない
- 食材の厚みは、2cm以下にする
  加熱不足が生じるおそれがあります。
- 冷凍した食材は使用しない
  食材の加熱不足や袋が損傷するおそれがあります。
- イノシシ、鹿、うさぎ、熊、鴨などの野生食材（ジビエ）は使用しない
  細菌や寄生虫が付着している可能性があり、食中毒を起こすおそれがあります。
- 常温で放置した食材を使用しない
- 調理に使用した袋は繰り返し使用しない
  食中毒を起こすおそれがあります。
- 調理途中にマルチグリルとびらを開けない
  加熱不足が生じるおそれがあります。
- 抵抗力の低い方、乳幼児、お年寄り、妊娠中の方などは食べない
  食中毒になりやすく、発症した場合、重症化するおそれがあります。
- 食材は新鮮なものを使用する
- 調理後は、その日のうちに食べきる
  食材に付着する細菌が袋内で繁殖することで、食中毒を起こすおそれがあります。
- 食材をあつかう際は、素手でなく、使い捨ての手袋を着用する
  手に付着している細菌が食材に移り、食中毒を起こすおそれがあります。
- 調理に使用するまな板、包丁などの調理道具はアルコール消毒などをおこない、清潔なものを使用する
  食中毒を起こすおそれがあります。
- 食べる前に必ず中まで加熱されているか確認する
  食材の加熱不足や、食中毒を起こすおそれがあります。
- 調理途中に消火した場合、別の調理方法で十分に加熱する
  食材の加熱不足や食中毒を起こすおそれがあります。
- 調理後、冷蔵庫に入れる場合は、加熱後の袋のまま氷水でしっかり急速冷却してから冷蔵庫に入れ、その日のうちに食べきる
  食中毒を起こすおそれがあります。

⚠注意

- キャセロール側面段差以上に水を入れない
- キャセロールふたにアルミはくを巻いた状態で使用する
  容器から水がこぼれ、機器の故障の原因になります。
- 調理終了後は、マルチグリルとびらをゆっくりとスライドさせ、引き出す
  容器からお湯がこぼれ、やけどのおそれがあります。
  また、キャセロール内のお湯は、冷めてから捨ててください。
- 調理後に食材を取り出す場合は、必ずトングなどの道具を使用する
  やけどのおそれがあります。
- 調理後にふたを外す場合は、必ずミトンや鍋つかみを使用する
  やけどの原因になります。また、ふたとアルミはくの間にお湯がたまっている場合があるので、注意してください。

お願い

- 必ず燻製網を使用してください。食材をキャセロールに直置きすると、うまく仕上がりません。
- 食材を入れる袋は、必ず湯せん調理に対応しているもの（湯せん調理可能なポリ袋）を使用してください。袋が溶けて、水が入ったり、内容物が漏れることがあります。
- 袋内に鋭利なものを入れないでください。袋が損傷し、水が入ったり、内容物が漏れることがあります。
- 袋の口をしっかり縛ってください。縛りかたが緩かった場合、水が入ったり、内容物が漏れることがあります。
- 袋は確実にキャセロール内に入れてください。キャセロール外に袋が出ると、溶けるおそれがあります。
- 水以外の液体は使用しないでください。また、お湯を使用しないでください。うまく仕上がりません。
- 使用後、十分に冷めたら、燻製網は取り出して乾燥させてください。錆の原因になります。

ポイント

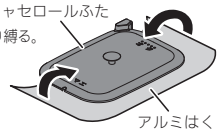
袋に食材を入れて口を縛る前に、袋内の空気を十分に抜いてください。
＜袋内の空気の抜きかた＞
・袋に食材を入れ、封を開けた状態で水を張ったボウルなどの容器に沈めると、水圧で空気が抜けます。

ご注意していただきたいこと

・マルチグリル庫内の温度が高い場合は、メニューを受け付けない場合があります。しばらく(約5～10分)待つとメニューが表示され、使用できます。

低温調理前の準備

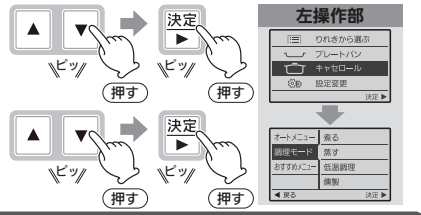
●低温調理を行う前に、下記の手順に従って準備をしてください。
①湯せん調理に対応した袋に食材を入れ、袋内の空気を十分に抜いた状態で袋の口をしっかり縛る。
②キャセロール底面に燻製網を入れる。
③袋に入れた食材を燻製網の上に置く。
④水をキャセロール側面段差まで入れる。
⑤アルミはくを内側に巻いたキャセロールふた（右図参照）を被せる。
⑥マルチグリルとびらをゆっくりとスライドさせ、閉める。



① TOP画面でキャセロールを選択し、調理モードを設定する

●一覧からキャセロールを選択し、決定キーを押してください。

●一覧から調理モードを選択し、決定キーを押してください。



② 低温調理を設定する

●一覧から低温調理を選択し、決定キーを押してください。

煮る
蒸す
低温調理
燻製

パン
パン発酵焼き上げ

③ 火加減を設定する

●火加減を設定し、決定キーを押してください。

強
中
弱

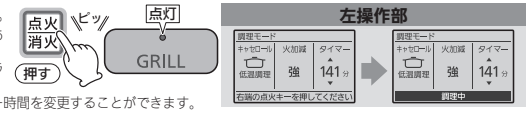
④ タイマーを設定する

●タイマーを設定し、決定キーを押してください。

1～199分

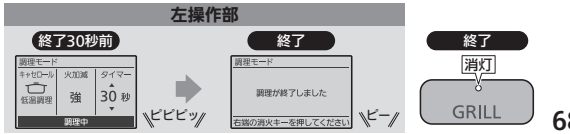
⑤ 点火する

●点火／消火キーを押して点火してください。
※調理途中で消火し、再点火することがありますが、異常ではありません。
※調理途中で消火した場合、マルチグリル燃焼ランプは消灯します。点火中のみ点灯します。
※お好みの仕上がり具合に応じて、タイマー時間を変更することができます。
※点火後は、火加減の切り替えはできません。



⑥ タイマーが終了すると自動消火

●タイマーが終了するとブザー音でお知らせし、自動で火が消えます。



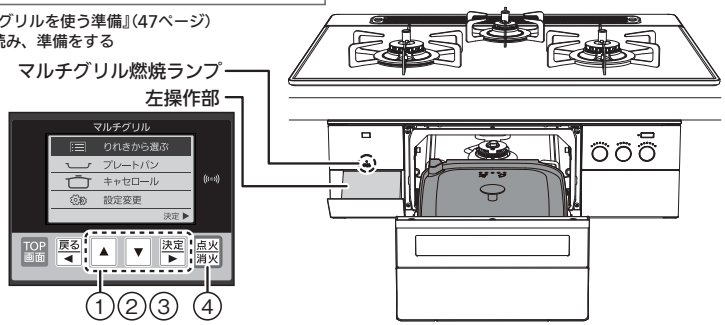
マルチグリル 調理モード(燻製)

キャセロールに燻製網をセットして、チーズやソーセージなどを燻製でおいしく調理することができます。

※対応する調理物の種類や火加減などについては、71・72ページを参照してください。

使用する容器 キャセロール 燻製網

『マルチグリルを使う準備』(47ページ)をよく読み、準備をする



⚠警告

- **燻製調理後の燻製チップをそのまま捨てない**
  火災の原因になります。
  キャセロールが冷めてから水をかけ、安全な状態にしてから捨ててください。
- **調理物や燻製チップが発火した場合は、すぐに消火する**
  火災の原因になります。
- **燻製調理が終了したあとは、キャセロールにたまった脂類をよく洗浄して落とす**
  脂類が残ったまま続けて調理すると、発火の原因になります。

⚠注意

- **燻製調理終了後のキャセロールは、冷めるまで触らない**
  キャセロールが高温になっており、やけどの原因になります。

ご注意していただきたいこと

- 液体や異なる調理物は燻製しないでください。調理がうまくできない原因になります。
- 油は燻製しないでください。発火の原因になります。
- 燻製調理の出来栄えは、燻製チップの種類や分量により異なります。
- 食材は室温で約30分なじませてください。調理がうまくできない原因になります。
- キャセロールふたに接触するほどの大きい食材は、使用しないでください。熱されたふたに食材が接触し焦げることがあります。
- 調理物の表面についた水分は酸味やえぐみを防止するためによくふき取ってください。
- 調理物の水分や脂分が多い場合は色がつきにくくなります。
- 調理物を風乾(風にさらして食材を乾燥させること)すると燻製の色がよりつきやすくなります。
- 必ず燻製網を使用してください。食材をキャセロールに直接置かないでください。うまく仕上がらないことがあります。
- 調理物を燻製網にのせる際は、重ならないようにしてください。
- シリコンコーティングされたアルミはくを敷く食材の場合、アルミはくと接する部分は色がつきにくくなります。
- プロセスチーズ(6P)は、種類や製造日により溶けることがあります。
- **燻製チップに関して**
  - 燻製チップは1辺が約5mmのものを使用してください。
    1辺が10mm以上のものは煙が出始めるまで時間がかかるため、色合いが薄くなることがあります。
  - ザラメ糖などを混ぜるとキャセロールにこびりつくため使用しないでください。
  - スモークウッドは使用できません。燻製チップを使用してください。
  - 燻製チップの適量は15gです。(大さじ3強または1/4カップ)
  - 燻製チップは前後をさけて中央よりに敷き詰めてください。

燻製調理前の準備

●燻製調理を行う前に、下記の手順に従って準備をしてください。(詳しくは、71ページを参照してください。)

①キャセロールに、燻製チップを入れる。
②キャセロール底面に、燻製網を置く。
③食材を燻製網にのせる。
※食材によっては、食材の下にシリコンコーティングされたアルミはくを敷いてください。
④キャセロールふたを被せる。
⑤マルチグリルとびらをゆっくりとスライドさせ、閉める。

① TOP画面でキャセロールを選択し、調理モードを設定する

●一覧からキャセロールを選択し、決定キーを押してください。

●一覧から調理モードを選択し、決定キーを押してください。

② 燻製を設定する

●一覧から燻製を選択し、決定キーを押してください。

③ タイマーを設定する

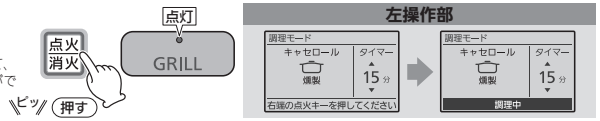
●タイマーを設定し、決定キーを押してください。

8~20分

④ 点火する

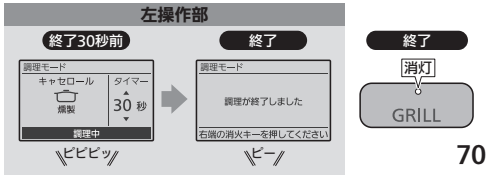
●点火/消火キーを押して点火してください。

※お好みの仕上がり具合に応じて、タイマー時間を変更することができます。



⑤ タイマーが終了すると自動消火

●タイマーが終了するとブザー音でお知らせし、自動で火が消えます。



マルチグリル 調理モード（燻製）

燻製モードの調理手順について

① 食材の準備

①食材の下準備をしてください。

＜鶏卵（ゆで卵）、うずら卵（ゆで卵、水煮）、サラダチキン、手羽先（生）の場合＞
・食材の表裏に適量の塩をふってください。

②食材を室温で約30分なじませてください。

③食材表面の水分をキッチンペーパーなどでよくふき取ってください。

② 燻製チップと燻製網を準備する

＜燻製チップのめやす量＞

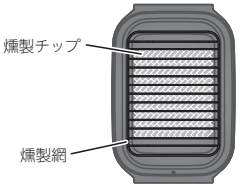
15g・・・大さじ3強もしくは1/4カップ

①燻製チップの準備

キャセロールの前後をさけて、中央よりになるべく平らに敷き詰めてください。

②燻製網の準備

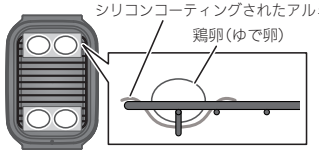
＜プロセスチーズ（6P）、鶏卵（ゆで卵）、うずら卵（ゆで卵、水煮）の場合＞
・食材の下にシリコンコーティングされたアルミはくを敷いてください。
食材の大きさに合わせてなるべく小さめに敷くと、燻煙がうまくまわり、色付きがよくなります。



③ 食材を燻製網にのせる

●食材を燻製網にのせてください。

＜鶏卵（ゆで卵）の場合＞



食材は燻製網前後のくぼみ部に置いてください。

＜その他の食材＞
例）ソーセージ

前後はあたたまりにくいので中央に寄せてください。

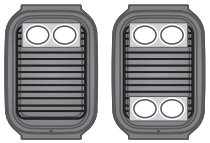
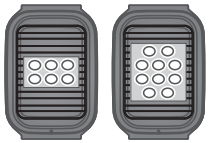
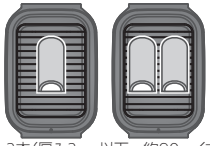
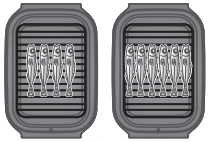
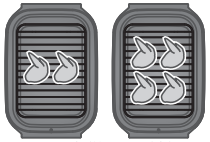
④ キャセロールふたを閉め、マルチグリルとびらをゆっくり閉める

・燻製チップが端に片寄らないように、マルチグリルとびらをゆっくり閉めてください。

⑤ 燻製調理を開始する

調理物の種類と加熱時間のめやす

加熱時間

プロセスチーズ（6P）	鶏卵（ゆで卵）	うずら卵（ゆで卵、水煮）
6個（約18g／個） 8〜14分 ※シリコンコーティングされたアルミはくを敷いてください。	 2〜4個（Mもしくは L サイズ） 11〜17分 ※シリコンコーティングされたアルミはくを敷いてください。	 6〜10個（約9g／個） 11〜17分 ※シリコンコーティングされたアルミはくを敷いてください。
ソーセージ	かまぼこ	ちくわ
2〜6本（約30g／本） 8〜14分	 1〜2本（厚み2cm以下、約90g／本） 11〜14分	2〜4本（約30g／本） 11〜14分
サラダチキン	ししゃも（生）	手羽先（生）
1個（約120g／個） 11〜20分	 4〜6尾（約18g／尾） 14〜17分	 2〜4本（約40g／本） 14〜20分 ※皮目を上にして焼いてください。

燻製調理の時間について

・表内のメニューは、記載されている調理時間の範囲内で調理してください。
調理時間を調整することで燻製の濃さの強弱をつけることができます。
・燻製調理の色を濃くつけたい場合は、タイマー時間を長めに設定してください。
・追加加熱したい場合は、3〜5分程度加熱してください。

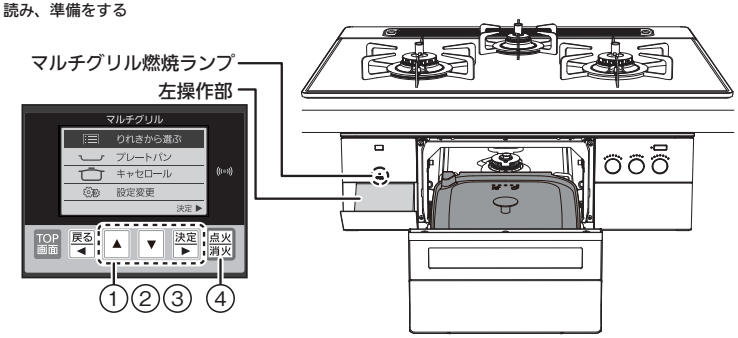
例）鶏卵（ゆで卵）の場合　薄く 11 〜 濃く 17 分

マルチグリル 調理モード(パン発酵焼き上げ)

パン生地の発酵から焼き上げまでをマルチグリルで調理することができます。
※パン生地の作りかた、発酵、焼き上げについて詳しくは、付属のスタートガイドを参照してください。

使用する容器 キャセロール

『マルチグリルを使う準備』(47ページ)をよく読み、準備をする



ご注意していただきたいこと

- 記載の時間はめやすです。材料の大きさやお好みによって調節してください。
- パン独特の風味を好まれる場合は、調理モード(パン)で調理されることをおすすめします。
- 材料は加熱前の状態で、キャセロール側面段差(補足図参照)より1cm以上低くなるようにしてください。
- パン生地がふくらみ過ぎるとふたにあたって焦げたり、ふたが持ち上がるとマルチグリルとびらが開かなくなります。
- なるべくパン生地を平らにしてください。
- 食材のムラ、高さのムラにより、焼き色、ふくらみがばらつくことがあります。
- 水分の多い食材を加熱すると消火する場合があります。
- マルチグリル庫内の温度が高い場合、メニューを受け付けない場合があります。
  しばらく(約5〜10分)待つとメニューが表示され、使用できます。

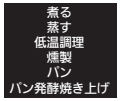
❶ TOP画面でキャセロールを選択し、調理モードを設定する

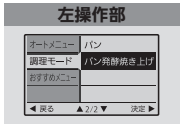
●一覧からキャセロールを選択し、決定キーを押してください。

●一覧から調理モードを選択し、決定キーを押してください。

❷ パン発酵焼き上げを設定する

●一覧からパン発酵焼き上げを選択し、決定キーを押してください。



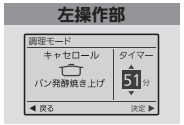


❸ タイマーを設定する

●タイマーを設定し、決定キーを押してください。

※点火後35分経過するまでは発酵を行い、その後は焼き上げを行います。
※タイマーを35分に設定した場合、焼き時間は0分になります。

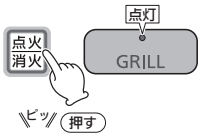
35〜60分

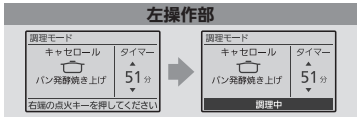


❹ 点火する

●点火／消火キーを押して点火してください。

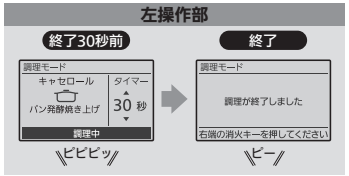
※調理途中で消火し、再点火することがありますが、異常ではありません。
※調理途中で消火した場合、マルチグリル燃焼ランプは消灯します。点火中のみ点灯します。
※お好みの仕上がり具合に応じて、タイマー時間を変更することができます。





❺ タイマーが終了すると自動消火

●タイマーが終了するとブザー音でお知らせし、自動で火が消えます。



マルチグリル おすすめメニュー

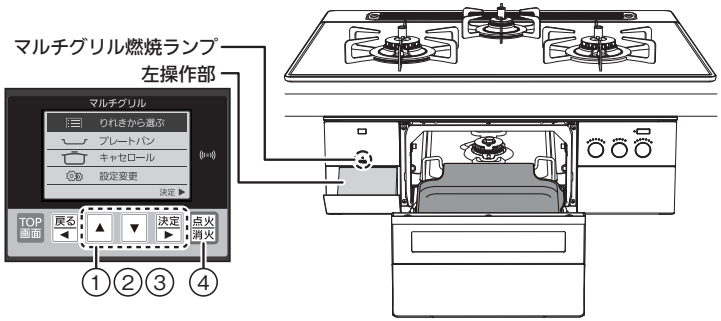
メニューを選ぶだけで、その調理に最適な火加減や加熱時間の設定を自動で行います。

※対応する調理物の種類と火加減については、付属のスタートガイドまたは、クッキングブックを参照してください。

使用する容器
- プレートパン
- 波型プレートパン
- キャセロール

※波型プレートパン(別売部品)を使用するには、設定の変更が必要です。設定方法は82・83ページを参照してください。

『マルチグリルを使う準備』(47ページ)
をよく読み、準備をする



※イラストはプレートパンを使用した場合です。

⚠警告

必ずする

・**ローストビーフ(低温調理)の調理途中に消火した場合は、別の調理方法で十分に加熱する**
食材の加熱不足や食中毒を起こすおそれがあります。

ご注意していただきたいこと

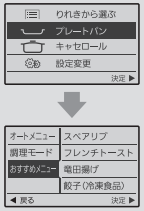
・メニューによっては連続して調理するときなど、マルチグリル庫内の温度が高い場合は、メニューを受け付けない場合があります。しばらく(約5〜10分)待つと、メニューが表示され、使用できます。

① TOP画面で容器を選択し、おすすめメニューを設定する

●一覧から容器を選択し、決定キーを押してください。

●一覧からおすすめメニューを選択し、決定キーを押してください。

左操作部



◎マルチグリル使用時は、その場を離れない

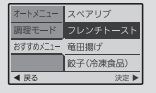
② メニューを設定する

●一覧からメニューを選択し、決定キーを押してください。

※選択した容器によって、一覧が異なります。

プレートパン	波型プレートパン	キャセロール
スペアリブ フレンチトースト 竜田揚げ 餃子(冷凍食品)	あじの開き	かれいの煮付け ローストビーフ(低温調理) 燻製チーズ チーズケーキ

左操作部



③ タイマーを設定する

●タイマーを設定し、決定キーを押してください。

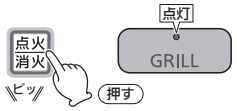
※容器やメニューによって設定できる時間が異なります。

左操作部

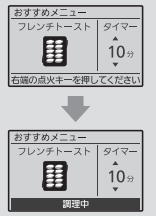
④ 点火する

●点火／消火キーを押して点火してください。

※お好みの仕上がり具合に応じて、タイマー時間を変更することができます。
※点火後、約20秒経過すると、タイマー設定が確定します。確定後は変更できません。
(メニュー：餃子(冷凍食品)のみ)
※調理途中で消火し、再点火することがありますが、異常ではありません。
(メニュー：ローストビーフ(低温調理)のみ)
※調理途中で消火した場合、マルチグリル燃焼ランプは消灯します。点火中のみ点灯します。



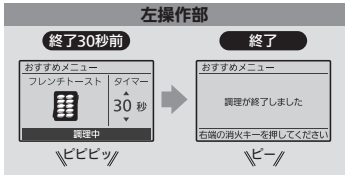
左操作部



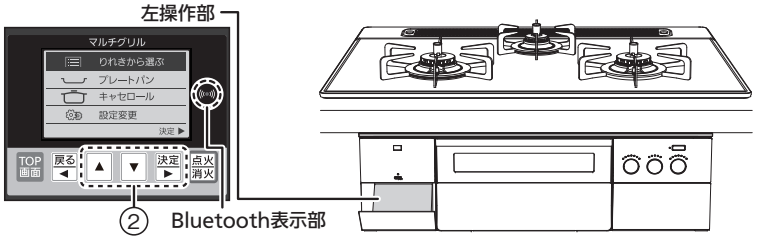
⑤ タイマーが終了すると自動消火

●タイマーが終了するとブザー音でお知らせし、自動で火が消えます。

左操作部



アプリ コンロアプリを使う準備



事前確認事項

■ スマートフォンのOSバージョン確認とアプリのダウンロード

Android	OS6.0以降
iPhone	iOS10.0以降

専用アプリ「くらしにコンロアプリ」のダウンロード方法

●下記手順またはQRコードを読み取って、アプリをダウンロードしてください。

Android の場合

①[Google Play]を開く
②[くらしにコンロアプリ]を検索
③画面に従ってインストール

iPhone の場合

①[App Store]を開く
②[くらしにコンロアプリ]を検索
③画面に従ってインストール

※全ての機種で動作を保証するものではありません。
※接続方法は、スマートフォンの説明書を参照してください。
※アプリのダウンロード時および更新時は通信費がかかります。
※アプリのサービス内容・画面デザイン・機能などを予告なく変更することがあります。
※TM and © 2019 Apple Inc. All rights reserved.「iPhone」は、米国および他の国々で登録された Apple Inc.の商標です。iPhoneの商標は、アイホン株式会社のライセンスにもとづき使用されています。「App Store」は、Apple Inc.のサービスマークです。
※「Google Play」、「Google Play ロゴ」、「Android」は、Google Inc.の商標または登録商標です。

この機器にはBluetooth※1が内蔵されています。Bluetoothとの接続設定を行うと、お客さまが利用されているスマートフォンのアプリから、機器にレシピを送信することができます。

※1：この機器の使用周波数帯では、電子レンジなどの産業・科学・医療用機器のほか工場の製造ラインなどで使用されている移動体識別用の構内無線局（免許を要する無線局）および特定小電力無線局（免許を要しない無線局）並びにアマチュア無線局（免許を要する無線局）が運用されています。
・この機器を使用する前に、近くで移動体識別用の構内無線局および特定小電力無線局並びにアマチュア無線局が運用されていないことを確認してください。
・万一、この機器から移動体識別用の構内無線局に対して有害な電波干渉の事例が発生した場合には、お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）へご相談ください。
・その他、この機器から移動体識別用の特定小電力無線局あるいはアマチュア無線局に対して有害な電波干渉の事例が発生した場合など、お困りになったときは、お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）へご相談ください。

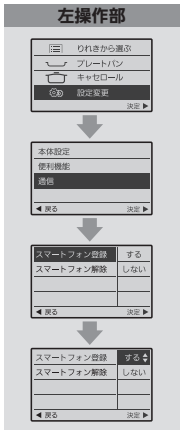
❶ 専用アプリ「くらしにコンロアプリ」を立ち上げる

①利用規約を確認してください。
②「同意する」をタップしてください。アンケート画面に進みます
③アンケートの「登録」もしくは「回答をスキップ」をタップしてください。機器選択画面に進みます。
④機器名（210-H670・H672・H680〜H683型）選択後、「Bluetooth通信でできること」を確認し、「ペアリングを行う」をタップしてください。

❷ スマートフォンの登録（ペアリング）

①スマートフォンのBluetoothがオンになっていることを確認してください。
②コンロの電源を入れてください。
※登録中は電源ボタンのオフなど他の操作をしないでください。

③左操作部の一覧から「設定変更」を選択し、決定キーを押してください。



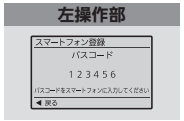
④一覧から「通信」を選択し、決定キーを押してください。

⑤一覧から「スマートフォン登録」を選択し、決定キーを押してください。

⑥「する」を選択し、決定キーを押してください。

⑦スマートフォンの画面の「ペアリング開始」をタップしてください。

⑧コンロ液晶部に表示されたパスコード（数字6桁）をスマートフォンに入力し、ペアリングをタップしてください。
※ペアリング毎にランダムなパスコードが表示されます。
※スマートフォンの「ペアリング開始」をタップしないとパスコードは表示されません。

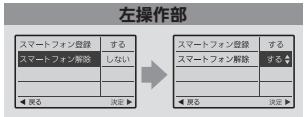


⑨『登録が完了しました』と音声が流れて、Bluetooth表示部が点灯すると、ペアリングが完了します。
※スマートフォンは最大7台まで設定できます。同時に複数台ペアリングすることはできません。

⑩TOP画面キーを押して、TOP画面に戻ってください。「くらしにコンロアプリ」との通信が可能になります。

スマートフォンの登録解除

①「設定変更」→「通信」→「スマートフォン解除」を選択し、決定キーを押してください
②選択キーを押して、「する」を選択し、決定キーを押してください。

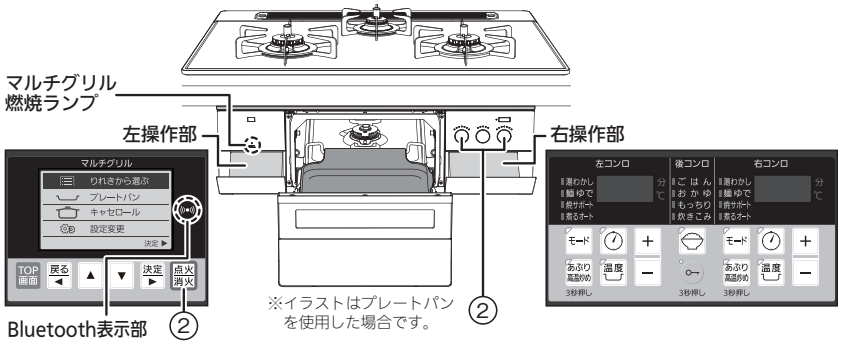


詳しくは、大阪ガスのホームページ（http://og-manual.jp/gascookerapp/）をご覧ください。

アプリ コンロアプリ

スマートフォンの専用アプリ『くらしにコンロアプリ』を使って、調理状況の確認、レシピの送信などを行うことができます。

<『くらしにコンロアプリ』を使ってできること>
●レシピ(コンロ調理条件)をコンロに送信
●使用中のコンロの状況(調理中、調理終了、乾電池交換、エラーの発生状況など)を確認



※イラストはプレートパンを使用した場合です。

ご注意していただきたいこと

・宅外など、コンロと離れている場合や、スマートフォンとコンロの接続状態が悪い場合、上記機能や情報のお知らせができなくなります。

① レシピ(コンロ調理条件)をコンロに送信

①スマートフォンで専用アプリ『くらしにコンロアプリ』を起動して、レシピを検索してください。

※画像はイメージです。

②調理したいレシピの材料を準備し、作りかたの手順で下ごしらえしてください。

③電源が入っていることを確認してください。
入っていない場合は電源を入れてください。
※ブザー音がするまで押してください。(約0.3秒)

④『くらしにコンロアプリ』内のレシピページから「レシピをコンロに送信」を押して、調理条件をコンロに送信してください。

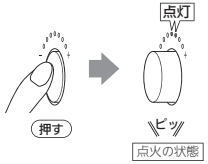
◎コンロ、マルチグリル使用時は、その場を離れない

② 点火する

コンロの場合

●点火／消火ボタンを押し、「点火の状態」にしてください。

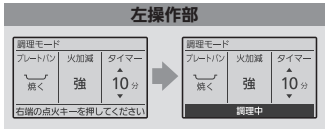
※必ず火がついたことを確認してください。
※お好みの仕上がり具合に応じて、タイマー時間を変更することができるメニューもあります。



マルチグリルの場合

●点火／消火キーを押して点火してください。

※お好みの仕上がり具合に応じて、タイマー時間を変更することができるメニューもあります。
※点火後は、火加減の切り替えはできません。



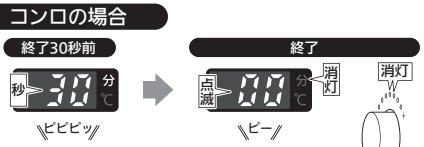
③ タイマーが終了すると自動消火

●自動調理やタイマーを設定した調理の場合、終了するとブザー音でお知らせし、自動で火が消えます。

※タイマーを設定していない調理の場合は、自動で火が消えません。

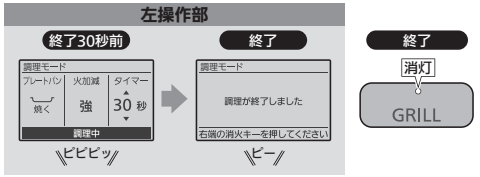
●調理が終了すると、スマートフォンに調理終了のお知らせが届きます。

コンロの場合



※タイマー表示は10回点滅後に消灯します。

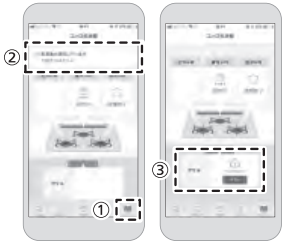
マルチグリルの場合



使用中のコンロの状況を確認

スマートフォンのアプリ画面の右下「かくにん」をタップすると、使用中のコンロの状態を確認することができます。

①コンロの使用状態を確認できます。
②乾電池が消耗したときにお知らせします。また、交換方法もお知らせします。
コンロ内の乾電池の取り付け場所や交換方法を簡単に確認することができます。
※乾電池の交換方法については、「乾電池を交換する」(21ページ)を参照してください。
③コンロのエラー発生をお知らせします。
取扱説明書を探さなくても、お知らせ表示の内容や処置方法を簡単に確認することができます。

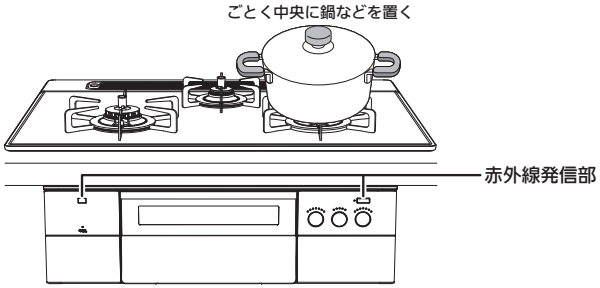


※画像はイメージです。

詳しくは、大阪ガスのホームページ
(http://og-manual.jp/gascookerapp/)
をご覧ください。

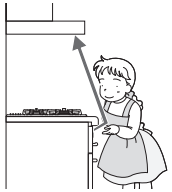
レンジフード連動機能

ガスビルトインコンロの点火および消火に合わせ、自動でレンジフードの運転、風量の切替、停止を行う機能です。



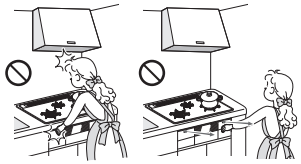
操作について

・レンジフードは、ガスビルトインコンロの点火操作と同時に自動で運転を開始します。
・消火操作をしたときは自動で停止します。
　※レンジフードのタイプにより、タイマー運転し、数分後や設定時間後に停止します。また、停止後に常時換気運転をするタイプもあります。
　詳細はレンジフードの取扱説明書を参照してください。
・消火操作を行っても他のガスビルトインコンロを使用している場合、レンジフードは停止しません。
・点火／消火操作時はカウンターから約20～40cm離れ、機器の正面に立って操作してください。
　レンジフード連動は、機器からの赤外線信号を人に反射させ、レンジフードで受信し、レンジフードを動作させます。
※連動しにくい場合は、レンジフード側の操作部で操作してください。


機器の正面に立って操作する

ご注意していただきたいこと

下記の場合は、動作しないおそれがあるので注意してください。
・赤外線発信部に近すぎる位置や離れて立っている。
・前かがみで操作し、頭や手で赤外線がさえぎられている。
・機器の横に立って操作している。
・テレビ、エアコンなどのリモコンを同時に操作している。
・機器の赤外線発信部やレンジフード側の赤外線受信部が汚れている。
・赤外線の反射しにくい服(黒い服やビロード、毛糸の服など)を着て操作している。
・レンジフード側の赤外線受信部に太陽光が当たったり、受信部と照明が近すぎる。


頭や手でさえぎらない　離れて操作しない

お願い

・連動機能に対応しているレンジフードとの組み合わせが必要です。
　※レンジフードの使いかたは、レンジフードの取扱説明書をよくお読みください。

お知らせ

・レンジフード連動機能、レンジフード風量切替機能は解除することができます。
　各種設定の変更(カスタマイズ機能)(83ページ)を参照してください。
・レンジフードの風量は、コンロやマルチグリルの使用状況により、自動で調節します。
　※レンジフードの機種によっては、レンジフード風量切替機能に対応しない場合があります。
・コンロ使用時に安心・安全機能がはたらき自動消火した場合、レンジフードは停止しません。
　点火／消火ボタンを押し、「消火の状態」にするか、レンジフード側の操作部で停止してください。
　タイマー終了後(マルチグリル)や機器が電源オートパワーオフした場合などは、レンジフードが自動的に停止する場合があります。

各種設定の変更(カスタマイズ機能)

初期設定から、お好みの設定に変更できます。
※乾電池を抜いても、変更した設定はリセットされません。

① 電源を入れる

●電源を入れてください。
※ブザー音がするまで押してください。(約0.3秒)

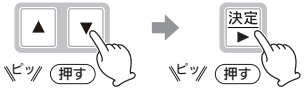
② 設定変更を選択し、『本体設定』か『便利機能』を設定する

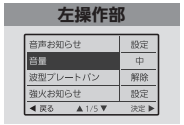
●左操作部の一覧から設定変更を選択し、決定キーを押してください。
※機器を使用していない状態で操作してください。

●一覧から『本体設定』か『便利機能』を選択し、決定キーを押してください。
※『本体設定』と『便利機能』について、詳しくは83・84ページを参照してください。

③ 変更する項目を選択する

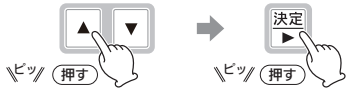
●選択キーを押して、変更する項目を選択し、決定キーを押してください。

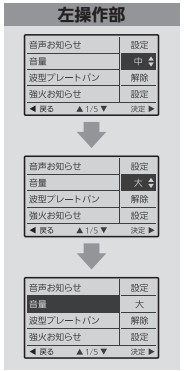




④ 変更内容を選択し、確定する

●選択キーを押して、変更内容を選択し、決定キーを押して設定を確定してください。
※ブザー音で設定が確定したことをお知らせします。
※決定キーを押さずに無操作で約60秒経過すると、ブザー音と音声報知でお知らせし、設定が変更されずに終了します。





各種設定の変更（カスタマイズ機能）

◎設定時は、必ず機器を使用していない状態にする

	項目	初期設定	変更内容
本体設定	**音声お知らせ** 音声お知らせ機能の有無を設定できます。 ●解除してもカスタマイズ機能設定中と乾電池交換のお知らせ時は作動します。	設定	解除
	音量 音声お知らせとブザーの音量を3段階で設定できます。	中	大 小
	波型プレートパン 波型プレートパン（別売部品）専用調理の設定ができます。 ●波型プレートパン設定後は、左操作部の液晶表示は、右図の画面になります。 容器を選択してから使用してください。 りれきから選ぶ プレートパン 波型プレートパン キャセロール ▼1/2▲　決定▶	解除	設定
	強火お知らせ（強火切替お知らせブザー） コンロの火力が自動で弱火から強火に切り替わるとき、お知らせするブザー音の有無を設定できます。	設定	解除
	再点火お知らせ（マルチグリル再点火お知らせ機能） マルチグリルが自動で再点火するとき、お知らせするブザー音の有無を設定できます。	設定	解除
	グリル取り出し忘れ報知（マルチグリル取り出し忘れお知らせ機能） マルチグリル専用容器の取り出し忘れの際、お知らせするブザー音の有無を設定できます。	設定	解除
	ブザー音程 ブザーの音程を2段階で設定できます。	標準	低音
	感震停止機能 感震停止機能の有無を設定できます。	設定	解除
	自動電源オフ時間（電源オートパワーオフ） 電源オートパワーオフの時間を変更できます。	3分	1～5分
	消し忘れ消火機能 コンロ消し忘れ消火機能の時間を変更できます。（全コンロ同時に変更されます。）	120分	30～120分
	レンジフード連動運転 レンジフードをガスビルトインコンロと連動させる機能の有無を設定できます。	設定	解除
	レンジフード風量連動 レンジフードの風量を自動で切り替える機能の有無を設定できます。	設定	解除
	お知らせサイン お知らせサインの有無を設定できます。	設定	解除
	液晶表示の明るさ 液晶表示の画面の明るさを設定できます。	明るめ	暗め 消灯
	操作部点灯時間 液晶表示の画面の点灯時間を設定できます。	10秒	20秒 30秒
	全ての設定をリセット 設定変更（カスタマイズ）した設定をすべて初期設定に戻します。	しない	する
	エラーりれき 最新のエラーりれきを確認できます。 ※エラー内容については、『ブザー報知とお知らせ表示』を参照してください。（109～112ページ）	ー	

	項目	初期設定	変更内容
便利機能	**湯わかしお知らせ時間** ふっとうをお知らせするタイミングを5段階で設定できます。	標準	遅め、やや遅め 早め、やや早め
	麺ゆでお知らせ時間 ふっとうをお知らせするタイミングを5段階で設定できます。	標準	遅め、やや遅め 早め、やや早め
	後コンロ　ごはん炊き具合 ごはんの炊き加減（かたさ）を3段階で設定できます。	標準	強め（かため） 弱め（やわらかめ）
	後コンロ　もっちり炊き具合 もっちりごはんの炊き加減（かたさ）を3段階で設定できます。	標準	強め（かため） 弱め（やわらかめ）
	後コンロ　炊きこみおこげ 炊きこみごはんのおこげ加減を3段階で設定できます。	標準	強め（おこげ多め） 弱め（おこげ少なめ）

日常点検とお手入れ

・日常の点検とお手入れは必ず行ってください。
・使用上支障がない場合でも、不慮の事故を防ぎ、安心してより長く使用していただくために、年1回程度の定期点検（有料）をおすすめします。
また、煮こぼれや、誤って鍋をひっくり返すなど、機器内に多量の煮汁などが入った場合は、機器の故障や、機器寿命が短くなるおそれがありますので、点検（有料）をおすすめします。
※定期点検については、お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）にお問い合わせください。

日常点検について

機器のまわりに可燃物などはありませんか	機器のまわりに可燃物がないようにしてください。（8ページ）
各部品は正しく取り付けされていますか	バーナーキャップ、ごとくなど正しく取り付けた状態でお使いください。（89～90ページ）
汚れていませんか	煮こぼれやマルチグリル使用後などで機器が汚れているときはお手入れしてください。 温度センサーを押し、スムーズに上下に動くか確認してください。 汚れていると動きが悪くなり、温度センサーが正しくはたらかない場合があります。（90ページ） スムーズに動かない場合は、必ず点検・修理を依頼してください。

⚠警告

必ず守る

・**お手入れは、ガス栓を閉め、機器が冷めてから手袋をはめて行う**
とくにマルチグリル排気口の内側（奥側）、マルチグリル庫内をお手入れするときは、十分注意する
やけどや機器の突起物などでけがをする原因になります。
・**機器の電源を「切」にする**
誤って点火／消火ボタン、点火／消火キーを押すと、やけどの原因になります。
・**お手入れ後は、機器およびマルチグリル庫内にふきん、紙類などを置き忘れていないか必ず確認する**
火災の原因になります。

お願い

・道具や洗剤を目立たない部分で試してから、使用してください。
・食器洗い乾燥機で洗う場合、専用洗剤・食器洗い乾燥機の取扱説明書をよく読んで、使用してください。
また、煮洗いや食器洗い乾燥機で洗う場合などは、変色したり、ツヤがなくなる場合があります。
・汚れたままにすると汚れがこびり付き、取れにくくなりますので、使用の都度お手入れしてください。
煮こぼれをしたまま放置するとお手入れする部品が固着し、外れにくくなったり、故障の原因になります。
※とくに砂糖などを含んだ濃い汁は、すぐにふき取ってください。焼きついて掃除が困難になります。
・バーナーキャップ、ごとく、マルチグリル排気口カバー、マルチグリル排気口ちり受け、マルチグリル部品（マルチグリルとびら、マルチグリル専用容器、プレート支持枠、サイドカバー）は取り外して洗うことができます。
それ以外の部品は、絶対に取り外さないでください。
※マルチグリルバーナー部（上下）は取り外しできない構造になっていますので、触らないでください。

ステンレス製の部品について

・型番が210-H672・H682・H683型のごとくの材質として、ステンレスを採用しています。
・ステンレスは、その美しさに加えて錆や腐食に対し優れた特性を備えていますが、反面、炎で熱せられると変色し、色調が変化する特性も持っています。
・コンロをご使用になると、ごとくが変色しますが、これは異常ではありません。
専用のステンレス用クリーナー（116ページ）で、お手入れすることができます。（ごとくの炎が当たる部分などは、高温となるため変色が残ります。）
※コンロを使用すると再度変色します。

お手入れ道具、洗剤について

適しているもの

やわらかいスポンジたわし

やわらかい布

やわらかい歯ブラシ

台所用中性洗剤

マルチグリル専用容器、トッププレートのみ

クリームクレンザー

メラミンスポンジ

※常用しないでください。

ステンレス製のごとくのみ

ステンレス用クリーナー（116ページ）

※常用しないでください。

⃠ 適していないもの

ナイロンたわし

亀の子たわし

金属たわし

スポンジたわしの硬い面

メラミンスポンジ

硬いブラシ

みがき粉

クレンザー

歯みがき粉

クリーム
クレンザー

漂白剤、
酸性洗剤、
アルカリ性洗剤

弱酸性洗剤、
弱アルカリ性洗剤

シンナー、
ベンジン、
アルコール

重曹

・表面のキズや、表面が変質し、はがれ、変色、さび、割れ、トッププレート外周枠のはがれの原因になります。

直接かけて使用しない

スプレー式洗剤

・直接かけて使用すると機器内部に洗剤が入り、故障の原因になります。
必ずやわらかい布やスポンジたわしなどに含ませてから使用してください。

絶対に使用しない

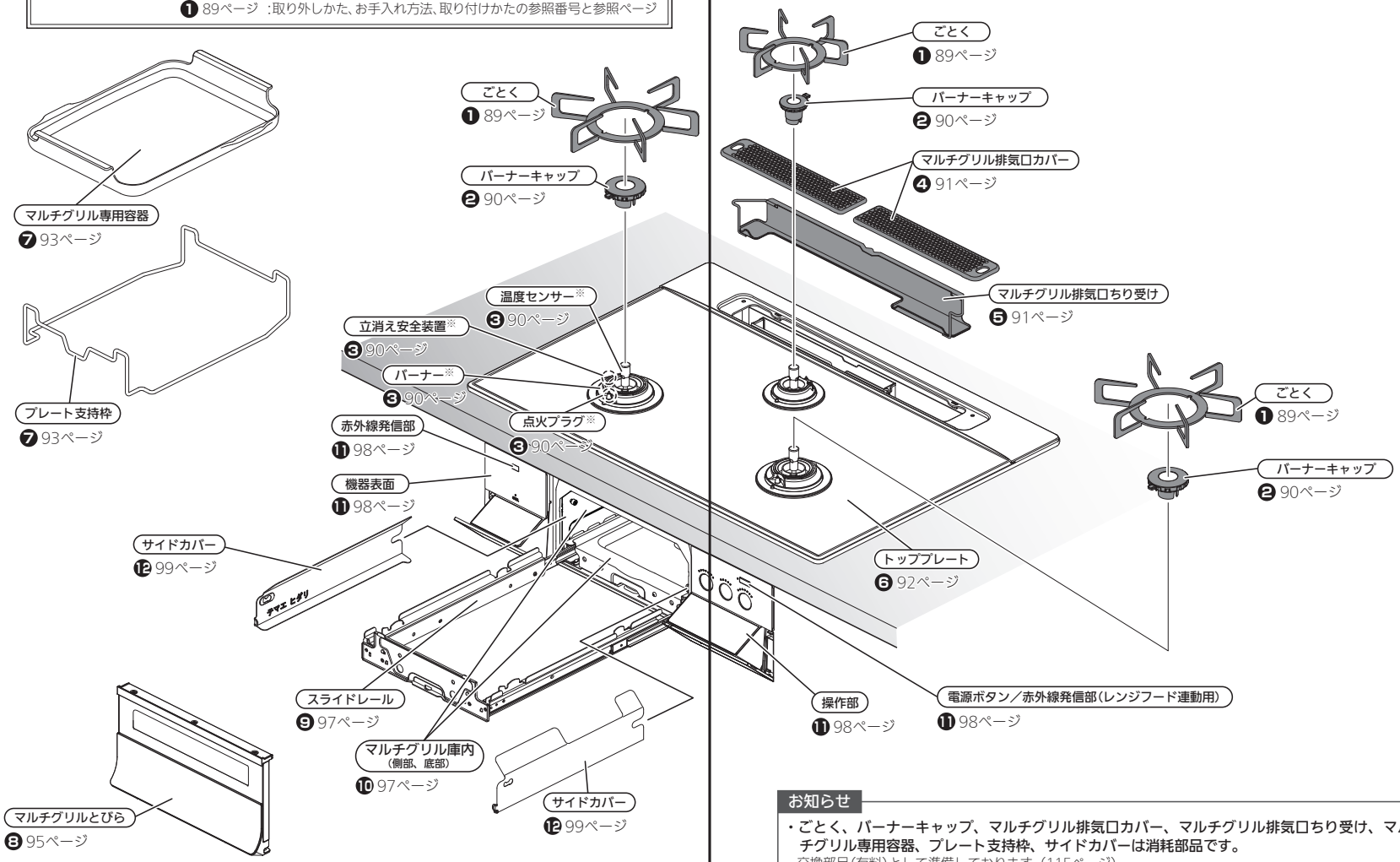
可燃性スプレー、浸透液、潤滑剤

・引火して火災の原因になります。

お手入れ

お手入れできる部品

◎マークの説明　（例）（ごとく）:部品の名称
❶ 89ページ :取り外しかた、お手入れ方法、取り付けかたの参照番号と参照ページ



※バーナー、温度センサー、点火プラグ、立消え安全装置は、すべてのコンロバーナーに付いています。

◎お手入れの前には、
・機器が冷めていることを確認する　・ガス栓を閉める　・機器の電源を『切』にする　・手袋をする
◎汚れたら、その都度きれいにお手入れする
◎お手入れをしたあとは、洗剤や水分が残らないようにする
◎部品を取り付けたあとは、浮き（傾き）がないこと、マルチグリルとびらがスムーズに開閉できることを確認する

お知らせ

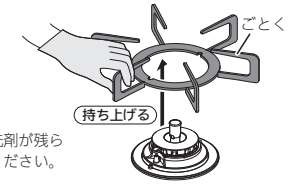
・**ごとく、バーナーキャップ、マルチグリル排気口カバー、マルチグリル排気口ちり受け、マルチグリル専用容器、プレート支持枠、サイドカバーは消耗部品です。**
交換部品（有料）として準備しております。（115ページ）
お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）にお問い合わせください。

お手入れ　取り外しかた、お手入れ方法、取り付けかた

1 ごとく

取り外しかた

・ごとくを真っ直ぐ上に持ち上げて、取り外してください。

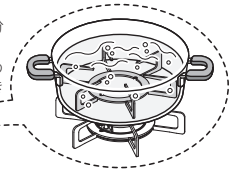


お手入れ方法

・台所用中性洗剤を含ませた布やスポンジで汚れをふき取ったあと、洗剤が残らないように水ぶきし、水分が残らないように乾いた布でふき取ってください。
※汚れがついたまま使用すると、汚れが落ちにくくなります。

取れにくい汚れのときは・・・

・台所用中性洗剤で丸洗いしたあと、洗剤が残らないように水洗いし、水分が残らないように乾いた布でふき取ってください。
※ステンレス仕様のごとくが変色した場合は、やわらかい布やスポンジ、丸めたラップに専用のステンレスクリーナー(116ページ)をつけてこすり、ふき取ってください。

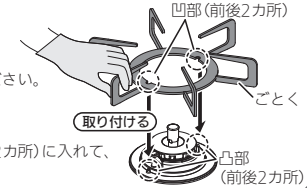


それでも汚れが取れないとき！

・煮洗いするとさらに汚れが取れやすくなります。
水を入れた大きめの鍋で約30分加熱し、冷ましてから取り出し水洗いして水気をふき取ってください。
※表面が変色することがありますが、使用上問題ありません。
※ごとく、マルチグリル排気口カバー以外は、煮洗いしないでください。

取り付けかた

・ごとく内側の凹部(前後2カ所)を、バーナーリングの凸部(前後2カ所)に入れて、浮きがないように取り付けてください。



⚠注意

必ず守る

温度センサーは、こまめにお手入れし、上下にスムーズに動くことを確認する

鍋底に温度センサーが密着しなくなり、調理油が発火する場合があります。
また、動きが悪いと鍋などが傾き、お湯などがこぼれ、やけどの原因にもなります。
密着しない場合、点検、修理を依頼してください。

必ず守る

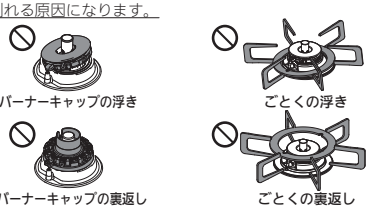
バーナーキャップは正しく取り付ける

誤った取り付けかた(浮き、裏返しなど)で使用すると、
・点火しない場合があります。
・炎のふぞろいや逆火で不完全燃焼、一酸化炭素中毒のおそれや変形の原因になります。
・機器の中に炎がもぐりこんで、焼損する原因になります。
・機器寿命が短くなるおそれがあります。

必ず守る

ごとくは正しく取り付ける

誤った取り付けかた(浮き、裏返し、ズレなど)で使用すると、鍋などが不安定になり、傾いたり、倒れたりし、やけど、点火不良、不完全燃焼、変形の原因になります。また、取り付けの際に衝撃を加えると、トッププレートにキズがついたり、ガラスが割れる原因になります。

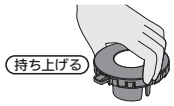


◎お手入れの前には、
・機器が冷めていることを確認する　・ガス栓を閉める　・機器の電源を『切』にする　・手袋をする
◎汚れたら、その都度きれいにお手入れする
◎お手入れをしたあとは、洗剤や水分が残らないようにする
◎部品を取り付けたあとは、浮き(傾き)がないことを確認する

2 バーナーキャップ

取り外しかた

・バーナーキャップを真っ直ぐ上に持ち上げて、取り外してください。

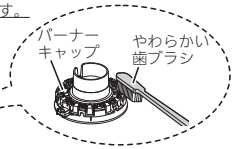


お手入れ方法

・台所用中性洗剤を含ませた布やスポンジで汚れをふき取ったあと、洗剤が残らないように水ぶきし、水分が残らないように乾いた布でふき取ってください。
※水分が残ったまま取り付けると、点火不良や不完全燃焼の原因になります。

取れにくい汚れのときは・・・

・台所用中性洗剤で丸洗いしたあと、洗剤が残らないように水洗いし、水分が残らないように乾いた布でふき取ってください。

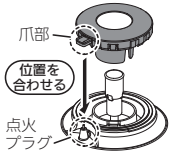


目づまりしたときは

・凹部や溝部は、やわらかい歯ブラシなどでお手入れしてください。
こびりついた汚れは、つまようじなどで取り除いてください。
※目づまりや汚れは、点火不良や不完全燃焼の原因になります。

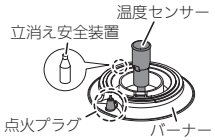
取り付けかた

・バーナーキャップの爪部が、点火プラグの真上にくるように合わせ、浮きがないように取り付けてください。(点火プラグに衝撃をあたえないようにしてください。)



3 バーナー、点火プラグ、立消え安全装置、温度センサー

※バーナー、点火プラグ、立消え安全装置、温度センサーは取り外せません。



お手入れ方法

・水を含ませて、かたくしぼった布で煮こぼれなどの汚れをふき取ったあと、水分が残らないように乾いた布で再度ふき取ってください。
※洗剤などは使用しないでください。
※温度センサーをお手入れするときは、温度センサーが曲がらないように、片手を添えてください。
※点火プラグ、立消え安全装置、温度センサーはキズつけたり、衝撃をあたえないようにしてください。
位置が変わったり、傾くと安心・安全機能が正しくはたらかないおそれがあります。
※点火プラグ、立消え安全装置の汚れは、点火不良や不完全燃焼の原因になります。

4 マルチグリル排気口カバー

取り外しかた

・マルチグリル排気口カバーを真上に持ち上げて、取り外してください。

お手入れ方法

・台所用中性洗剤を含ませた布やスポンジで汚れをふき取ったあと、洗剤が残らないように水ぶきし、水分が残らないように乾いた布でふき取ってください。
※汚れがついたまま使用すると、汚れが取れにくくなります。

取れにくい汚れのときは・・・

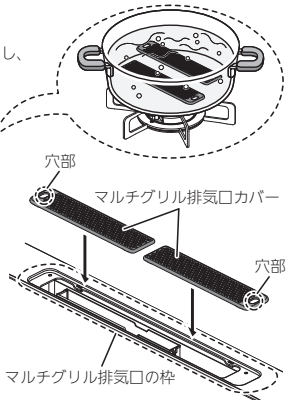
・台所用中性洗剤で丸洗いしたあと、洗剤が残らないように水洗いし、水分が残らないように乾いた布でふき取ってください。

それでも汚れが取れないとき！

・煮洗いするとさらに汚れが取れやすくなります。
水を入れた大きめの鍋で約30分加熱し、冷ましてから取り出し水洗いして水気をふき取ってください。
※表面が変色することがありますが、使用上問題ありません。
※ごとく、マルチグリル排気口カバー以外は、煮洗いしないでください。

取り付けかた

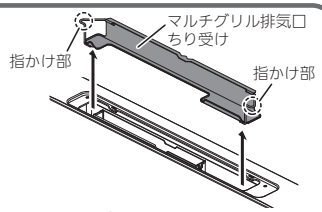
・マルチグリル排気口カバーの穴部を端に向けて、マルチグリル排気口の枠に合わせて取り付けてください。
※マルチグリル排気口カバーを正しく取り付けないと、マルチグリル使用時に焼け足りなかったり、焼きムラの原因となります。



5 マルチグリル排気口ちり受け

取り外しかた

・マルチグリル排気口カバー（❹）を取り外し、マルチグリル排気口ちり受けの指かけ部に指を引っ掛け、真っ直ぐ上に持ち上げて、取り外してください。
※コンロ下にガスオーブンが設置されている場合は、マルチグリル排気口ちり受けは取り付けられていません。



お手入れ方法

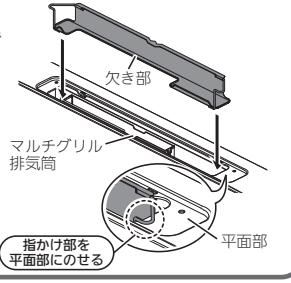
・台所用中性洗剤を含ませた布やスポンジで汚れをふき取ったあと、洗剤が残らないように水ぶきし、水分が残らないように乾いた布でふき取ってください。
※汚れがついたまま使用すると、汚れが取れにくくなります。

取れにくい汚れのときは・・・

・台所用中性洗剤で丸洗いしたあと、洗剤が残らないように水洗いし、水分が残らないように乾いた布でふき取ってください。

取り付けかた

・指かけ部を上にし、欠き部をマルチグリル排気筒に合わせ、指かけ部が平面部にのるように取り付けてください。



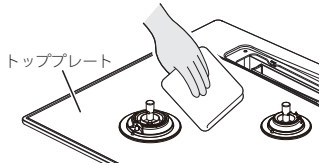
◎お手入れの前には、
・機器が冷めていることを確認する　・ガス栓を閉める　・機器の電源を『切』にする　・手袋をする
◎汚れたら、その都度きれいにお手入れする
◎お手入れをしたあとは、洗剤や水分が残らないようにする
◎部品を取り付けたあとは、浮き（傾き）がないことを確認する

6 トッププレート

※トッププレートは取り外せません。
※トッププレートは、❶～❺の部品を取り外してからお手入れしてください。

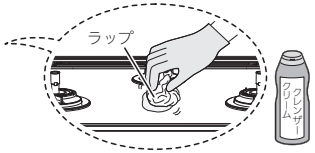
お手入れ方法

・水を含ませたスポンジ、布などのやわらかい物でふき取り、水分が残らないように乾いた布でふき取ってください。
または、台所用中性洗剤を含ませたスポンジ、布などのやわらかい物でふき取り、洗剤が残らないように水ぶきしてください。
※煮こぼれした場合は、その都度必ずふき取ってください。
煮こぼれを放置されますと、バーナーリングのすき間よりトッププレート内部に煮汁が入り、トッププレートの変色の原因になります。



ガラス部の取れにくい汚れは・・・

・メラミン樹脂系のスポンジを使用したり、丸めたラップにクリームクレンザーをつけてこすり、ふき取ってください。
※クリームクレンザーは常用しないでください。また、ガラス部以外には使用しないでください。
塗装のはがれ、色が薄くなる、光沢がなくなるなどの原因になります。



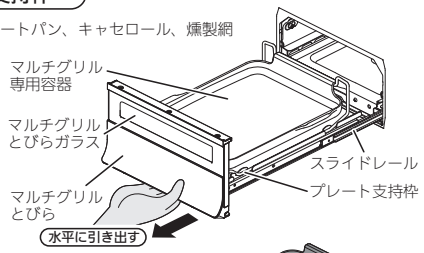
お願い

トッププレートには、安全に関するラベルが貼り付けてあります。もし、はがれたり、読めなくなった場合は、お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）に連絡してください。
貼り替える場合は、トッププレートの汚れをふき取り、同じ場所に貼り付けてください。

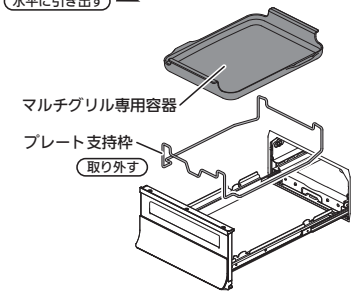
7 マルチグリル専用容器、プレート支持枠

※マルチグリル専用容器：プレートパン、波型プレートパン、キャセロール、燻製網

取り外しかた



1. マルチグリルとびらを持って、水平にゆっくりと手前に止まるまで引き出してください。
   ※マルチグリル使用直後は、マルチグリルとびらやマルチグリルとびらガラス、マルチグリル専用容器、プレート支持枠、スライドレールが熱くなっていますので注意してください。
   ※スライドレールは取り外せません。
   ※図はプレートパンの場合です。



2. **マルチグリル専用容器、プレート支持枠**の順に、一つずつ持ち上げて取り外してください。
   ※マルチグリル専用容器を取り外すときは、たまった調理物の脂などをこぼさないよう注意してください。
   ※図はプレートパンの場合です。

お手入れ方法

マルチグリル専用容器

- 台所用中性洗剤で丸洗いしたあと、洗剤が残らないように水洗いし、水分が残らないように乾いた布でふき取ってください。
- 汚れがこびりついたときは、容器に水を入れてしばらく置いたあと、台所用中性洗剤で汚れを落としてください。

※マルチグリル専用容器が十分冷めてからお手入れを行ってください。
※金属たわしなどは、塗装のはがれなどの原因になるので、使わないでください。
※汚れたまま放置したり、使用したりすると、汚れが取れにくくなり、シミが残ったり、塗装のはがれなどの原因になったり、脂汚れで発火することがあります。
また、食材がくっつく原因になります。
※食器洗い乾燥機を使用して、お手入れをしないでください。
部品の変色や、塗装のはがれなどの原因になります。

取れにくい汚れのときは・・・

- メラミン樹脂系のスポンジを使用したり、丸めたラップにクリームクレンザーをつけてこすり、ふき取ってください。

※クリームクレンザーは常用しないでください。
（塗装の表面にキズがつき、変色の原因になります。）

プレート支持枠

- 水を含ませたスポンジ、布などのやわらかい物でふき取り、水分が残らないように乾いた布でふき取ってください。または、台所用中性洗剤を含ませたスポンジ、布などのやわらかい物でふき取り、洗剤が残らないように水ぶきしてください。

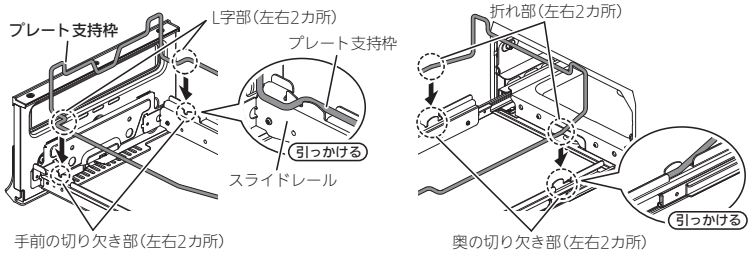
取れにくい汚れのときは・・・

- 台所用中性洗剤で丸洗いしたあと、洗剤が残らないように水洗いし、水分が残らないように乾いた布でふき取ってください。

◎お手入れの前には、
・機器が冷めていることを確認する　・ガス栓を閉める　・機器の電源を『切』にする　・手袋をする
◎汚れたら、その都度きれいにお手入れする
◎お手入れをしたあとは、洗剤や水分が残らないようにする
◎部品を取り付けたあとは、浮き（傾き）がないこと、マルチグリルとびらがスムーズに開閉できることを確認する

取り付けかた

- プレート支持枠のL字部（左右2カ所）をスライドレールの手前の切り欠き部（左右2カ所）に、プレート支持枠の折れ部（左右2カ所）をスライドレールの奥の切り欠き部（左右2カ所）に引っかける。



マルチグリル専用容器を取り付ける場合

- マルチグリルを使う準備（48ページ）の「②マルチグリル専用容器をセットする」を参照してください。

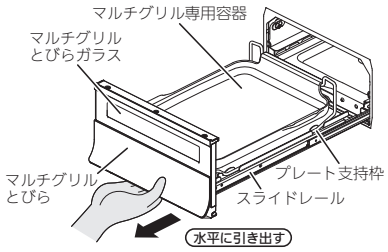
マルチグリルとびらが閉まりにくい場合や、こすれる音がする場合は、マルチグリルとびら、マルチグリル専用容器、プレート支持枠が正しく取り付けされていません。そのまま押し込むと、変形や破損の原因になりますので、正しく取り付け直してください。

◎お手入れの前には、
・機器が冷めていることを確認する　・ガス栓を閉める　・機器の電源を『切』にする　・手袋をする
◎汚れたら、その都度きれいにお手入れする
◎お手入れをしたあとは、洗剤や水分が残らないようにする
◎部品を取り付けたあとは、浮き(傾き)がないこと、マルチグリルとびらがスムーズに開閉できることを確認する

8 マルチグリルとびら

取り外しかた

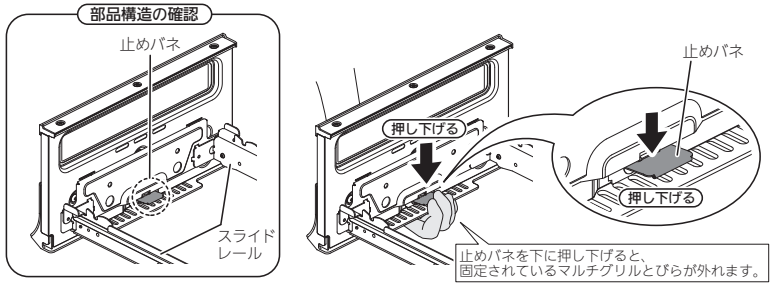
・プレート支持枠を取り付けた状態では、マルチグリルとびらは正しく取り外すことができません。
・無理な取り外しにより、強い力を加えると、マルチグリルとびら、スライドレールの変形や損傷の原因となって、マルチグリルとびらの閉まりが悪くなったり、外れやすくなりますので、注意してください。



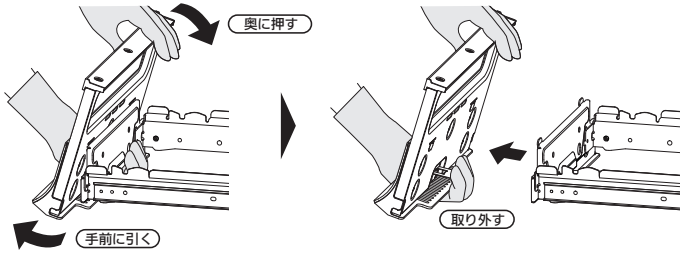
1 マルチグリルとびらを持って、水平にゆっくりと手前に止まるまで引き出してください。
※マルチグリル使用直後は、マルチグリルとびらやマルチグリルとびらガラス、スライドレールが熱くなっていますので注意してください。
※スライドレールは取り外せません。

2 マルチグリル専用容器、プレート支持枠(❼)を取り外してください。
※図はプレートパンの場合です。

3 マルチグリルとびらの下から手を回し、スライドレールとマルチグリルとびらを固定している止めバネを指先で押し下げてください。



4 片手を添えながら、手前に引いて取り外してください。



お手入れ方法

・水を含ませたスポンジ、布などのやわらかい物でふき取り、水分が残らないように乾いた布でふき取ってください。または、台所用中性洗剤を含ませたスポンジ、布などのやわらかい物でふき取り、洗剤が残らないように水ぶきしてください。

※汚れたまま放置したり、使用したりすると、汚れが取れにくくなり、シミが残る場合があります。

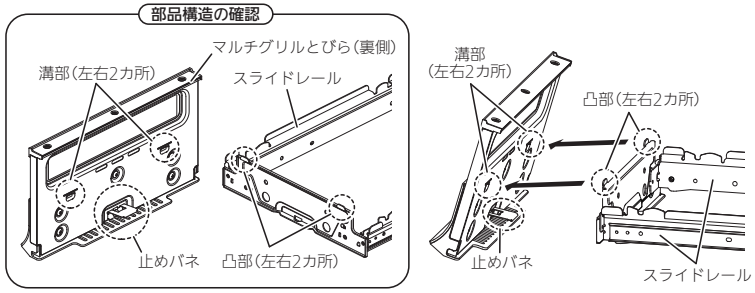
取れにくい汚れのときは・・・

・台所用中性洗剤で丸洗いしたあと、洗剤が残らないように水洗いし、水分が残らないように乾いた布でふき取ってください。

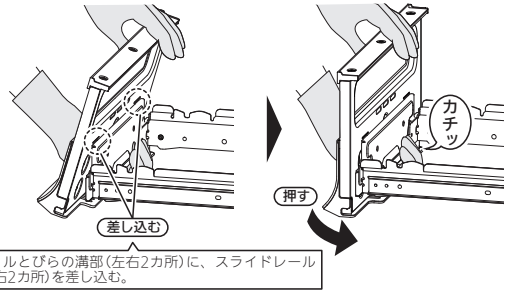
取り付けかた

・プレート支持枠を取り付けた状態では、マルチグリルとびらは正しく取り付けできません。
・無理な取り付けにより、強い力を加えると、マルチグリルとびら、スライドレールの変形や損傷の原因となって、マルチグリルとびらの閉まりが悪くなったり、外れやすくなりますので、注意してください。

1 マルチグリルとびらの溝部(左右2カ所)に、スライドレールの凸部(左右2カ所)を差し込む。



2 マルチグリルとびらの下部を『カチッ』と音がするまで押す。



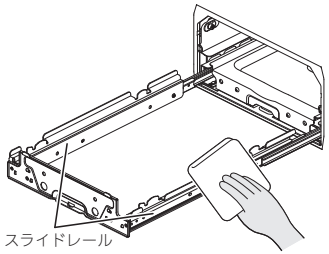
マルチグリルとびらが閉まりにくい場合や、こすれる音がした場合は、マルチグリルとびらが正しく取り付けされていません。そのまま押し込むと、変形や損傷の原因になりますので、再度正しく取り付けてください。

9 スライドレール

※スライドレールは取り外せません。

お手入れ方法

・水を含ませたスポンジ、布などのやわらかい物でふき取り、水分が残らないように乾いた布でふき取ってください。
　または、台所用中性洗剤を含ませたスポンジ、布などのやわらかい物でふき取り、洗剤が残らないように水ぶきしてください。

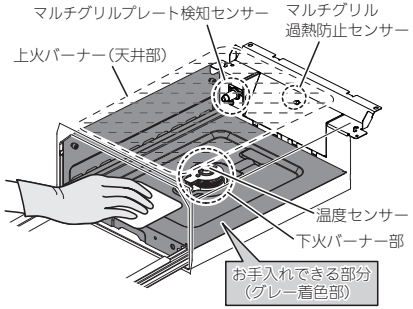


10 マルチグリル庫内（側部、底部）

※マルチグリル庫内の部品は取り外せません。

お手入れ方法

・水を含ませたスポンジ、布などのやわらかい物でふき取り、水分が残らないように乾いた布でふき取ってください。
　水ぶきで汚れが取れないときは、台所用中性洗剤を含ませたスポンジ、布などのやわらかい物でふき取り、洗剤が残らないように水ぶきしてください。



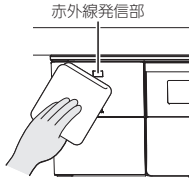
※図はわかりやすくするため、マルチグリル庫内天井部を透過させて表現しています。

※マルチグリルバーナー部（上下）には触らないでください。
　炎口がつまり燃焼不良、途中消火の原因になります。
　また、下火バーナー部には温度センサー、奥の壁部分にはマルチグリル過熱防止センサー、マルチグリルプレート検知センサーが取り付けてあるので触らないでください。
　位置が変わったり、傾くと早切れや安心・安全機能が正しくはたらかないおそれがあります。

◎お手入れの前には、
　・機器が冷めていることを確認する　・ガス栓を閉める　・機器の電源を『切』にする　・手袋をする
◎汚れたら、その都度きれいにお手入れする
◎お手入れをしたあとは、洗剤や水分が残らないようにする
◎部品を取り付けたあとは、浮き（傾き）がないこと、マルチグリルとびらや操作部がスムーズに開閉できることを確認する

11 機器表面、操作部、電源ボタン／赤外線発信部（レンジフード連動用）

※機器表面、操作部、電源ボタン／赤外線発信部（レンジフード連動用）は取り外せません。



お手入れ方法

・乾いた布でよくふいてください。

取れにくい汚れのときは・・・

・台所用中性洗剤を含ませた布で汚れをふき取ったあと、洗剤が残らないように水ぶきし、水分が残らないように乾いた布でふき取ってください。
※図は左操作部（左パネル）側で説明しています。
　右操作部（右パネル）側も同様にお手入れしてください。
※赤外線発信部に洗剤や水分が残ると、レンジフード連動機能が正しくはたらかない原因になります。
※機器表面にはクリアコートを施していますので、強くこすらないでください。
　強くこすると、くすみやクリアコートのはく離の原因になります。

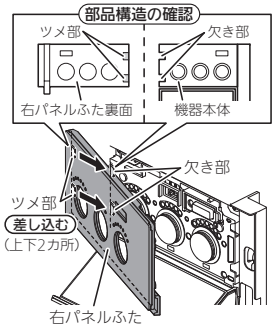
操作部ふたが機器本体から外れた場合

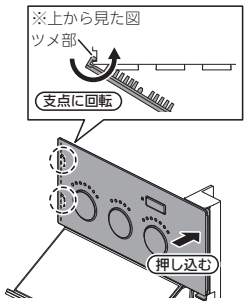
・乾電池を交換する（22ページ）の「操作部ふたが機器本体から外れた場合」を参照してください。

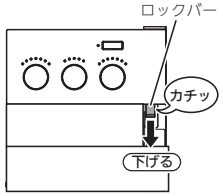
パネルふたが機器本体から外れた場合

※必ずマルチグリルとびらを引き出した状態で行ってください。
※点火／消火ボタンが「消火の状態」で右パネルふたを取り付けてください。
※下図は右パネルふたで説明しています。
　左パネルふたも同じ要領で取り付けてください。ただし、欠き部やツメ部、ロックバーの位置が左右逆になりますので、注意してください。
※イラストはわかりやすくするため、パネルふたを透過させています。

1. パネルふた（裏面）のツメ部（2カ所）を機器本体の欠き部に合わせて、マルチグリル側から差し込んでください。
2. パネルふたのツメ部を支点に回転させ、パネルふたを押し込んでください。
3. ロックバーを『カチッ』と音がするまで下げてください。







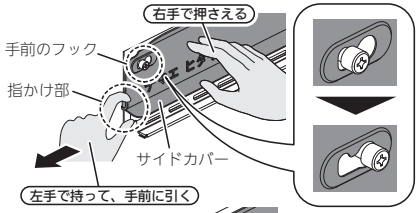
※ツメが機器本体の欠き部にきちんと差し込まれているか、また、パネルの浮き、外れがないか確認してください。

◎お手入れの前には、
・機器が冷めていることを確認する　・ガス栓を閉める　・機器の電源を『切』にする　・手袋をする
◎汚れたら、その都度きれいにお手入れする
◎お手入れをしたあとは、洗剤や水分が残らないようにする
◎部品を取り付けたあとは、浮き（傾き）がないこと、マルチグリルとびらがスムーズに開閉できることを確認する

12 サイドカバー

取り外しかた

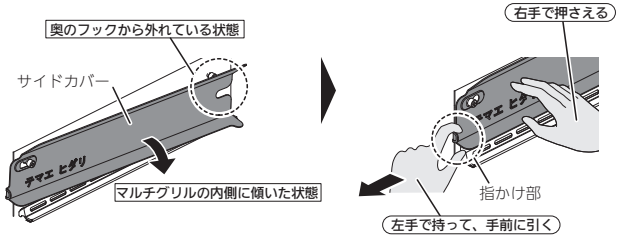
① 右手でサイドカバーを押さえ、左手で指かけ部を持って、まっすぐ手前に引き出してください。（手前のフックを見ながら、ゆっくりサイドカバーを手前にスライドさせてください。）
※マルチグリル庫内の手前と奥にフックがあります。



② サイドカバーを手前のフックから取り外してください。
※サイドカバーには、（左）（右）があります。
※右図はサイドカバー（左）の場合です。
サイドカバー（右）は左手でサイドカバーを押さえ、右手で指かけ部を持って取り外してください。

取り外しにくいときは・・・

・サイドカバーには、手前と奥にフックがあります。引き出す際、先に奥のフックから外れると、マルチグリル内側に傾き、マルチグリルとびらが引き出しにくくなったり、プレート支持枠にサイドカバーが引っかかり、途中までしか開かなくなる場合があります。
傾いたときは無理に引き出さず、マルチグリルとびらを開閉したり、サイドカバー側面を手で押さえ、サイドカバーをまっすぐの状態にするとサイドカバーの引っかかりがなくなり、マルチグリルとびらを引き出すことができます。（マルチグリルとびらを外すことで、作業がしやすくなります。）



お手入れ方法

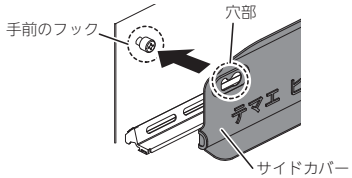
・水を含ませたスポンジ、布などのやわらかい物でふき取り、水分が残らないように乾いた布でふき取ってください。または、台所用中性洗剤を含ませたスポンジ、布などのやわらかい物でふき取り、洗剤が残らないように水ぶきしてください。
※汚れたまま放置したり、使用したりすると、汚れが取れにくくなり、シミが残ったり、脂汚れで発火することがあります。

取れにくい汚れのときは・・・

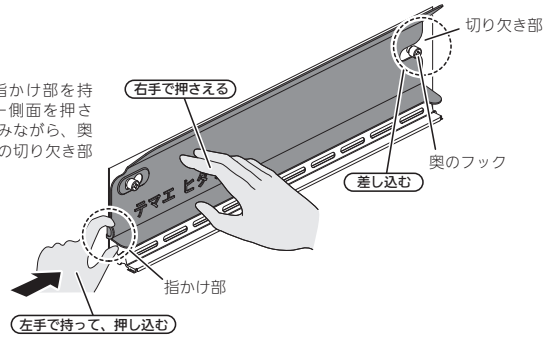
・台所用中性洗剤で丸洗いしたあと、洗剤が残らないように水洗いし、水分が残らないように乾いた布でふき取ってください。

取り付けかた

① 手前のフックにサイドカバーの穴部をサイドカバーの側面に手を添えて引っかけてください。



② 左手でサイドカバーの指かけ部を持ち、右手でサイドカバー側面を押さえ、まっすぐ奥に押し込みながら、奥のフックにサイドカバーの切り欠き部を差し込んでください。



※サイドカバーには、（左）（右）がありますので、注意してください。
（指かけ部の近くに“**テマエ ヒダリ**”または“**テマエ ミギ**”と表示しています。）
※図はサイドカバー（左）の場合です。サイドカバー（右）は右手でサイドカバーの指かけ部を持ち、左手でサイドカバー側面を押さえて取り付けてください。

マルチグリルとびらが閉まりにくい場合や、こすれる音がする場合は、サイドカバーが正しく取り付けされていません。そのまま押し込むと、変形や破損の原因になりますので、サイドカバーを一旦取り外し、再度正しく取り付け直してください。

よくあるご質問

とくに多いご質問です

ご質問	回答	参照ページ
・電源が入らない ・電源ランプが点滅している	**乾電池が消耗しているためです。** **新品のアルカリ乾電池(単1形：2個)と交換してください。** 乾電池を交換する(電源ランプ点滅)めやすは6ヶ月～1年程度です。	21
・火がつかない	**鍋なし検知機能がはたらいているためです。** 鍋などを置いていないと、安全のため点火しません。 鍋などを置いて、点火してください。	19
・勝手に火が小さくなったり、火が消えたりする	**安心・安全機能がはたらいているためです。** 自動的に火力を弱火に調節したり、自動消火し、高温になり過ぎることを防止します。 また、あぶり高温炒めキーを押すと、通常時より高温での調理ができますが、異常過熱を防止するために温度センサーの温度が上がりすぎたり、約60分(高温で自動火力調節している状態の場合は約30分)連続使用すると、消し忘れ消火機能がはたらき自動消火します。 ※自動火力調節で弱火になっている場合は、火力を強くしても受け付けません。	18・43

次の現象に当てはまらないとき、また処置をしてもなお異常があるときは、お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス(別紙お問い合わせ先一覧表)に連絡してください。

	ご質問	詳細の番号	回答	参照ページ
全体	**電源が入りにくい（または入らない）**	–	お手入れなどで誤って電源ボタンに触れても電源が入らないようにしています。他のボタンより長く(約0.3秒)押してください。	–
全体	**点火すると他のバーナーも、スパーク(パチパチ)する**	–	1カ所の点火操作で他のバーナーもスパークします。異常ではありません。	–
全体	**点火／消火ボタンから手を放してもスパーク(パチパチ)する**	–	点火／消火ボタンから手を放してもスパークが続きます。（コンロ：最長約5秒、マルチグリル：最長約7秒）異常ではありません。	–
全体	**マルチグリル再点火時に、他のバーナーもスパーク（パチパチ）する**	–	マルチグリルで再点火した際、他のバーナーもスパークします。異常ではありません。	–
全体	**点火しない** ご質問の詳細 ① 点火しない ② 点火しにくい ③ スパーク(パチパチ)しない ④ 点火してもすぐ消える	①②③④	乾電池が消耗しています。新しいアルカリ乾電池(単1形：2個)に交換してください。	21
			煮こぼれなどによりバーナーの炎口がつまっていたり、点火プラグ、立消え安全装置、バーナーキャップがぬれたり、汚れたりしていると、点火しない場合があります。お手入れしてください。	89・90
			バーナーキャップが傾いたり、浮いたりしていないか確認し、正しく取り付けてください。	
			アルミはく製しる受けは使用できません。使用しないでください。	8
		①②	ガス栓を閉めていると点火できません。ガス栓を全開にしてください。	24・48
			LPガスを使用の場合、LPガスがなくなりかけているときは、使用のLP事業者にお問い合わせください。	–
			長期間使用していなかったり、朝一番など、ガス配管に空気が残っている場合がありますので、点火操作を繰り返してください。	
			左右コンロは、鍋などを置いていないと点火しません。マルチグリルは、プレートパン、波型プレートパン、ふたをしたキャセロールを置いていないと点火しません。それぞれ、置いてから点火操作してください。	19・20 24・48
			鍋底のへこみが大きな(4mm以上)鍋を使用すると、温度センサーが正しく密着しません。底がへこんでいない鍋を使用してください。	11
		①③	電源が入っているか確認してください。電源を入れないとすべての操作を受け付けません。	5 24・48
			ロックされていると点火できません。ロックを解除してください。	24
		④	温度センサーが高温になり、安心・安全機能がはたらいています。温度センサーの温度が下がるまで、点火してもすぐ消火します。しばらく(マルチグリルは約5～10分)待ってから、再度点火してください。	–

よくあるご質問

次の現象に当てはまらないとき、また処置をしてもなお異常があるときは、お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）に連絡してください。

	ご質問	詳細の番号	回答	参照ページ
全体	炎の状態がおかしい ご質問の詳細 ① 炎が安定しない ② 炎が黄色い、赤い ③ 異常音をたてて燃える、消える ④ 炎が均一でない ⑤ 使用中炎が消える ⑥ 鍋にすすがつく	①②③④⑤⑥	煮こぼれなどによりバーナーの炎口がつまっていたり、点火プラグ、立消え安全装置、バーナーキャップがぬれたり、汚れたりしていると、正常に燃焼しない場合があります。お手入れしてください。 バーナーキャップが傾いたり、浮いたりしていないか確認し、正しく取り付けてください。	89・90
		①②③④⑤	風が吹き込んだり、エアコンや扇風機などの風がコンロの炎に当たらないように配慮して使用してください。	10
		②④⑤⑥	アルミはく製しる受けは使用できません。 使用しないでください。	8
		①④	バーナーの炎は一部短くなっています。 異常ではありません。	–
		②⑤	使用中は換気してください。	9
		②	加湿器を使用すると水分に含まれるカルシウムが燃えて炎が赤くなることがあります。異常ではありません。 マルチグリル使用時にコンロを使用すると、調理物の塩分（ナトリウム）やカルシウムが燃えて、炎が赤くなります。異常ではありません。 マルチグリルを使用すると、調理物の塩分（ナトリウム）やカルシウムが燃えて、マルチグリルの炎が黄色くなります。異常ではありません。 火力調節時に一瞬炎が黄色くなったり大きくなる場合があります。異常ではありません。 マルチグリル使用時に上火バーナーの温度が高くなると、マルチグリルの炎が黄色くなります。異常ではありません。	–
		⑤	弱火の状態で、機器下のキャビネットとびらやマルチグリルとびらをはやく開閉すると、消火する場合がありますのでゆっくり開閉してください。	15
	すぐに消火しない	–	バーナー内部に残ったガスが燃焼しているためです。 異常ではありません。	–
	強火になったとき、一瞬炎が大きくなる	–	バーナー内のガスが一度に出されるためです。 異常ではありません。	–
	複数のバーナーを連続で操作すると、操作された順番と動作する順番が異なる	–	機器で動作する順番を設定しています。 異常ではありません。	–
	右、左操作部ふたが開いた、外れた	–	力が加わると操作部ふたが下に開き外れる場合があります。 操作部ふたを元の位置に戻し、すき間ができないように、強く押し込んでください。	22
	パネルふたが外れた	–	ロックバーを上げると、パネルふたが外れます。 マルチグリルとびらを引き出し、パネルふた（裏面）のツメ部を差し込み、ロックバーを下げてください。	98
	部品が変色する ご質問の詳細 ① 表面が変色する ② ごとくが変色する	①②	酸性やアルカリ性洗剤は使用しないでください。 中性洗剤以外の洗剤を使用されると、変色する場合があります。	86
		②	ごとく先端は、炎が当たり、変色したり、ざらざらになります。異常ではありません。ごとくなどは消耗部品です。交換部品として販売しています。 ※型番210-H672・H682・H683型のごとくには、ステンレス用クリーナーを使用してください。	115 116
			煮洗いや食器洗い乾燥機で洗う場合などは、変色したり、ツヤがなくなる場合がありますが、使用上問題ありません。	85

	ご質問	詳細の番号	回答	参照ページ
全体	トッププレート表面の模様が薄くなったり、消えたりする	–	ごとくとトッププレートが接触している場所では、トッププレート表面の模様が摩耗することがありますが、使用上問題ありません。	–
	トッププレートが熱くなる	–	マルチグリルからの熱でトッププレートが熱くなる場合があります。また、1カ所のみのコンロを使用している場合でも、使用していないコンロ側のトッププレートも熱伝導で熱くなる場合があります。使用中や使用直後はトッププレートに触らないよう注意してください。	9
コンロ	市販の焼網が使えない	–	もちなどはマルチグリルで調理してください。 マルチグリルに入らない大きななすやパプリカなどは、フォークや金串に刺しあぶり高温炒めモードを使用し、コンロ上で直火調理（あぶりもの）してください。 （左右コンロ）	43
	点火操作しても、点火せずに火力表示ランプが点滅する	–	鍋などを置きっぱなしにすると、鍋を長時間置いているのか、温度センサーが故障しているのかを判断するため、自動的にセンサーチェックをします。センサーが正常であれば、センサーチェック後に鍋などを上げることで使用できます。	19
	コンロ使用時に… ご質問の詳細 ① 調理中に消火する ② 油が高温になっていても自動消火しない ③ 点火してもすぐ消える ④ 自動で火力が変わる ⑤ 鍋底の焦げつきがきつい ⑥ 弱火になって1分後に消火する	①②③④⑤	鍋の形状や材質が適しているか確認してください。	23
			鍋底が温度センサーと密着していることを確認してください。	11
			鍋底や温度センサーが汚れていないか確認し、汚れている場合はお手入れしてください。	90
		①③	温度センサーが高温になり、安心・安全機能がはたらいています。温度センサーの温度が下がるまで点火してもすぐ消火します。 しばらく待ってから再度点火してください。	18・23
		①⑤	焦げつき自動消火機能は、鍋の材質や調理により焦げつきの程度がかわります。 カレー、シチュー、カラメル、みそなどの水分が少ない料理は焦げやすくなります。弱火でときどきかき混ぜながら調理してください。	
			鍋底が焦げついていないか確認してください。 焦げつきや空だきの場合、焦げつき自動消火機能がはたらいて、自動的に消火します。	
		①	コンロタイマーが終了すると自動的に消火します。 再度点火してください。	28
			点火後約120分（高温で自動的に火力調節している場合は約30分）で自動消火し、消し忘れを防ぎます。	18
			弱火の状態で、機器下のキャビネットとびらやマルチグリルとびらをはやく開閉すると、消火する場合がありますのでゆっくり開閉してください。	15
			冷凍した調理物をそのまま調理した場合、調理中に消火することがありますので、解凍してから調理してください。	–

よくあるご質問

次の現象に当てはまらないとき、また処置をしてもなお異常があるときは、お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）に連絡してください。

コンロ

ご質問	詳細の番号	回答	参照ページ
コンロ使用時に…（続き） ご質問の詳細 ① 調理中に消火する ② 油が高温になっていても自動消火しない ③ 点火してもすぐ消える ④ 自動で火力が変わる ⑤ 鍋底の焦げつきがきつい ⑥ 弱火になって1分後に消火する	①	無水鍋や多層鍋、土鍋や耐熱ガラス容器、圧力鍋を使用すると、まれに焦げつき自動消火機能がはたらき、調理中に消火することがあります。	18・23
	③	後コンロは、鍋を置かずに点火した場合、しばらくすると消火します。鍋を置いて再度点火してください。	―
	④	鍋の温度が高温になると、過熱防止のため自動的に火力を切り替えます。 弱火と強火を繰り返し、この状態が約30分続くと自動消火します。 弱火になると支障のある調理の場合は、あぶり高温炒めキーを押すと、高温での調理ができます。	18・43
		調理中にフライパンや鍋を持ち上げると、弱火になります。調理に支障があるときは、あぶり高温炒めキーを押すと、高温での調理ができます。	19・43
		鍋を戻すと、安全のため、火力を段階的に戻します。異常ではありません。	19
	⑤	鍋底にこんぶや竹皮などを敷くと焦げつきがきつくなる場合があります。ときどきかき混ぜて火加減し、様子を見ながら調理してください。	―
	⑥	火をつけたまま、鍋を上げた状態が約1分続くと自動消火します。（左右コンロ）	19
温度キープモード使用時に… ご質問の詳細 ① 揚げものがうまくできない ② 焼きものがうまくできない ③ 「℃」表示が点滅のまま変わらない	①②	鍋底が温度センサーと密着していることを確認してください。	11
	①	油の量は、500～1000mLが適切です。 鍋の形状や材質、油の量によっては油の温度が設定温度より高めになったり低めになったりする場合があります。設定温度を加減してお使いください。	23・29
	②	焼きものをした場合の焼き色は、フライパンの大きさ、材質、調理内容によって異なります。設定温度を加減してお使いください。	30
	③	使用途中に設定温度を下げた場合、設定温度に下がるまで時間がかかり、その間点滅が続きます。	29・30
湯わかしモード使用時に… ご質問の詳細 ① お湯がぬるい ② お知らせが遅い ③ ふきこぼれる	①②③	鍋が湯わかしモードに適しているか確認してください。	23・31
		鍋底が温度センサーと密着していることを確認してください。	11
		水の量は、500～2000mLでやかんや鍋の最大容量の6～7割が適切です。	23・31
		湯わかしお知らせ時間を変更できます。 設定を変更してください。	84
	①②	お湯から湯わかしモードを使用した場合は、ふっとうしてから消火や弱火になるまで時間を要する場合や、ふっとうする前に消火する場合があります。 必ず水から開始してください。	31
	②③	加熱中に鍋を動かしたり、ふたを開閉したり、水をかき混ぜたりすると、お知らせが遅くなったり、ふきこぼれる原因になります。	
	①	火力を弱火で使用すると、ふっとうする前に保温になったり、消火する場合があります。中火以上で使用してください。	
		エアコンや扇風機などの風がコンロの炎に当たると、途中消火や、ふっとうする前に保温になったり、消火する場合があります。 風が当たらないように、配慮して使用してください。	10

コンロ

ご質問	詳細の番号	回答	参照ページ
麺ゆでモード使用時に… ご質問の詳細 ① お湯がぬるい ② お知らせが遅い ③ ふきこぼれる	①②③	鍋が麺ゆでに適しているか確認してください。	23・33
		鍋底が温度センサーと密着していることを確認してください。	11
		水の量は、500～3000mLで鍋の大きさに応じた水量（最大容量の約半分をめやす）が適切です。	23・33
		麺ゆでお知らせ時間を変更できます。 設定を変更してください。	84
	①②	お湯から麺ゆでモードを使用した場合は、ゆで加減が弱めになります。必ず水から開始してください。	33
	②③	ふっとうするまでに鍋を動かしたり、ふたをしたり、水をかき混ぜたりすると、お知らせのタイミングが前後します。また、ふきこぼれる原因になります。	
	①	火力を弱火で使用すると、ふっとうする前に麺を入れるお知らせをする場合があります。	
		エアコンや扇風機などの風がコンロの炎に当たると、途中消火やふっとうする前に麺を入れるお知らせをする場合があります。風が当たらないように、配慮して使用してください。	10
		塩を入れる場合は、麺を入れるお知らせのあとに入れ、溶けるまでよくかき混ぜてください。	33
	③	麺ゆで中は、ときどきかき混ぜてください。	
		適さない麺は、手動で調理してください。	
炊飯モード使用時に… ご質問の詳細 ① ふきこぼれる ② ごはんがかたい ③ ごはんがやわらかい ④ ごはんが焦げる ⑤ 誤って途中で消火してしまった	①②③④	鍋が炊飯に適しているか確認してください。	40
		鍋底が温度センサーと密着していることを確認してください。	11・40
		お米の量や水量を正しく計量してください。 ※炊きこみごはんの場合は、お米に水分を吸収させるため、調味料は炊く直前に入れてください。 具はお米の上にのせて炊いてください。	39
		ごはん・もっちり炊きあげ調整、炊きこみおこげ調整ができます。設定を変更してください。	84
	①②④	よく洗米してください。	39
		無洗米を使用する場合は、1～2回洗米し、3%程度多めに水をいれて、必ず浸しおきをして炊飯してください。	
	②③	お米の銘柄や産地、保存期間により炊きあがりのかたさや粘り、食味が変わります。	―
		エアコンや扇風機などの風がコンロの炎に当たると、途中消火したり、炊きムラの原因になります。 風が当たらないように、配慮して使用してください。	10・41
	②	洗米したあと必ず30分以上（冬場は1時間以上）、水に浸してください。	39
		炊飯途中に水をたしたり、鍋のふたを開けると、うまく炊けない場合があります。	41
		自動消火したあと、約10分むらしが必要です。 むらしをしないとうまく炊きあがりません。	
	③	むらし後、ごはんをほぐしながら底からかき混ぜると、余分な水分がとび、ごはんがおいしくなります。	
	⑤	もう一度炊飯モードで炊いてください。 水分が少ない状態で再点火した場合は、やわらかくなる場合や、焦げつきが強くなったり、芯が残る場合があります。 ※おかゆの場合は、自動では炊けません。様子を見ながら弱火（手動）で炊いてください。	

よくあるご質問

次の現象に当てはまらないとき、また処置をしてもなお異常があるときは、お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス(別紙お問い合わせ先一覧表)に連絡してください。

	ご質問	詳細の番号	回答	参照ページ
マルチグリル	マルチグリル使用時に… ご質問の詳細 ① 焼けすぎる ② 焼け足りない ③ 焼きムラがある ④ 煙やにおいが出る ⑤ メニューを受け付けない ⑥ 火力が変わる ⑦ 火力が変わらない ⑧ 調理中に消火する ⑨ 点火しない (点火してもすぐに消火する) ⑩ 食材がくっつく ⑪ 低温調理の仕上がりが悪い、庫内に水がこぼれている ⑫ 冷凍食品がうまく調理できない	②③④⑦⑨	マルチグリルとびらは確実に閉めてください。	–
		①②③	付属のスタートガイドまたは、マルチグリルクッキングブックを参照し、調理物の数や形状に合った置きかたや火加減に調節してください。	–
		⑫	冷凍食品の数や形状に合った置きかたや火加減に調節してください。	65
		②③	マルチグリル排気口カバーを正しく取り付けてください。 また、マルチグリル排気口カバーの上に鍋などを置いたり、エアコンや扇風機などの風があたらないように配慮して使用してください。	12・91
		①	みそ漬けやかす漬けの魚は、焦げやすいので、みそやかすは取ってから焼いてください。	47
		②	冷凍の肉や魚はしっかりと解凍するか、調理モード(解凍焼き上げ)で調理し、冷蔵の調理物は常温でしばらく置いてください。	
		④	脂の多い調理物を焼くと煙が多く出るため、マルチグリル排気口以外からも煙が出る場合があります。異常ではありません。	–
			初めてマルチグリルを使うときは、煙やにおいが出る場合がありますが、マルチグリル庫内の金属部品に残った加工油によるものです。異常ではありません。	47
			マルチグリル庫内やマルチグリル専用容器が汚れていないか確認し、お手入れしてください。残った調理物などが焦げて、煙やにおいが出る場合があります。	93・97
		⑤	連続の使用などでマルチグリル庫内の温度が高くなりすぎるとメニューによって受け付けない場合があります。受け付ける場合も、マルチグリル過熱防止センサーがはたらき、設定したタイマー時間より短い時間で消火することがあります。マルチグリル庫内が冷めるまで、しばらく(約5〜10分)待ってから使用してください。	45・49
		⑥	火力は自動的に切り替わります。異常ではありません。	–
		⑦⑧	調理中は、温度コントロールのため高温になると、自動的に火力を調節したり、自動消火することがあります。異常ではありません。	20・45
		⑧	連続の使用などでマルチグリル庫内が高温になっている場合は、マルチグリル庫内が冷めるまで、しばらく(約5〜10分)待ってから使用してください。	
			調理中は、温度コントロールのため上火や下火が自動消火することがあります。異常ではありません。	–
			マルチグリル専用容器がぬれていないか確認し、ぬれている場合はふいてから再度点火してください。	46
			弱火の状態で、機器下のキャビネットとびらやマルチグリルとびらをはやく開閉すると、消火する場合がありますのでゆっくり開閉してください。	15
			水などがふきこぼれると自動的に消火します。 水などがふきこぼれないように、キャセロール内側の側面にある段差から水位が1.5cm以上低くなるようにしてください。 低温調理の場合は、キャセロール側面段差まで水を入れられます。	47
			プレートパンに水分が多い食材を入れて調理した場合、水が入っていると機器が判断し、自動消火することがあります。異常ではありません。 水分を取り除くか、調理物の量を減らしてから、再度点火してください。 ※波型プレートパンも含みます。	12・46
			マルチグリルタイマーが終了すると自動的に消火します。 再度点火してください。	50
			モードによっては余熱調理を行う場合があります。 マルチグリルタイマーは終了していません。正常です。	
		⑨	コンロにくらべて点火に時間がかかります。異常ではありません。	–
			機器が冷えている状態で点火すると、上火バーナーの火がつかない場合がありますが、異常ではありません。再度点火してください。	
		⑩	脂の少ない食材(とくに鮭、あじ、かれいなど)を焼くときは、プレートパン、波型プレートパンにサラダ油を塗ってください。 また、マルチグリル専用容器は使用の都度、お手入れしてください。	47・93
		⑪	選択したモードを間違えている場合があります。 低温調理を選択して、調理してください。	67

	ご質問	詳細の番号	回答	参照ページ
マルチグリル	マルチグリルとびらが途中までしか開かない	–	サイドカバーが奥のフックから外れ、プレート支持枠にサイドカバーが引っかかる場合があります。 無理に引き出さず、マルチグリルとびらを開閉したり、サイドカバー側面を手で押さえ、サイドカバーをまっすぐの状態にしてください。	99
			スライドレールの特性として、開ききる直前に通常よりも引き出す力が重くなることがありますが、異常ではありません。ゆっくり引き出してください。	–
	波型プレートパンでオートメニューがうまくできない	–	使用する前に機器側での設定が必要です。 設定を変更してください。	82・83
乾電池	使用時に『ピー』というブザー音とともに、電源ランプが点滅する	–	乾電池が消耗しているためです。乾電池を交換してください。 乾電池を交換する(電源ランプ点滅)めやすは6ヶ月〜1年程度です。	21
	乾電池を交換しても電源ランプが点滅する	–	乾電池に記載されている使用推奨期限を確認してください。 未使用の乾電池でも、古くなった乾電池は消耗していますので、新しいアルカリ乾電池(単1形:2個)に交換してください。	21
におい	使用中、においがする ご質問の詳細 ① ガスのにおいがする ② いやなにおいがする	①	**すぐに使用をやめ、ガス栓を閉めてからお買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス(別紙お問い合わせ先一覧表)に連絡してください。**	7
		②	風が吹き込んだり、エアコンや扇風機などの風がコンロの炎に当たらないように配慮して使用してください。	10・12
			バーナーキャップなどに煮こぼれや水滴がついていないか確認し、お手入れしてください。また、お手入れしたあとは、洗剤や水分が残らないようにしてください。	90
			周囲に燃えやすいものやプラスチック製品などがないか確認してください。	8
音	使用中、消火後に音がする ご質問の詳細 ① 「ボン」と音がする ② 「カチッ」と音がする ③ キシミ音がする ④ 「シャー」と音がする ⑤ 「ブー」と音がする ⑥ 点火初期に「ポッポッ」と音がする	①	コンロバーナー使用後の火の消えたときの音です。 異常ではありません。	–
			バーナーキャップが正しく取り付けされていないと、音がする場合があります。	90
		②	火力を切り替える動作音です。異常ではありません。	–
		③	点火後や消火後にキシミ音がですが、加熱や冷却されるときに、金属が膨張収縮して起こる音です。異常ではありません。	
		④	コンロバーナー使用中「シャー」と音がしますが、燃焼するガスの通過音です。異常ではありません。	
		⑤	マルチグリルが、燃焼する音です。異常ではありません。	
		⑥	機器が冷えている状態で点火すると、しばらく音がする場合がありますが、温まると音はなくなります。 異常ではありません。	
	マルチグリル使用中に、調理物の脂の「パチパチ、ジュージュー」とはねる音がする	–	調理物に含まれている水分が油と接触して、蒸発する音です。 異常ではありません。	–
※レンジフード	レンジフードが動作(停止)しない	–	赤外線発信部の正面で操作してください。	81
			赤外線発信部からの信号が、頭や手でさえぎられないように操作してください。	
			赤外線の反射しにくい服(黒い服やビロード、毛糸の服など)を着て操作すると、動作しない場合があります。 レンジフード側の操作部で操作してください。	
			赤外線発信部が汚れていると動作しない場合があります。 お手入れしてください。	98
			消火してから数分後に自動停止または、常時換気となります。 レンジフードの種類により、停止方法が異なります。 レンジフードの取扱説明書を参照してください。	81
			乾電池交換のお知らせが表示されていないか確認してください。	21・109

※対応しているレンジフードとの組み合わせが必要です。

ブザー報知とお知らせ表示

※A：カスタマイズで音声なしに設定している場合は、ブザー音が異なります。
※B：お知らせ表示は、電源を切る、オートパワーオフ、各コンロ/マルチグリルの消火操作のいずれかで消えます。
また、表示が消えたあとでも直前のお知らせ表示を確認することができます。
各種設定の変更（カスタマイズ機能）（82〜84ページ）を参照してください。

ブザー音※A	お知らせ表示※B	部位	表示箇所	内容	原因	処置と再使用時の注意	参照ページ
ピー（1回）	—	コンロ	—	消し忘れ消火機能の作動	点火後、約120分連続使用した場合など。	コンロは点火／消火ボタンを「消火の状態」に戻してください。 続けて使用する場合は、再度点火してください。 マルチグリルを続けて使用する場合、しばらく（約5〜10分）待ってから再度点火してください。	18
		左右コンロ	—	あぶり高温炒めモードで消し忘れ消火機能の作動	設定後、約60分連続使用した場合など。		43
	00 ※10回点滅後に消灯します。	左右コンロ	使用部位のタイマー部	コンロタイマー終了	タイマー設定時間や自動調理が終了したとき。		27
	オートメニュー 調理が終了しました 右端の消火キーを押してください	マルチグリル	左操作部液晶表示	マルチグリルタイマー終了			49〜80
	点滅 電源ランプ ※乾電池交換するまで点滅が続きます	—	—	乾電池交換のお知らせ	乾電池の容量が少なくなってきたとき。	乾電池を交換してください。	21
ピピー（1回）	H ※5回点滅後または、モード解除で消灯します。	左右コンロ	使用部位のタイマー部	焼サポートモード、煮るオートモードの高温検知	焼サポートモード、煮るオートモード設定時に調理器具の温度が高い場合。	約5秒待ってから再度設定するか、モードキーを押して解除して、再度設定してください。	35・37
	オートメニュー グリルが冷めるまでお待ちください	マルチグリル	左操作部液晶表示	庫内の高温検知	マルチグリル使用時に庫内の温度が高い場合など。	しばらく（約5〜10分）待ってから再度設定するか、オートメニューの場合は、調理モードの「焼く」を使用してください。	45 49〜80
	点滅 火力表示ランプ	左右コンロ	火力表示ランプ	鍋なし検知機能の作動	点火時に鍋などを置いていない場合など。	鍋などをのせてから、再度点火してください。	19
	03 交互点滅 _5	マルチグリル	左操作部液晶表示	プレート検知機能の作動	点火時にマルチグリル専用容器を置いていない場合など。	マルチグリル専用容器を置いてから、再度点火してください。	20
ピー（3回）	02 交互点滅 _1	左コンロ	左コンロタイマー部	調理油過熱防止装置の作動 焦げつき自動消火機能の作動	調理油の過熱、焦げつき、消し忘れによる過熱、空焼きなど。	点火／消火ボタンを押し、「消火の状態」に戻してください。 よくあるご質問　「コンロ」「コンロ使用時に…」 ①調理中に消火する⑤鍋底の焦げつきがきついを確認してください。 調理油過熱防止装置がはたらいて消火した場合は、温度センサーが高温のため、点火しても消火する場合があります。冷めるのを待ってから再度点火してください。	18・104 105
	_2	右コンロ	右コンロタイマー部				
	_3	後コンロ	左コンロタイマー部				
	_5	マルチグリル	左操作部液晶表示	マルチグリル過熱防止センサーの作動	マルチグリルの空焼き、消し忘れ、調理物が少ない場合、連続して使用した場合など。	消火してすぐ（マルチグリル過熱防止センサーが高温のままの状態）は、点火してもすぐに消火します。 しばらく（約5〜10分）待ってから再度点火してください。	20・45 107
	点滅 火力表示ランプ	左右コンロ	火力表示ランプ	鍋なし検知機能の作動	点火後に鍋などを上げた状態が約1分続いた場合など。	鍋などをのせてから、再度点火してください。	19
	03 交互点滅 _5	マルチグリル	左操作部液晶表示	プレート検知機能の作動	点火後にマルチグリルとびらを開けた状態が約30秒続いた場合など。	プレートパン／ふたをしたキャセロールを置いてからマルチグリルとびらを閉めて、再度点火してください。	20
	11 交互点滅 _1	左コンロ	左コンロタイマー部	点火時に着火しなかった	ガス栓が閉まっている、煮こぼれによる炎口つまり、煮こぼれによる点火プラグの汚れ、着火不良など。	点火／消火ボタンを押し、「消火の状態」に戻してください。 ガス栓が閉まっていると着火しません。 点火／消火ボタンを押し、「点火の状態」にしてください。 また、バーナーキャップ、点火プラグなどが汚れていると、着火しない場合がありますのでお手入れしてください。 コンロを続けて使用する場合は、再度点火してください。 マルチグリルを続けて使用する場合、しばらく（約5〜10分）待ってから再度点火してください。 オートメニュー、調理モード（低温調理）については各モードのページを参照して、再度調理してください。	90
	_2	右コンロ	右コンロタイマー部				
	_3	後コンロ	左コンロタイマー部				
	_5	マルチグリル	左操作部液晶表示				
	12 交互点滅 _1	左コンロ	左コンロタイマー部	立消え安全装置の作動	炎のふき消え、煮こぼれした場合など。		18 49〜80 90
	_2	右コンロ	右コンロタイマー部				
	_3	後コンロ	左コンロタイマー部				
	_5	マルチグリル	左操作部液晶表示				

交互点滅　2パターンの表示が交互に点滅します。

上記の処置方法で直らないときは、お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）に連絡してください。

ブザー報知とお知らせ表示

※A：カスタマイズで音声なしに設定している場合は、ブザー音が異なります。
※B：お知らせ表示は、電源を切る、オートパワーオフ、各コンロ/マルチグリルの消火操作のいずれかで消えます。
また、表示が消えたあとでも直前のお知らせ表示を確認することができます。
各種設定の変更（カスタマイズ機能）（82～84ページ）を参照してください。

ブザー音※A	お知らせ表示※B	部位	表示箇所	内容	原因	処置と再使用時の注意	参照ページ
ピー（3回）	16 交互点滅 _1	左コンロ	左コンロタイマー部	メニュー選択間違い、使用方法間違い	煮るオートモード調理中または、マルチグリル調理中に、調理物の水分が多かったり、量が多い場合、調理途中に具材や調味液を追加した場合、調理中にひんぱんにマルチグリルとびらを開けた場合など。	水分を取り除くか、調理物の量を減らしてから、再度点火してください。	12・37 46
	16 交互点滅 _2	右コンロ	右コンロタイマー部				
	16 交互点滅 _5	マルチグリル	左操作部液晶表示		マルチグリル専用容器、メニュー選択を間違えている場合など。	マルチグリル専用容器とメニュー選択が正しいことを確認してから、再度使用してください。	49～80
	22 交互点滅 _0	コンロ、マルチグリル	全タイマー部	感震停止機能の作動	震度4以上を検知した場合など。	再使用するときは、周囲の安全を確認してから、再使用してください。	18
—	点滅 火力表示ランプ	左右コンロ	火力表示ランプ	鍋なし検知センサーチェック	鍋やマルチグリル専用容器を長時間置いた場合か温度センサーの故障など。	①点火／消火ボタンを「消火の状態」に戻す。（お知らせ表示が消えます。） ②コンロ上に置いてある鍋などを一旦持ち上げて、温度センサーから離す。 上記方法でも使用できない場合は、点検が必要です。 お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）に連絡してください。	19
ピー（3回）	23 交互点滅 _1	左コンロ	左コンロタイマー部				
	23 交互点滅 _2	右コンロ	右コンロタイマー部				
	23 交互点滅 _5	マルチグリル	左操作部液晶表示	プレート検知センサーチェック		①点火／消火キーを押す。（お知らせ表示が消えます。） ②マルチグリルとびらを開け閉めする。 上記方法でも使用できない場合は、点検が必要です。 お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）に連絡してください。	20
	10 20 24 30 31 32 40 51 54 60 66 80 交互点滅 _1	左コンロ	左コンロタイマー部	操作部、温度センサー、マルチグリル過熱防止センサー、感震センサー、ガスコントローラーの故障	部品が故障しています。	点検が必要です。 使用をやめ、ガス栓を閉め、お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）に連絡してください。	—
	10 20 24 30 31 32 40 51 54 60 66 80 交互点滅 _2	右コンロ	右コンロタイマー部				
	10 20 24 30 31 32 40 51 54 60 66 80 交互点滅 _3	後コンロ	左コンロタイマー部				
	10 20 24 30 31 32 40 51 54 60 66 80 交互点滅 _5	マルチグリル	左操作部液晶表示				
	10 20 24 30 31 32 40 51 54 60 66 80 交互点滅 _0	コンロ、マルチグリル	全タイマー部				
	70 71 72 73 76 交互点滅 _1	左コンロ	左コンロタイマー部	電子部品の故障			
	70 71 72 73 76 交互点滅 _2	右コンロ	右コンロタイマー部				
	70 71 72 73 76 交互点滅 _3	後コンロ	左コンロタイマー部				
	70 71 72 73 76 交互点滅 _5	マルチグリル	左操作部液晶表示				
	70 71 72 73 76 交互点滅 _0	コンロ、マルチグリル	全タイマー部				

交互点滅 2パターンの表示が交互に点滅します。

上記の処置方法で直らないときは、お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）に連絡してください。

長期間使用しない場合／仕様

長期間使用しない場合

・ガス栓を閉め、乾電池を取り出してください。
乾電池を入れたままにすると、乾電池の液漏れにより、機器をいためる原因になります。
・機器が冷めていることを確認し、各部の汚れを取り除き、ほこりや異物が入らないようにビニールなどをかけてください。
再度使用される場合は、ビニールなどを完全に取り外し、乾電池を入れてから使用してください。

仕様

商品名	ガスビルトインコンロ（トッププレート75cm幅、左右チャオタイプ）	
型番	210-H670型	210-H672型
トッププレート仕様	プラチナシルバー	ロイヤルブラック
型式名	C3S11PWA	

商品名	ガスビルトインコンロ（トッププレート60cm幅、左チャオタイプ）	
型番	210-H680型	210-H682型
トッププレート仕様	プラチナシルバー	ロイヤルブラック
型式名	C3S10PJAL	

商品名	ガスビルトインコンロ（トッププレート60cm幅、右チャオタイプ）	
型番	210-H681型	210-H683型
トッププレート仕様	プラチナシルバー	ロイヤルブラック
型式名	C3S10PJAR	

点火方式	連続スパーク点火		
安心・安全機能	**全バーナー** ・立消え安全装置 ・感震停止機能 ・電源オートパワーオフ機能 ・ロック機能 ・焦げつき自動消火機能	**コンロバーナー** ・調理油過熱防止装置 ・コンロ消し忘れ消火機能 **左右コンロバーナー** ・鍋なし検知機能 ・センサーチェック機能 ・中火点火機能	**マルチグリルバーナー** ・マルチグリル消し忘れ消火機能 ・マルチグリル過熱防止センサー ・プレート検知機能 ・プレート検知センサーチェック機能
お知らせ機能	**全バーナー** ・音声お知らせ機能	**コンロバーナー** ・お知らせサイン ・強火切替お知らせブザー	**マルチグリルバーナー** ・マルチグリル再点火お知らせ機能 ・マルチグリル取り出し忘れお知らせ機能
付属品	・取扱説明書（保証書付）・工事説明書・マルチグリルクッキングブック ・お問い合わせ先一覧表・スタートガイド・プレートパン・キャセロール ・燻製網・アルカリ乾電池（単1形：2個）		
トッププレート	60cm幅タイプ	75cm幅タイプ	
外形寸法	高さ271mm×幅596mm×奥行492mm（トッププレート幅590mm）	高さ271mm×幅596mm×奥行492mm（トッププレート幅735mm）	
質量	26kg（本体）、2kg（キャセロール）	27kg（本体）、2kg（キャセロール）	

型番	使用ガス 使用ガスグループ	ガス消費量（kW）					ガス接続口
		チャオコンロ	標準コンロ	後コンロ	マルチグリル（グリドル）	全点火時	
210-H670型 210-H672型	都市ガス（13A）用	4.20 {3,610kcal/h}	– –	1.28 {1,100kcal/h}	2.33 {2,000kcal/h}	10.7 {9,200kcal/h}	Rc1/2
	LPガス用	4.20 {0.301kg/h}	– –	1.28 {0.092kg/h}	2.33 {0.167kg/h}	10.7 {0.767kg/h}	
210-H680型 ～ 210-H683型	都市ガス（13A）用	4.20 {3,610kcal/h}	2.97 {2,550kcal/h}	1.28 {1,100kcal/h}	2.33 {2,000kcal/h}	9.88 {8,500kcal/h}	
	LPガス用	4.20 {0.301kg/h}	2.97 {0.213kg/h}	1.28 {0.092kg/h}	2.33 {0.167kg/h}	9.88 {0.708kg/h}	

※本仕様は改良のためお知らせせずに変更することがありますがご了承ください。

アフターサービス／廃棄時のお願い

アフターサービス

◎保証について

・取扱説明書の裏表紙が保証書になっています。
・保証書に記載されているように機器の故障については、一定期間、一定条件のもとに修理いたします。保証書を紛失されますと、無料修理期間内であっても修理費をいただくことがありますので、大切に保管してください。
・無料修理期間経過後の修理については、お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）にお問い合わせください。修理によって性能が維持できる場合は、有料修理いたします。

◎補修用性能部品の保有期間

・補修用性能部品の保有期限は、当製品の製造打ち切り後6年間です。
補修用性能部品とは、製品の性能を維持するための部品です。
ただし、保有期間経過後であっても補修用性能部品の在庫がある場合は、有料修理いたします。

◎修理を依頼するときは

・『よくあるご質問』（101～108ページ）、『ブザー報知とお知らせ表示』（109～112ページ）を調べていただき、それでも不都合な場合あるいは、ご不明な場合はご自分で修理しないでお買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）にお問い合わせください。
・依頼される際は、次のことをお知らせください。
①商品名：ガスビルトインコンロ
②大阪ガス型番：左操作部内ふたに貼付の銘板をご覧ください。（16ページ）
（例：210-H○○○型）
③故障または異常の内容（できるだけ詳しく）
④ご住所、お名前、電話番号、道順（できるだけ詳しく）

◎転居されるときは

・ガスには都市ガス（数種類）およびＬＰガスの区分があります。
・ガスの種類が異なる地域へ転居される場合には、部品の交換や調整が必要となりますので転居先のガスの種類をご確認のうえ、お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）にお問い合わせください。
この場合、調整、改造に要する費用は保証期間中でも有料となります。
・この機器は都市ガス13Aもしくは、LPガス仕様にのみ調整、改造できます。ただし、ガスの種類によっては調整できない場合があります。

廃棄時のお願い

お願い

・機器を取り替えた場合、旧機器は専門の業者に処理を依頼してください。
もしお客さまで、旧機器の処理をする場合、乾電池を使用している機器は、乾電池を取り外してから正規の処理を行ってください。
そのままにしておきますと、思わぬ事故の原因になります。

交換部品（消耗部品）<お客さまにて取り替え可能な部品>

・下記の部品（有料）は、お客さまご自身にてお取り替えしていただくことができます。お求めの場合は、お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）にお問い合わせください。
部品がいたんだり、汚れが落ちにくくなってきたら、お早めに交換してください。

名　称	形　状	型　番	本体価格（税別）	部品コード	
ごとく（大）（左右コンロ用）		210-H670・H680型 H681型	￥1,700	ホーロー	1210H6520950
		210-H672・H682型 H683型	￥3,300	ステンレス	1210H6720950
ごとく（小）（後コンロ用）		210-H670・H680型 H681型	￥1,600	ホーロー	1210H6520951
		210-H672・H682型 H683型	￥3,000	ステンレス	1210H6720951
バーナーキャップ（大）（左右コンロ用）		210-H670・H672型 H680・H681型 H682・H683型	￥1,500	1210H6700955	
バーナーキャップ（小）（後コンロ用）			￥　970	1210H6700957	
マルチグリル排気口カバー			￥1,500	1210H6700954	
マルチグリル排気口ちり受け			￥1,200	1210H5500978	
サイドカバー（左）			￥　800	1210H6500961	
サイドカバー（右）			￥　800	1210H6500962	
プレート支持枠			￥1,500	1210H6500985	
プレートパン			￥6,000	1210H6500984	
キャセロール（セット）			￥13,500	1210H6500986	
キャセロールふたのみ			￥5,000	1210H6500988	
キャセロール本体のみ			￥8,500	1210H6500987	
燻製網			￥　940	1210H6700994	

・2019年10月現在の価格です。価格、仕様は、予告なく変更される場合があります。あらかじめご了承ください。
・上記本体価格には、消費税は含まれておりません。ご購入の際は別途消費税が必要となります。
詳しくは、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）にお問い合わせください。
アルカリ乾電池（単1形）は電気店などでお買い求めください。
・交換部品（消耗部品）の詳細は『各部のなまえ』（3〜4ページ）を参照してください。

別売部品

・お買い上げの販売店または、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）にお問い合わせください。

名　称		形　状		本体価格（税別）	部品コード、型番
波型プレートパン				￥7,500	1210H6500993
ふた（油はねガード）（セット）				￥3,200	1210H6500998
ふた（油はねガード）（取扱説明書付き）				￥2,900	1210H6500995
ホルダー				￥　300	1210H6300996
ステンレス用クリーナー※1（210-H672・H682・H683型のみ）			（1本）	￥1,000	LP0127A型＊
			（6本セット）	￥6,000	LP0127型＊
炊飯専用鍋（3合炊き）				￥3,800	111-H002型
炊飯専用鍋（5合炊き）				￥5,200	LP0150型＊
全面補助ごとく	210-H680〜H683型用（黒色のみ※2）			￥10,000	DP0138型＊
	210-H670・H672型用（黒色のみ※2）			￥10,000	DP0139型＊
ガード付きグリルとびら				￥10,000	DP0156ST型＊

・2019年10月現在の価格です。価格、仕様は、予告なく変更される場合があります。あらかじめご了承ください。
・上記本体価格には、消費税は含まれておりません。ご購入の際は別途消費税が必要となります。
詳しくは、もよりの大阪ガス（別紙お問い合わせ先一覧表）にお問い合わせください。
※1：ステンレス製のごとく以外には使用しないでください。
※2：ごとく、バーナーキャップ、マルチグリル排気口カバーと色が異なります。
＊（株）ハーマンの取扱い商品です。

Cooking Book
スタートガイド

クッキングブックを活用する際は、スタートガイド（本書）からご覧ください。

※お知らせ内容やマルチグリル専用容器については、クッキングブックも合わせて参照してください。

お買い上げいただきありがとうございます。
このスタートガイドをよくお読みの上、正しくお使いください。
ご使用の前に、付属の取扱説明書を必ずお読みください。

コ101
60010100

はじめに

レシピは、『スタートガイド』(本書)と『クッキングブック』(別冊)に分かれて記載されています。
クッキングブックを活用する際は、本書からご覧ください。
※お知らせ内容やマルチグリル専用容器については、別冊の『クッキングブック』も合わせて参照してください。

容器の種類

マルチグリル専用容器について

マルチグリル専用容器は、製品によって付属される内容が異なります。また、容器ごとに使用できるメニューやモードも異なり、加えて調理物の種類や大きさによっても火加減や調理時間が異なります。容器のアイコンに合わせて使用してください。詳しくは、機器に付属の取扱説明書やクッキングブックをご確認ください。

- プレートパン
- 波型プレートパン
- キャセロール

もくじ

説明

マルチグリル専用容器について・・・別冊
各モードのめやす・・・・・・・・・別冊
調理のポイント・・・・・・・・・・別冊
オートメニューのめやす・・・・・・3
トースト 鶏もも焼き 魚:切り身 魚:姿焼き 魚:干物
ホイル焼き ハンバーグ 肉じゃが カレー 筑前煮

調理モードのめやす・・・・・・・・5
解凍焼き上げ 冷凍食品 燻製
調理がうまくできないときは・・・・別冊

レシピ一覧

マルチグリル オートメニュー

ハンバーグ
ハンバーグステーキ
マスタードソース・・・・7

玄米
玄米・・・・・・・・・・・7

ホイル焼き
鶏肉のホイル焼き・・・・・8
鮭のホイル焼き・・・・・・8
野菜のホイル焼き・・・・・8

肉じゃが
ほくほく肉じゃが・・・9

カレー
カレー・・・・・・・・・9

筑前煮
筑前煮・・・・・・・・・9

鶏もも焼き
塩焼きチキン・・・・別冊
塩ダレチキン・・・・別冊
照り焼きチキン・・・別冊

ごはん
ごはん・・・・・・別冊

炊きこみごはん
鶏五目ごはん・・・別冊

マルチグリル 調理モード

解凍焼き上げ
塩焼きチキン・・・・・・10
塩ダレチキン・・・・・・10
照り焼きチキン・・・・・10

低温調理
低温調理について・・・・11
りんごのコンポート・・・12
蒸し鶏・・・・・・・・・12
ローストビーフ・・・・・12

燻製
燻製について・・・・・・・13
鶏卵(ゆで卵)・・・・・・・15
うずら卵(ゆで卵、水煮)・・15
ししゃも(生)・・・・・・・16
手羽先(生)・・・・・・・16
プロセスチーズ(6P)・・・16
ソーセージ・・・・・・・16
ちくわ・・・・・・・・・16
かまぼこ・・・・・・・・16
サラダチキン・・・・・・16

パン発酵焼き上げ
ぶちプチパン・・・・・・・17
ぐるぐるシナモンロール・・・17
パン生地の作りかた・・・・・18

焼く
ハンバーグステーキマスタードソース・・別冊
ミートローフ・・・・・・・・・・別冊
スペアリブBBQ風焼き野菜添え・・別冊
ローストビーフバルサミコソース・・別冊
ピッツァマルゲリータ・・・・・・別冊
肉巻きおにぎり・・・・・・・・別冊
シーフードマカロニグラタン・・・別冊
牛肉のごまみそロール・・・・・・別冊
鶏の甘辛風味丼・・・・・・・・別冊
フレンチトースト・・・・・・・・別冊
ごろごろジャーマンポテト・・・・別冊
焼き野菜のホットサラダ・・・・・別冊
角もちい～ろいろ・・・・・・・別冊
あじの開き・・・・・・・・・・別冊
焼き枝豆・・・・・・・・・・別冊
焼きはまぐり・・・・・・・・・別冊

あたためる
かき揚げ、から揚げ、コロッケ、
今川焼き、焼き鳥(塩)、
魚姿焼き、魚切身、うなぎの蒲焼、
餃子、味付き魚(ぶりの照り焼きなど)・・別冊

ノンフライ
ヘルシーロールカツ・・・別冊
イタリアンカツレツ・・・別冊
サクサクえびフライ・・・別冊
鶏の竜田揚げ・・・・・別冊
スティック春巻き・・・・別冊
えびクリームコロッケ・・別冊
変わり揚げ出し豆腐・・・別冊
簡単ライスコロッケ・・・別冊
サーモンのチーズフライ・別冊
クリスピーチキン・・・・別冊
フライドポテト・・・・・別冊

煮る
アクアパッツァ・・・・・別冊
ほくほく肉じゃが・・・・別冊
とろーりチーズのロールキャベツ・別冊
あったかポトフ・・・・・別冊
たっぷり野菜のトマトソースペンネ・別冊
きのこたっぷりリゾット・別冊
筑前煮・・・・・・・・・別冊
かれいの煮付け・・・・・別冊

蒸す
ミニあんかけ茶碗蒸・・・別冊
洋風茶碗蒸し・・・・・・別冊
かぶら蒸しのかにあんかけ・別冊
白身魚の昆布蒸し・・・・別冊
えびの花シュウマイ・・・別冊
栗蒸しようかん・・・・・別冊
なめらかプリン・・・・・別冊
抹茶の蒸しパン・・・・・別冊

パン
ぶちプチパン・・・・・・別冊
フォカッチャ・・・・・・別冊
ぐるぐるシナモンロール・別冊
くるみのブラウニー・・・別冊
ココアのきらきらクッキー・別冊
スティックチーズケーキ・別冊
スノーボールクッキー・・別冊
いちごのデコレーションケーキ・別冊
パン生地の作りかた・・・別冊

コンロ 焼サポートモード

ハンバーグマスタードソース・・19
ぶりの塩焼き・・・・・・・19
塩焼きチキン・・・・・・・19
お好み焼き・・・・・・・・20
鮭のムニエル・・・・・・・20
ポークソテー・・・・・・・20
フレンチトースト・・・・・21
ホットケーキ・・・・・・・21

コンロ 煮るオートモード

ほくほく肉じゃが・・・22
カレー・・・・・・・・・22
筑前煮・・・・・・・・・22

設定のしかた

設定手順(鮭のホイル焼きの例)

1 容器を設定する　2 メニュー、モードを設定する　3 火加減、タイマーを設定する　4 点火する

液晶画面例

オートメニューのめやす

オートメニュー：調理物の種類と火加減・加熱時間のめやす

メニュー/モード	火加減 強	火加減 中	火加減 弱	置きかた・ポイント
トースト	トースト 冷凍食パン 1～2枚(8枚切) 3～6分 3～6分	トースト 冷凍食パン 1～2枚(6枚切) 3～6分 3～6分 シナモントースト* 1～2枚(4～8枚) 3～6分 3～6分	トースト 1～2枚(4枚切) 2～6分 2～6分	1枚：中央に置いてください。 2枚：手前の溝に合わせて、詰めるように置いてください。 ← 手前の溝
鶏もも焼き	塩焼きチキン 1～2枚(約250g／枚) 11～18分 13～20分	塩ダレチキン 1～2枚(約250g／枚) 11～17分 12～18分	照り焼きチキン 1～2枚(約250g／枚) 10～20分 11～20分	皮目を上にして置いてください。 中央に寄せて、置いてください。
魚:切り身	太刀魚切身 さば切身(骨つき) 1～6切(約80g／切) 9～14分 9～14分	鮭切身 さば切身(骨なし) 1～6切(約80g／切) 6～11分 7～12分	ぶりの照り焼き さわらのみそ漬け 1～6切(約80g／切) 7～16分 7～14分	皮目を上にして置いてください。 中央に寄せて、置いてください。
魚:姿焼き	あじ(大) 1～3尾(約200g／尾) 14～20分 16～21分 鯛(大) 1～2尾(約280g／尾) 14～20分 16～21分	あじ(小) 1～4尾(約160g／尾) 13～19分 16～20分 鯛(小) 1～2尾(約230g／尾) 13～19分 16～20分	さんま 1～4尾(約150g／尾) 9～16分 10～17分	中央に寄せて、置いてください。

＊シナモントースト

材料(2枚分)
- 食パン・・・・・・・・・2枚
- バター・・・・・・・・・20g
- シナモンシュガー・・・6g

作りかた
①バターをやわらかくなるまで常温で放置する。
②食パンの上にバターを塗る。
③バターの上にシナモンシュガーをふりかける。
④プレートパンに並べ、マルチグリルを設定し、焼く。

※記載の時間はめやすです。材料の大きさやお好みによって調節してください。
※波型プレートパンでの裏面の焼き上がりは、縞状になります。

オートメニュー：調理物の種類と火加減・加熱時間のめやす

メニュー/モード	火加減 強	火加減 中	火加減 弱	置きかた・ポイント
魚:干物	ほっけの開き 1～2枚(約200g／枚) 11～16分 15～19分	あじの開き 1～2枚(約100g／枚) 9～13分 10～13分 干しかれい 1～2枚(約120g／枚) 9～13分 10～13分	さんまの開き 1～2枚(約100g／枚) 7～12分 7～12分 ししゃも 5～10尾 7～12分 7～12分	皮目を上にして置いてください。 中央に寄せて、置いてください。
ホイル焼き	鶏肉のホイル焼き 1～4個(約110g／個) 18～21分 19～20分	鮭のホイル焼き 1～4個(約100g／個) 12～17分 14～19分	野菜のホイル焼き 1～4個(約100g／個) 12～14分 13～15分	中央に寄せて、置いてください。
ハンバーグ	火加減：設定なし ハンバーグステーキ マスタードソース ※付け合わせ野菜あり 2～4個分 12～17分 12～18分			中央に寄せて、置いてください。
肉じゃが カレー 筑前煮	肉じゃが 2～4人分 25～32分	カレー 2～4人分 26～44分	筑前煮 2～4人分 25～31分	側面段差の位置 煮もの食材上限 1.5cm 煮もの調味液上限 キャセロール断面図 食材はできるだけ平らに並べてください。 食材はしっかり調味液につかるように配置してください。

※記載の時間はめやすです。材料の大きさやお好みによって調節してください。
※波型プレートパンでの裏面の焼き上がりは、縞状になります。
※干物は乾燥しているほど焼けやすく、脂のりがよい場合は焦げやすくなります。

＜肉じゃが・カレー・筑前煮について＞
- 食材は大きさをそろえて切ってください。
- 火がとおる時間が近い食材を合わせて加熱してください。
- できあがり後に混ぜると、味がなじみやすくなります。
- 下準備し、長時間冷蔵した場合は、常温に戻してから調理してください。
- 調理時、食材の量はキャセロール側面段差(右上図参照)より低くしてください。
  また、調味液は側面段差より1.5cm以上低くしてください。
- 調理後、カレールウが溶け残っている場合は、混ぜてください。
- カレールウを刻んで入れることにより、調理後の溶け残りが軽減します。
- 調理終了後にさらに煮こみたい場合は、調理モード「煮る」で加減を調節しながら煮こんでください。
- 水から開始してください。お湯を使用した場合、煮こみすぎや煮こみ不足が生じる場合があります。

調理モードのめやす

調理モード：調理物の種類と火加減・加熱時間のめやす

メニュー/モード	火加減　設定なし			置きかた・ポイント
解凍焼き上げ	塩焼きチキン 1～2枚（約250g／枚） 24～26分	塩ダレチキン 1～2枚（約250g／枚） 24～25分	照り焼きチキン 1～2枚（約250g／枚） 22～25分	皮目を上にして置いてください。 中央に寄せて、置いてください。
	さんまの塩焼き 1～4尾（約150g／尾） 24～26分			中央に寄せて、置いてください。
	さばの塩焼き 1～6切（約80g／切） 19～24分	鮭の塩焼き 1～6切（約80g／切） 19～24分	ぶりの照り焼き 1～6切（約80g／切） 18～23分	皮目を上にして置いてください。 中央に寄せて、置いてください。

※市販の冷凍食品には対応していません。
※記載の時間はめやすです。材料の大きさやお好みによって調節してください。

メニュー/モード	火加減 強	火加減 中	火加減 中	火加減 弱
冷凍食品	焼き餃子 6～12個 （高さ3cm、約25g／個） 9～10分	から揚げ 4～12個 （高さ5cm、約25～30g／個） 10～14分	お好み焼き 1枚 （直径15cm、厚み2cm） 13分	炒飯（チャーハン） 半量～全量 （全量約450g） 5～11分
		たこ焼き 9～18個 （直径4cm、高さ3cm、約25g／個） 10～12分	焼きおにぎり 4～10個 （約48g／個） 11～13分	ピザ 1枚 （薄い：直径20cm以下、厚み2cm） （厚い：直径15cm以下、厚み4cm） 11～14分
		たい焼き 1～5個 （高さ2.5cm、約48g／個） 9～12分（あんなめらか） 11～14分（しっかり加熱）		コロッケ 1～6個 （直径5cm、高さ2.5cm、約30g／個） 10～11分

置きかた・ポイント

- 冷凍食品は、市販の冷凍食品を調理することができます。
- 餃子の乾燥が気になる場合は、アルミはくでふたをし、ふたの前後を軽く押さえることでふっくら仕上がります。
- 炒飯は、高さを均等にするとムラなく仕上がります。
- 記載の時間はめやすです。食材の大きさや冷凍状態によって仕上がりが異なります。お好みに応じて調節してください。
- めやす表にない食品や数量はうまくできない場合があります。
- 電子レンジ・オーブントースター・オーブンレンジ（餃子はフライパン）に対応した市販の冷凍食品をお使いください。
- 餃子は「水なし・油なし」と記載のある市販の冷凍食品をお使いください。
- 餃子は羽ができません。

※記載の時間はめやすです。材料の大きさやお好みによって調節してください。

解凍焼き上げ・冷凍食品の時間について

- 表内のメニューは、最小個数は最小時間、最大個数は最大時間に対応しています。
  中間の量や数量（個数）は、最小～最大時間範囲内で調整してください。

例）塩焼きチキンの場合　最小 1～2 最大 枚　24～26 分

調理モード：調理物の種類と火加減・加熱時間のめやす

メニュー/モード	火加減　設定なし		
燻製	プロセスチーズ（6P） 6個 （約18g／個） 8～14分 ※シリコンコーティングされたアルミはくを敷いてください。	鶏卵（ゆで卵） 2～4個 （Mもしくは Lサイズ） 11～17分 ※シリコンコーティングされたアルミはくを敷いてください。	うずら卵（ゆで卵、水煮） 6～10個 （約9g／個） 11～17分 ※シリコンコーティングされたアルミはくを敷いてください。
	ソーセージ 2～6本 （約30g／本） 8～14分	かまぼこ 1～2本 （厚み2cm以下、約90g／本） 11～14分	ちくわ 2～4本 （約30g／本） 11～14分
	サラダチキン 1個 （約120g／個） 11～20分	ししゃも（生） 4～6尾 （約18g／尾） 14～17分	手羽先（生） 2～4本 （約40g／本） 14～20分 ※皮目を上にして焼いてください。

※表内のメニューは、記載されている調理時間の範囲内で調理してください。
　調理時間を調整することで燻製の濃さの強弱をつけることができます。
※燻製調理の色を濃くつけたい場合は、タイマー時間を長めに設定してください。
※追加加熱したい場合は、3～5分程度加熱してください。

例）鶏卵（ゆで卵）の場合　薄く 11～17 濃く 分

マルチグリル オートメニュー

・オートメニュー、火加減を設定してください。自動調理時間は自動で加熱する時間のめやすです。
設定のしかたは、機種により異なります。機器に付属の取扱説明書の マルチグリル を参照してください。
・連続して調理するときなどで庫内温度が高い場合は、オートメニューを受け付けない場合があります。
しばらく(約5〜10分)待ってから使用してください。
「肉じゃが」、「カレー」、「筑前煮」をさらに煮こみたい場合は、調理モード(煮る)で様子を見ながら煮こんでください。

ハンバーグステーキ マスタードソース

オートメニュー：ハンバーグ

自動調理時間 12〜17分

自動調理時間 12〜18分

材料（4人分）

玉ねぎ・・・・・・・・・・・1/2個
サラダ油・・・・・・・・・・適量
牛ひき肉・・・・・・・・・・200g
豚ひき肉・・・・・・・・・・100g
ナツメグ(粉末)・・・・・・少々
(A) 生パン粉・・・・・・・・20g
(A) 牛乳・・・・・・・・・・大さじ2
(A) 卵・・・・・・・・・・・L1/2個
かぼちゃ・・・・・・・・・1/16個
パプリカ(赤)・・・・・・・1/2個
(B) 粒マスタード・・・・大さじ1
(B) とんかつソース・・・大さじ3
(B) ケチャップ・・・・大さじ2
塩・・・・・・・・・・・・適量
こしょう・・・・・・・・適量
オリーブ油・・・・・・・適量
クレソン・・・・・・・・適量

作りかた
① 玉ねぎはみじん切りにしてサラダ油で炒め、冷ます。
② 牛ひき肉と豚ひき肉にナツメグ・塩・こしょう・①・(A)を加えて粘りが出るまでよく練り混ぜる。4つに分けて厚めの小判型にする。
③ かぼちゃは5mm厚さのくし形に、パプリカは8等分に切って、塩・こしょう・オリーブ油をからめる。
④ プレートパンの中央に②を並べ、あいたスペースに③を置き、マルチグリルを設定し、点火する。
⑤ 鍋に(B)を入れて温める。
⑥ ④を盛り付け、⑤をかけ、お好みでクレソンを添える。

★上手に作るポイント★
置き位置
④ 4個の場合

④ 2個の場合

☆ハンバーグは小判型に丸め、中央をくぼめてください。
☆厚みは2cm程度にしてください。
☆中央に寄せて、置いてください。端に置くと、加熱不足のおそれがあります。

玄米

自動調理時間 70〜80分

材料（3合(6人分)）
玄米・・・3合　水・・・850mL

オートメニュー：玄米

作りかた
① 玄米を洗い、ザルに取り、しっかりと水気を切り、キャセロールに入れて水を加え、1時間以上浸す。
② マルチグリルを設定し、点火する。

お米と水の量のめやす

お米の量	水の量
1.5合(234g)(270mL)	約540mL
3.0合(468g)(540mL)	約850mL

下準備については、付属の取扱説明書の「炊飯の準備」を参照してください。
※水の量が多すぎるとふきこぼれる場合があります。

★上手に作るポイント★
☆白米や無洗米を混ぜて炊飯すると、やわらかく炊きあがります。
☆発芽玄米、分づき米はうまく炊けない場合があります。
☆できあがり後すぐに全体を混ぜると、ムラができにくくなります。

鶏肉のホイル焼き

自動調理時間 18〜21分

自動調理時間 19〜20分

オートメニュー：ホイル焼き
火加減：強

材料（4人分）

鶏肉(約30g)・・・・・8切
玉ねぎ(約150g)・・・1/2個
ピーマン・・・・・・・中2個
にんじん・・・・・・・中1/3本
しめじ・・・・・・・・1/2パック
塩・・・・・・・・・・適量
こしょう・・・・・・・少々
黒こしょう・・・・・・少々

作りかた
① 鶏肉は両面に塩・こしょう・黒こしょうをふり、常温で30分置く。
② 玉ねぎは厚さ約5mmの半月切り、ピーマン・にんじんは細切り、しめじは石づきを取って洗い、食べやすい大きさにする。
③ アルミはくの上に玉ねぎ・鶏肉・ピーマン・にんじん・しめじの順にのせる。
④ アルミはくの口を閉じてプレートパンに並べ、マルチグリルを設定し、点火する。

鮭のホイル焼き

自動調理時間 12〜17分

自動調理時間 14〜19分

オートメニュー：ホイル焼き
火加減：中

材料（4人分）

生鮭(約40g)・・・・・4切
玉ねぎ(約150g)・・・1/2個
まいたけ・・・・・・・60g
しいたけ・・・・・・・4枚
しし唐・・・・・・・・8本
塩・・・・・・・・・・適量
こしょう・・・・・・・少々
黒こしょう・・・・・・少々

作りかた
① 生鮭は両面に塩・こしょう・黒こしょうをふり、常温で30分置く。
② 玉ねぎは厚さ約5mmの半月切り、まいたけは石づきを取って洗い、食べやすい大きさにする。
しいたけはじくを切り取り、軽く水洗いし、しし唐は縦に切り目を入れ、種を取る。
③ アルミはくの上に玉ねぎ・生鮭・まいたけ・しいたけ・しし唐の順にのせる。
④ アルミはくの口を閉じてプレートパンに並べ、マルチグリルを設定し、点火する。

野菜のホイル焼き

自動調理時間 12〜14分

自動調理時間 13〜15分

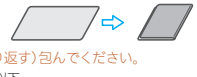
オートメニュー：ホイル焼き
火加減：弱

材料（4人分）

かぼちゃ・・・・・・・・・160g
グリーンアスパラガス・・・4本
トマト・・・・・・・・・・小1個
オリーブ油・・・・・・・小さじ1
塩・・・・・・・・・・・適量
こしょう・・・・・・・・少々
黒こしょう・・・・・・・少々

作りかた
① かぼちゃは薄い半月切り、グリーンアスパラガスはぶつ切り、トマトは角切りにする。
② アルミはくの上にかぼちゃ・グリーンアスパラガス・トマトの順にのせ、オリーブ油・塩・こしょう・黒こしょうをかける。
③ アルミはくの口を閉じてプレートパンに並べ、マルチグリルを設定し、点火する。

★上手に作るポイント★
置き位置

☆アルミはくは50cm位を半分に折ってから、食材をのせてください。

☆アルミはくできっちりと(上も両端も重ねて折り返す)包んでください。

ほくほく肉じゃが

自動調理時間 25〜32分

オートメニュー：肉じゃが

材料（4人分）

じゃがいも・・・・・4個	だし汁・・・250mL
玉ねぎ・・・・・・1個	砂糖・・・・大さじ3
にんじん・・・・・・1/2本	（A）酒・・・・・大さじ1
さやいんげん・・・・8本	みりん・・・大さじ2
牛バラ肉（薄切り）・・100g	しょうゆ・・大さじ3

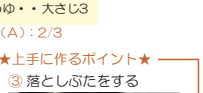
☆2人分で作るときは、具材料：1/2、煮汁（A）：2/3

作りかた

① じゃがいもは皮をむき、ひとロ大に切り、水にさらす。玉ねぎはくし形に切る。
② にんじんは皮をむき、1cm厚の輪切りにする。大きいものは半月に切る。
さやいんげんは長さを3等分に切る。牛バラ肉は3cm幅に切る。
③ キャセロールに①・②のにんじん・さやいんげんを入れ、その上に②の牛バラ肉を広げ、（A）を加えて、アルミはくで落としぶたをする。
キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、点火する。
④ できあがったら全体をかき混ぜ、なじませる。

★上手に作るポイント★

③ 落としぶたをする



カレー

自動調理時間 26〜44分

オートメニュー：カレー

材料（4人分）

じゃがいも（約150g）・・1個	牛肉（カレー用）・・・180g
玉ねぎ（約200g）・・・・1・1/2個	カレールウ・・・・・4人分
にんじん（約200g）・・・1/2本	水・・・・・・・・・500mL

☆2人分で作るときは、具材料：1/2、水：350mL

作りかた

① じゃがいもは皮をむき、ひとロ大に切り、水にさらす。玉ねぎはくし形に切る。
にんじんは皮をむき、食べやすい大きさの乱切りにする。
② キャセロールに、玉ねぎ、にんじん、じゃがいもの順に入れ、その上に牛肉、細かく刻んだカレールウを一番上に加え、水を入れる。
③ キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、点火する。
④ できあがったら全体をかき混ぜ、なじませる。
※カレールウが溶け残っている場合は、かき混ぜてください。

筑前煮

自動調理時間 25〜31分

オートメニュー：筑前煮

材料（4人分）

鶏もも肉・・・・・200g	だし汁・・・250mL
ごぼう・・・・・・1/2本	酒・・・・・大さじ2
れんこん・・・・・1/3節	（A）砂糖・・・・大さじ2
にんじん・・・・・2/3本	しょうゆ・・大さじ3
たけのこ（水煮）・・100g	みりん・・・大さじ3
こんにゃく・・・・1/2枚	絹さや・・・・・6枚

☆2人分で作るときは、具材料：1/2、煮汁（A）：2/3

作りかた

① 鶏もも肉は一口大に切る。ごぼう・れんこん・にんじん・たけのこは乱切りにする。
② こんにゃくはスプーンでちぎり、熱湯でさっとゆで、くさみを取る。
③ キャセロールに（A）を入れて混ぜ合わせ、①・②を加える。アルミはくで落としぶたをする。
キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、点火する。
④ できあがったら全体をかき混ぜ、なじませる。
⑤ 筋を取り斜めに切った絹さやを加え、再びキャセロールのふたをし、余熱で火を通して器に盛る。

★上手に作るポイント★

③ 落としぶたをする

マルチグリル 調理モード（解凍焼き上げ）

◇下味や下ごしらえした食材をホームフリージングしておき、冷凍から一気に焼き上げ。解凍なしの時短調理。

・焼き足したい場合は、同じモードで短めにタイマーを設定し、様子を見ながら加熱してください。
・調理モード、加熱時間を設定してください。
設定のしかたは、機種により異なります。機器に付属の取扱説明書の マルチグリル を参照してください。

塩焼きチキン

調理モード：解凍焼き上げ
加熱時間：26分

材料（2人分）

鶏もも肉（約250g）・・2枚
塩・・・・・・・・・・適量
こしょう・・・・・・・適量
サラダ菜・・・・・・・適量
レモン・・・・・・・・適量

冷凍のしかた

① 鶏もも肉の皮目にフォークで数カ所均等に穴をあける。
② 両面に塩・こしょうをふり、常温で30分置く。
③ ジッパー付き冷凍保存袋に食材を重ならないように並べ、平らなところに置いて冷凍する。

作りかた

① 冷凍した袋から食材を取り出し、皮目を上にしてプレートパンに並べる。
② マルチグリルを設定し、点火する。
③ 器に盛り、お好みでサラダ菜・レモンを添える。

塩ダレチキン

調理モード：解凍焼き上げ
加熱時間：25分

材料（2人分）

鶏もも肉（約250g）・・・・・2枚	
（A）にんにく（すりおろし）・・小さじ1	
ごま油・・・・・・・・・大さじ4	
酒・・・・・・・・・・・大さじ2	
塩・・・・・・・・・・・小さじ1	
レモン汁・・・・・・・・小さじ2	
レタス・・・・・・・・・・適量	
レモン・・・・・・・・・・適量	

冷凍のしかた

① 鶏もも肉の皮目にフォークで数カ所均等に穴を開ける。
② （A）を袋に入れて、よく混ぜる。
③ ②に①を入れてもみ込み、常温で30分ほど漬けておく。
④ 表面のタレを十分にふき取り、ジッパー付き冷凍保存袋に食材を重ならないように並べ、平らなところに置いて冷凍する。

作りかた

① 冷凍した袋から食材を取り出し、皮目を上にしてプレートパンに並べる。
② マルチグリルを設定し、点火する。
③ 器に盛り、お好みでレタス・レモンを添える。

照り焼きチキン

調理モード：解凍焼き上げ
加熱時間：25分

材料（2人分）

鶏もも肉（約250g）・・2枚	
（A）砂糖・・・・・・・大さじ4	
しょうゆ・・・・・大さじ5	
酒・・・・・・・・大さじ4	
みりん・・・・・・大さじ4	
サラダ菜・・・・・・・適量	
ミニトマト・・・・・・適量	

冷凍のしかた

① 鶏もも肉の皮目にフォークで数カ所均等に穴を開ける。
② （A）を袋に入れて、よく混ぜる。
③ ②に①を入れてもみ込み、常温で30分ほど漬けておく。
④ 表面のタレを十分にふき取り、ジッパー付き冷凍保存袋に食材を重ならないように並べ、平らなところに置いて冷凍する。

作りかた

① 冷凍した袋から食材を取り出し、皮目を上にしてプレートパンに並べる。
② マルチグリルを設定し、点火する。
③ 器に盛り、お好みでサラダ菜・ミニトマトを添える。

★上手に作るポイント★

置き位置

☆中央に寄せて、置いてください。
端に置くと、加熱不足のおそれがあります。

低温調理について

⚠警告

禁止
- 食材は水に完全に浸かっていない状態で使用しない
- 食材の厚みは、2cm以下にする
  加熱不足が生じるおそれがあります。

禁止
- 冷凍した食材は使用しない
  食材の加熱不足や袋が損傷するおそれがあります。

禁止
- イノシシ、鹿、うさぎ、熊、鴨などの野生食材（ジビエ）は使用しない
  細菌や寄生虫が付着している可能性があり、食中毒を起こすおそれがあります。

禁止
- 常温で放置した食材を使用しない
- 調理に使用した袋は繰り返し使用しない
  食中毒を起こすおそれがあります。

禁止
- 調理途中にマルチグリルとびらを開けない
  加熱不足が生じるおそれがあります。

禁止
- 抵抗力の低い方、乳幼児、お年寄り、妊娠中の方などは食べない
  食中毒になりやすく、発症した場合、重症化するおそれがあります。

必ずする
- 食材は新鮮なものを使用する
- 調理後は、その日のうちに食べきる
  食材に付着する細菌が袋内で繁殖することで、食中毒を起こすおそれがあります。

必ずする
- 食材をあつかう際は、素手でなく、使い捨ての手袋を着用する
  手に付着している細菌が食材に移り、食中毒を起こすおそれがあります。

必ずする
- 調理に使用するまな板、包丁などの調理道具はアルコール消毒などをおこない、清潔なものを使用する
  食中毒を起こすおそれがあります。

必ずする
- 食べる前に必ず中まで加熱されているか確認する
  食材の加熱不足や、食中毒を起こすおそれがあります。

必ずする
- 調理途中に消火した場合、別の調理方法で十分に加熱する
  食材の加熱不足や食中毒を起こすおそれがあります。

必ずする
- 調理後、冷蔵庫に入れる場合は、加熱後の袋のまま氷水でしっかり急速冷却してから冷蔵庫に入れ、その日のうちに食べきる
  食中毒を起こすおそれがあります。

⚠注意

禁止
- キャセロール側面段差以上に水を入れない
- キャセロールふたにアルミはくを巻いた状態で使用する
  容器から水がこぼれ、機器の故障の原因になります。

必ずする
- 調理終了後は、マルチグリルとびらをゆっくりとスライドさせ、引き出す
  容器からお湯がこぼれ、やけどのおそれがあります。
  また、キャセロール内のお湯は、冷めてから捨ててください。

必ずする
- 調理後に食材を取り出す場合は、必ずトングなどの道具を使用する
  やけどのおそれがあります。

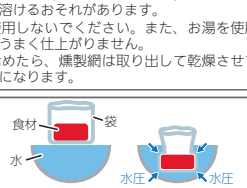
必ずする
- 調理後にふたを外す場合は、必ずミトンや鍋つかみを使用する
  やけどの原因になります。また、ふたとアルミはくの間にお湯がたまっている場合があるので、注意してください。

お願い

- 必ず燻製網を使用してください。食材をキャセロールに直置きすると、うまく仕上がりません。
- 食材を入れる袋は、必ず**湯せん調理に対応しているもの（湯せん調理可能なポリ袋）**を使用してください。袋が溶けて、水が入ったり、内容物が漏れることがあります。
  ※推奨ポリ袋：アイラップUF
  お近くの量販店、ホームセンター、スーパーマーケットなどで購入してください。
- 袋内に鋭利なものを入れないでください。袋が損傷し、水が入ったり、内容物が漏れることがあります。
- 袋の口をしっかり縛ってください。縛りかたが緩かった場合、水が入ったり、内容物が漏れることがあります。
- 袋は確実にキャセロール内に入れてください。キャセロール外に袋が出ると、溶けるおそれがあります。
- 水以外の液体は使用しないでください。また、お湯を使用しないでください。うまく仕上がりません。
- 使用後、十分に冷めたら、燻製網は取り出して乾燥させてください。錆の原因になります。

ポイント

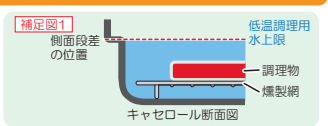
袋に食材を入れて口を縛る前に、袋内の空気を十分に抜いてください。
＜袋内の空気の抜きかた＞
- 袋に食材を入れ、封を開けた状態で水を張ったボウルなどの容器に沈めると、水圧で空気が抜けます。



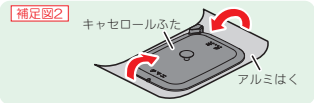
低温調理前の準備

●低温調理を行う前に、下記の手順に従って準備をしてください。
①湯せん調理に対応した袋に食材を入れ、袋内の空気を十分に抜いた状態で袋の口をしっかり縛る。
②キャセロール底面に燻製網を入れる。
③袋に入れた食材を燻製網の上に置く。
④水をキャセロール側面段差（補足図1参照）まで入れる。
⑤アルミはくを内側に巻いたキャセロールふた（補足図2参照）を被せる。
⑥マルチグリルとびらをゆっくりとスライドさせ、閉める。

補足図1



補足図2



マルチグリル 調理モード（低温調理）

- 調理モード（低温調理）を使う前に、「低温調理について」11ページをお読みください。
- 調理モード、火加減、加熱時間を設定してください。
  設定のしかたは、機種により異なります。機器に付属の取扱説明書の マルチグリル を参照してください。

りんごのコンポート

調理モード：低温調理
火加減：強
加熱時間：180分

材料（2人分）
りんご（約250g）・・1個
砂糖・・・・・・・30g
レモン汁・・・・・大さじ1・1/2
バニラアイス・・・適量
ミント・・・・・・適量

作りかた 燻製網を使います
① りんごの皮をむき、厚み2cm以下になるように、くし切りにし、へたと芯を取り除く。
② 袋に砂糖とレモン汁を混ぜ合わせ、りんごを入れる。
③ 袋の中の空気を抜き、口を縛る。
④ キャセロールに③を燻製網の上に置き、側面段差まで水を加える。
⑤ アルミはくを巻いたキャセロールのふたをして、マルチグリルを設定し、点火する。
⑥ できあがったら、粗熱をとり、冷蔵庫で冷やす。
⑦ 器に盛り、お好みでアイスとミントを添える。
※空気を抜いた状態でも、りんごが浮く場合がありますが、できあがりに影響はありません。

蒸し鶏

調理モード：低温調理
火加減：中
加熱時間：80分

材料（1枚分）
鶏むね肉（約250g）
（皮なし）（厚さ2cm以下）・・1枚
スイスチャード・・・・・・適量

作りかた 燻製網を使います
① 袋に鶏むね肉を入れる。
② 袋の中の空気を抜き、口を縛る。
③ キャセロールに②を燻製網の上に置き、側面段差まで水を加える。
④ アルミはくを巻いたキャセロールのふたをして、マルチグリルを設定し、点火する。
⑤ 器に盛り、お好みでスイスチャードを添える。

ローストビーフ

調理モード：低温調理
火加減：弱
加熱時間：140分

材料（1本分）
牛もも肉（約250g）
（15cm×8cm×厚さ2cm以下）・・1本
塩・・・・・・・・・・・・・適量
こしょう・・・・・・・・・・適量
オリーブ油・・・・・・・・・適量
ラディッシュ・・・・・・・・適量

作りかた 燻製網を使います
① 牛もも肉に塩・こしょう・オリーブ油をすりこみ、袋に入れる。
② 袋の中の空気を抜き、口を縛る。
③ キャセロールに②を燻製網の上に置き、側面段差まで水を加える。
④ アルミはくを巻いたキャセロールのふたをして、マルチグリルを設定し、点火する。
⑤ できあがった牛もも肉を袋のまま氷水でしばらく冷やす。
⑥ 冷やした牛もも肉を少量の油をひいたフライパンでさっと表面に焼き色をつける。
⑦ 器に盛り、お好みでラディッシュを添える。
岩塩やソースなどもお好みで盛り付けてください。
※ローストビーフは肉質・厚みの違いにより、火通りに差がでることがあります。

★上手に作るポイント★
置き位置　りんごのコンポート　蒸し鶏　ローストビーフ

☆中央に寄せて、置いてください。
端に置くと、加熱不足のおそれがあります。

燻製について

⚠警告

禁止

・**調理途中にマルチグリルとびらを開けない**
加熱不足が生じるおそれがあります。

禁止

・**燻製調理後の燻製チップをそのまま捨てない**
火災の原因になります。
キャセロールが冷めてから水をかけ、安全な状態にしてから捨ててください。

必ず守る

・**調理物や燻製チップが発火した場合は、すぐに消火する**
火災の原因になります。

必ず守る

・**燻製調理が終了したあとは、キャセロールにたまった脂類をよく洗浄して落とす**
脂類が残ったまま続けて調理すると、発火の原因になります。

⚠注意

禁止

・**燻製調理終了後のキャセロールは、冷めるまで触らない**
キャセロールが高温になっており、やけどの原因になります。

必ず守る

・**調理後にふたを外す場合は、必ずミトンや鍋つかみを使用する**
やけどの原因になります。

ご注意していただきたいこと

・液体や異なる調理物は燻製しないでください。調理がうまくできない原因になります。
・油は燻製しないでください。発火の原因になります。
・燻製調理の出来栄えは、燻製チップの種類や分量により異なります。
・食材は室温で約30分なじませてください。調理がうまくできない原因になります。
・キャセロールふたに接触するほどの大きい食材は、使用しないでください。熱されたふたに食材が接触し焦げることがあります。
・調理物の表面についた水分は酸味やえぐみを防止するためによくふき取ってください。
・調理物の水分や脂分が多い場合は色がつきにくくなります。
・調理物を風乾(風にさらして食材を乾燥させること)すると燻製の色がよりつきやすくなります。
・必ず燻製網を使用してください。食材をキャセロールに直接置かないでください。うまく仕上がらないことがあります。
・調理物を燻製網にのせる際は、重ならないようにしてください。
・シリコンコーティングされたアルミはくを敷く食材の場合、アルミはくと接する部分は色がつきにくくなります。
・プロセスチーズ(6P)は、種類や製造日により溶けることがあります。
・**燻製チップに関して**
　・燻製チップは1辺が約5mmのものを使用してください。
　　1辺が10mm以上のものは煙が出始めるまで時間がかかるため、色合いが薄くなることがあります。
　・ザラメ糖などを混ぜるとキャセロールにこびりつくため使用しないでください。
　・スモークウッドは使用できません。燻製チップを使用してください。
　・燻製チップの適量は15gです。（大さじ3強または1/4カップ）
　・燻製チップは前後をさけて中央よりに敷き詰めてください。

燻製モードの調理手順について

① 食材の準備

①食材の下準備をしてください。
<鶏卵(ゆで卵)、うずら卵(ゆで卵、水煮)、サラダチキン、手羽先(生)の場合>
・食材の表裏に適量の塩をふってください。

②食材を室温で約30分なじませてください。

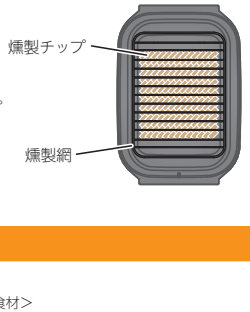
③食材表面の水分をキッチンペーパーなどでよくふき取ってください。

② 燻製チップと燻製網を準備する

<燻製チップのめやす量>
15g・・・大さじ3強もしくは1/4カップ

①燻製チップの準備
キャセロールの前後をさけて、中央よりになるべく平らに敷き詰めてください。

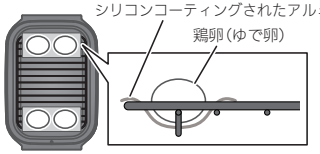
②燻製網の準備
<プロセスチーズ(6P)、鶏卵(ゆで卵)、うずら卵(ゆで卵、水煮)の場合>
・食材の下にシリコンコーティングされたアルミはくを敷いてください。
　食材の大きさに合わせてなるべく小さめに敷くと、燻煙がうまくまわり、
　色付きがよくなります。



③ 食材を燻製網にのせる

●**食材を燻製網にのせてください。**

<鶏卵(ゆで卵)の場合>



食材は燻製網前後のくぼみ部に置いてください。

<その他の食材>
例）ソーセージ

前後はあたたまりにくいので中央に寄せてください。

④ キャセロールふたを閉め、マルチグリルとびらをゆっくり閉める

・燻製チップが端に片寄らないように、マルチグリルとびらをゆっくり閉めてください。

⑤ 燻製調理を開始する

マルチグリル 調理モード（燻製）

・調理モード（燻製）を使う前に、「燻製について」13～14ページをお読みください。
・調理モード、加熱時間を設定してください。
設定のしかたは、機種により異なります。機器に付属の取扱説明書の マルチグリル を参照してください。

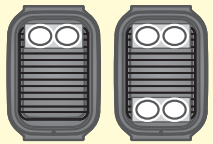
★上手に作るポイント★
☆燻製チップは、キャセロールの前後をさけて、中央よりになるべく平らに敷き詰めてください。

鶏卵（ゆで卵）、うずら卵（ゆで卵、水煮）

調理モード：燻製
加熱時間：11～17分

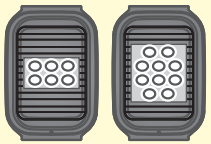
＜鶏卵の場合＞
エネルギー 82kcal／1個
鶏卵・・・2～4個
※Mサイズ（1個58～64g）
もしくはLサイズ（1個64～70g）
塩・・・・適量

置きかた



＜うずら卵の場合＞
エネルギー 16kcal／1個
うずら卵・・・6～10個
※1個9g程度
塩・・・・・・適量

置きかた



作りかた 燻製網を使います
① お好みのゆで加減のゆで卵をつくる。
② ①に適量の塩をまんべんなくふり、常温で30分置く。
③ キッチンペーパーなどで表面の水気をよくふき取る。
④ キャセロールに燻製チップを15g入れてから、燻製網をセットする。
⑤ シリコンコーティングされたアルミはくと食材を置きかたを参考に置く。
⑥ キャセロールのふたをし、マルチグリルを設定し、点火する。

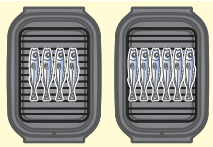
★上手に作るポイント★
☆食材の下に敷くアルミはくは、食材の大きさに合わせてなるべく小さめに敷くと、うまく仕上がります。

ししゃも（生）

エネルギー 30kcal／1尾
調理モード：燻製
加熱時間：14～17分

ししゃも（生）・・・4～6尾
※1尾18g程度
塩・・・・・・・・適量

置きかた

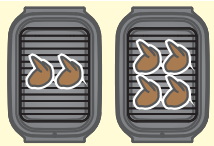


手羽先（生）

エネルギー 90kcal／1本
調理モード：燻製
加熱時間：14～20分

手羽先（生）・・・2～4本
※1本40g程度
塩・・・・・・・適量

置きかた　※皮目を上にする。



プロセスチーズ（6P）

エネルギー 61kcal／1個
調理モード：燻製
加熱時間：8～14分

プロセスチーズ（6P）・・・6個
※1個18g程度

置きかた

★上手に作るポイント★
☆食材の下に敷くアルミはくは、食材の大きさに合わせてなるべく小さめに敷くと、うまく仕上がります。

ソーセージ

エネルギー 96kcal／1本
調理モード：燻製
加熱時間：8～14分

ソーセージ・・・2～6本
※1本30g程度

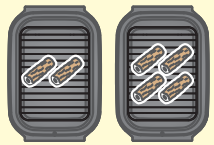
置きかた

ちくわ

エネルギー 36kcal／1本
調理モード：燻製
加熱時間：11～14分

ちくわ・・・2～4本
※1本30g程度

置きかた

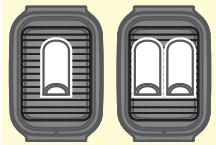


かまぼこ

エネルギー 86kcal／1本
調理モード：燻製
加熱時間：11～14分

かまぼこ・・・1～2本
※1本90g程度

置きかた



作りかた 燻製網を使います
① 食材を常温で30分置く。（ししゃもと手羽先は、適量の塩をまんべんなくふる）
② キッチンペーパーなどで表面の水気をよくふき取る。
③ キャセロールに燻製チップを15g入れてから、燻製網をセットする。
④ 食材を燻製網の上に置く。
プロセスチーズはシリコンコーティングされたアルミはくを敷き、アルミはくの上に置く。手羽先は皮目を上にして並べる。
⑤ キャセロールのふたをし、マルチグリルを設定し、点火する。

サラダチキン

エネルギー 119kcal／1個　調理モード：燻製　加熱時間：11～20分

サラダチキン・・・1個
※1個120g程度
塩・・・・・・・・適量

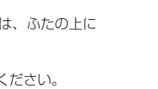
置きかた

作りかた 燻製網を使います
① サラダチキンに適量の塩をまんべんなくふり、常温で30分置く。
② キッチンペーパーなどで表面の水気をよくふき取る。
③ キャセロールに燻製チップを15g入れてから、燻製網をセットする。
④ サラダチキンを燻製網の上に置く。
⑤ キャセロールのふたをし、マルチグリルを設定し、点火する。

マルチグリル 調理モード(パン発酵焼き上げ)

・食材は加熱前の状態で、キャセロール側面段差(補足図参照)より1cm以上低くなるようにしてください。
・ふくらみ過ぎるとふたにあたって焦げたり、ふたが持ち上がりとびらが開かなくなることがあります。
・なるべく生地を平らにしてください。
・食材のむら・高さのむらにより、焼き色・ふくらみがばらつくことがあります。
・水分の多い食材を加熱すると消火する場合があります。
・底面の焼きつきが気になる場合は、クッキングシートを敷くと軽減します。クッキングシートは、ふたの上にはみ出さないようにしてください。
・調理モード、加熱時間を設定してください。
設定のしかたは、機種により異なります。機器に付属の取扱説明書の マルチグリル を参照してください。
・パン独特の風味を好まれる場合は、調理モード(パン)で調理されることをおすすめします。
掲載の写真は調理モード(パン)で調理した場合のできあがりです。

補足図



キャセロール断面図

ぷちプチパン

調理モード：パン発酵焼き上げ　加熱時間 49分

材料（8個分）

(A) 強力粉・・120g　砂糖・・・10g　塩・・・・2g
(B) 卵・・30g　水・・50g
スキムミルク・・・・・・・・・3g
インスタントドライイースト・・3g
バター(食塩不使用)・・・・・・15g
溶き卵・・・・・・・・・・・・適量

作りかた　☆パン生地の作りかたの詳細を18ページに記載しています。

① ボウルに(A)を合わせてふるい入れ、スキムミルク・インスタントドライイーストを加える。
② 常温にした(B)を合わせ、①に加えて手早く混ぜる。まとまれば、台の上に取り出してこねる。
③ 生地の表面がなめらかになれば、バターを加えてさらにこねる。
※こね始めはベタつき感がありますが、こね続けるとまとまってきます。合計で約20分こねます。
④ 生地を少し引っ張って薄い膜が張るようになれば、生地を8等分にして丸め、キャセロールに並べます。
⑤ 溶き卵を塗り、キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、点火する。
お好みで、生地にレーズンやローストして刻んだくるみを入れてください。

ぐるぐるシナモンロール

調理モード：パン発酵焼き上げ　加熱時間 52分

材料（10個分）

(A) 強力粉・・・・160g　薄力粉・・・・40g　砂糖・・・・・20g　塩・・・・・・3g
インスタントドライイースト・・4g
(B) 卵・・・・・・30g　水・・・・・・95g
バター(食塩不使用)・・・35g
(C) シナモンパウダー・・2g　グラニュー糖・・・・30g
溶き卵・・・・・・・・・・適量
(アイシング)
粉砂糖・・・・・・・・・30g
ラム酒または水・・・・約小さじ2

作りかた　☆パン生地の作りかたの詳細を18ページに記載しています。

① ボウルに(A)を合わせてふるい入れ、インスタントドライイーストを加える。
② 常温にした(B)を合わせ、①に加えて手早く混ぜる。まとまれば、台の上に取り出してこねる。
③ 生地の表面がなめらかになれば、バターを加えてさらにこねる。
※こね始めはベタつき感がありますが、こね続けるとまとまってきます。合計で約20分こねます。
④ 生地を少し引っ張って、薄い膜が張るようになれば、25×28cmの長方形にのばし、長辺を手前にして横長に置く。霧吹きで軽く表面全体に水を吹きかけ、(C)を混ぜ合わせたものを全体にふる。
⑤ 手前から巻いてしっかりと閉じ、30cmの長さにのばして10等分に包丁で切る。切り口が上になるようにキャセロールに並べる。
⑥ 溶き卵を塗り、キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、点火する。
⑦ 粉砂糖にラム酒または水を加えてアイシングを作り、焼き上がった⑥に絞る。(ラム酒または水の量でかたさを調整する。)

パン生地の作りかた

パン発酵焼き上げモードでのパン生地づくりは、材料を①混ぜる、②こねる、③分割、④成形、仕上げ、焼くという手順ですすめるのが基本です。
※計量は1g単位ではかれるはかりを使い、材料を準備するようにしてください。

①混ぜる

ボウルに粉・砂糖・塩などを入れ、手で混ぜ合わせます。
(インスタントドライイーストは、粉類を少し混ぜてから入れるとよいでしょう。)
次に水分を加え、手早く混ぜてひとまとめにします。
水分は、夏場は20～25℃、それ以外では30～40℃の牛乳や水を使います。

②こねる

生地の粘りを十分に出し、小麦粉中のグルテン(蛋白質)をしっかりつなげます。
こね始めの生地とこね終わりの生地は右の写真のように異なります。こね始めにはべたついてのびの悪い表面が、こね終わりにはグルテンがしっかりつながり、なめらかな表面になります。油脂を入れる場合は、こね始めてから5分位で数回に分けて入れます。こね終わりのようになるまでは15～20分です。

こね始め　こね終わり

③分割

生地を分けるときには、カード、スケッパー、ナイフなどで等分に切り分けます。
手でちぎるのは厳禁です。
切ったら切り口を下に巻き込むようにして丸めます。

④成形

生地を仕上がりの形に整えます。めん棒を使って生地をのばす時には、縦横に少しずつのばすようにしてください。
急にのばすと、生地が縮んだり傷んだりします。

◎材料の計量早見表

（単位：g）

材料＼計量器	小さじ1（5mL）	大さじ1（15mL）	カップ1（200mL）
薄力粉	3	8	100
強力粉	3	8	105
砂糖(上白糖)	3	9	110
グラニュー糖	4	13	170
ベーキングパウダー	3	10	－

材料＼計量器	小さじ1（5mL）	大さじ1（15mL）	カップ1（200mL）
インスタントドライイースト	2	－	－
牛乳・水	5	15	200
塩	5	15	210
バター・油	4	13	180

コンロ 焼サポートモード

・焼サポートモード、タイマーを設定してください。
設定のしかたは、機種により異なります。機器に付属の取扱説明書の焼サポートモードを参照してください。

ハンバーグ マスタードソース

タイマー：12分

材料（4人分）

玉ねぎ・・・・・・・・・1/2個
サラダ油・・・・・・・・適量

（A）
- 合いびき肉・・・・・300g
- ナツメグ(粉末)・・・少々
- 塩・・・・・・・・・小さじ1/2
- こしょう・・・・・・適量

（B）
- 生パン粉・・・・・・20g
- 牛乳・・・・・・・・大さじ2
- 卵・・・・・・・・・L1/2個

（C）
- 粒マスタード・・・・大さじ1
- とんかつソース・・・大さじ3
- ケチャップ・・・・・大さじ2

にんじん・・・・・・・・適量
いんげん・・・・・・・・適量

作りかた
① 玉ねぎはみじん切りにしてサラダ油で炒め、冷ます。
② （A）をよく混ぜる。①と（B）を加え、さらに粘りが出るまでよく練り混ぜる。
③ ②を4等分にして、厚さ1.5cm程度の小判型にし、中央をくぼませる。
④ コンロにフライパンをおいて点火し、焼サポートを設定し、タイマーを設定する。
⑤ 食材投入の報知が鳴れば、フライパンにサラダ油をなじませ、③を入れてモードキーを押す。
⑥ 裏返しの報知が鳴れば、食材を裏返し、ふたをしてモードキーを押す。
⑦ 消火すれば、器に盛りつけ、お好みで茹でたにんじん・いんげんを添える。
⑧ 鍋に（C）を入れて温め、ハンバーグにかける。

ぶりの塩焼き

タイマー：10分

材料（4人分）

ぶり(約80g)・・・4切
塩・・・・・・・・適量
サラダ油・・・・・適量
すだち・・・・・・適量

作りかた
① ぶりの両面に塩をふり、常温で30分置き、ペーパータオルで軽く押さえるように水気をふく。
② コンロにフライパンをおいて点火し、焼サポートを設定し、タイマーを設定する。
③ 食材投入の報知が鳴れば、フライパンにサラダ油をなじませ、①を入れてモードキーを押す。
④ 裏返しの報知が鳴れば、食材を裏返し、ふたをしてモードキーを押す。
⑤ 消火すれば、器に盛りつけ、お好みですだちを添える。

塩焼きチキン

タイマー：16分

材料（4人分）

鶏もも肉(約250g)・・・2枚
塩・・・・・・・・・・適量
こしょう・・・・・・・適量
サラダ油・・・適量
レタス・・・・適量
トマト・・・・適量

作りかた
① 鶏もも肉を半分に切り、フォークで数か所均等に穴を開け、両面に塩・こしょうをふる。
② コンロにフライパンをおいて点火し、焼サポートを設定し、タイマーを設定する。
③ 食材投入の報知が鳴れば、フライパンにサラダ油をなじませ、①を皮を下にして並べ、モードキーを押す。
④ 裏返しの報知が鳴れば、食材を裏返し、ふたをしてモードキーを押す。
⑤ 消火すれば、器に盛りつけ、お好みでレタス・トマトを添える。

お好み焼き

タイマー：12分

材料（2人分）

（A）
- だし汁・・・・・・・・・・100mL
- 薄力粉・・・・・・・・・・100g
- やまいも(すりおろし)・・・大さじ2
- 塩・・・・・・・・・・・・少々

（B）
- キャベツ(粗みじん切り)・・200g
- 青ネギ(小口切り)・・・・・10g
- 天かす・・・・・・・・・・20g

卵・・・・・・・・・L2個
サラダ油・・・・・適量
豚バラ肉・・・・・80g
お好みソース・・・適量
マヨネーズ・・・・適量
青のり・・・・・・適量
かつおぶし・・・・適量

作りかた
① （A）をよく混ぜる。
② （B）をボウルに盛り、その上に①と卵を割り入れ、スプーンで空気を含ませるようにまんべんなく混ぜる。
③ コンロにフライパンをおいて点火し、焼サポートを設定し、タイマーを設定する。
④ 食材投入の報知が鳴れば、フライパンにサラダ油をなじませ、生地を流し入れ、生地の上に豚バラ肉を並べ、モードキーを押す。
⑥ 裏返しの報知が鳴れば、食材を裏返し、ふたをしてモードキーを押す。
⑦ 消火すれば、器に盛りつけ、お好みでお好みソースとマヨネーズを塗り、青のり、かつおぶしなどをふりかける。

鮭のムニエル

タイマー：12分

材料（4人分）

生鮭(約80g)・・・4切
塩・・・・・・・・小さじ1/2
こしょう・・・・・適量
小麦粉・・・・・・適量
サラダ油・・・・大さじ1/2
バター・・・・・大さじ1/2
リーフレタス・・適量
ミニトマト・・・適量

作りかた
① 鮭の両面に塩・こしょうをふり、常温で5分置く。
② 余分な水分をペーパーでふき、小麦粉を全体にまぶし、余分な粉を手ではらう。
③ コンロにフライパンをおいて点火し、焼サポートを設定し、タイマーを設定する。
④ 食材投入の報知が鳴れば、フライパンにサラダ油とバターをなじませ、②を入れてモードキーを押す。
⑤ 裏返しの報知が鳴れば、食材を裏返し、ふたをしてモードキーを押す。
⑥ 消火すれば、器に盛りつけ、お好みでリーフレタス・ミニトマトを添える。

ポークソテー

タイマー：10分

材料（4人分）

豚ロース肉(約100g)・・・4枚
塩・・・・・・・・・・・適量
こしょう・・・・・・・・適量
小麦粉・・・・・適量
サラダ油・・・・適量
ベビーリーフ・・適量
ミニトマト・・・適量

作りかた
① 豚ロース肉をたたきのばし、油と赤身の間の筋に数本切り目を入れ、手で元の大きさに戻し、塩、こしょうをふり、小麦粉を全体にまぶし、余分な粉を手ではらう。
② コンロにフライパンをおいて点火し、焼サポートを設定し、タイマーを設定する。
③ 食材投入の報知が鳴れば、フライパンにサラダ油をなじませ、①を入れてモードキーを押す。
④ 裏返しの報知が鳴れば、食材を裏返し、ふたをしてモードキーを押す。
⑤ 消火すれば、器に盛りつけ、お好みでベビーリーフ・ミニトマトを添える。

フレンチトースト

タイマー：6分

材料（1人分）

食パン（6枚切）・・・1枚
（A）卵・・・・・・・L1/2個
（A）牛乳・・・・・・50mL
（A）砂糖・・・・・・大さじ1/2
バター・・・・・・・5g
いちご・・・・・・・適量
キウイ・・・・・・・適量
ぶどう・・・・・・・適量

作りかた

① Aを混ぜ合わせ、食パンを液がなくなるまでひたす。
② コンロにフライパンをおいて点火し、焼サポートを設定し、タイマーを設定する。
③ 食材投入の報知が鳴れば、フライパンにバターを溶かし、①を入れてモードキーを押す。
④ 裏返しの報知が鳴れば、食材を裏返し、ふたをしてモードキーを押す。
⑤ 消火すれば、器に盛りつけ、お好みでいちご・キウイ・ぶどうを添える。

ホットケーキ

タイマー：4分

材料（3人分）

（A）薄力粉・・・・・・・・・150g
（A）ベーキングパウダー・・・小さじ2
（A）砂糖・・・・・・・・・・40g
卵・・・・・・・・・・・・・L1個
牛乳・・・・・・・・・・・・130mL
いちご・・・・・・・・・・・適量
ミント・・・・・・・・・・・適量
バター・・・・・・・・・・・適量
メープルシロップ・・・・・・適量

作りかた

① ボウルにAをふるい入れ、泡立て器で混ぜる。
② 別のボウルに卵を割りほぐし、牛乳を加えて混ぜる。
③ ①のボウルに②を加え、泡立て器で粉っぽさがなくなるまで混ぜ、生地を作る。
④ コンロにフライパンをおいて点火し、焼サポートを設定し、タイマーを設定する。
⑤ 食材投入の報知が鳴れば、フライパンに1/3量の生地を、上から中心に丸い形になるように落とし、モードキーを押す。
⑥ 裏返しの報知が鳴れば、食材を裏返し、ふたをしてモードキーを押す。
⑦ 消火すれば、器に盛りつけ、お好みでいちご・ミントを添えて、バター・メープルシロップをかける。

コンロ 煮るオートモード

・食材は大きさをそろえて切り、できるだけ平らに並べ、しっかり調味液につかるようにしてください。
・火が通る時間が近い食材を合わせて加熱してください。
・煮ものなどを下準備し長時間冷蔵した場合は、常温にもどしてから調理してください。
・煮るオートモードを設定してください。
設定のしかたは、機種により異なります。機器に付属の取扱説明書の煮るオートモードを参照してください。
・さらに煮こみたい場合は、火加減を調節して煮るオートモードを使わずに調理してください。

ほくほく肉じゃが

自動調理時間 24～45分

材料（4人分）

じゃがいも・・・・・3個
玉ねぎ・・・・・・・1個
にんじん・・・・・・1/2本
さやいんげん・・・・8本
牛バラ肉（薄切り）・・150g
だし汁・・・350mL
（A）砂糖・・・・大さじ3
（A）酒・・・・・大さじ1
（A）みりん・・・大さじ2
（A）しょうゆ・・大さじ3

☆2人分で作るときは、具材料：1/2、だし汁：250mL、（A）：1/2
☆6人分で作るときは、具材料：1•1/2、だし汁：500mL、（A）：1•1/2

作りかた

① じゃがいもは皮をむき、ひと口大に切り、水にさらす。玉ねぎはくし形に切る。
② にんじんは皮をむき、1cm厚の輪切りにする。大きいものは半月に切る。
さやいんげんは長さを3等分に切る。牛バラ肉は3cm幅に切る。
③ 鍋に①と②のにんじんを入れ、その上に②の牛バラ肉を広げ、②のさやいんげんを入れ、だし汁・（A）を加えて、アルミはくで落としぶたをする。
点火し、煮るオートを設定する。
④ できあがったら全体をかき混ぜ、なじませる。

カレー

自動調理時間 24～45分

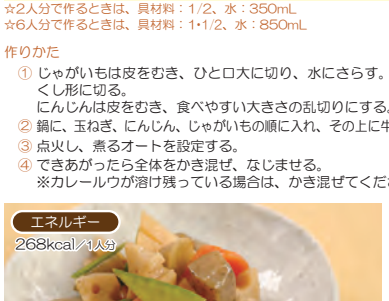
材料（4人分）

じゃがいも（約150g）・・1個
玉ねぎ（約200g）・・・・1・1/2個
にんじん（約200g）・・・1/2本
牛肉（カレー用）・・・180g
カレールウ・・・・・4人分
水・・・・・・・・・650mL

☆2人分で作るときは、具材料：1/2、水：350mL
☆6人分で作るときは、具材料：1•1/2、水：850mL

作りかた

① じゃがいもは皮をむき、ひと口大に切り、水にさらす。玉ねぎはくし形に切る。
にんじんは皮をむき、食べやすい大きさの乱切りにする。
② 鍋に、玉ねぎ、にんじん、じゃがいもの順に入れ、その上に牛肉、水を入れ、具材が水の中に入るよう平らにし、カレールウを上にのせる。
③ 点火し、煮るオートを設定する。
④ できあがったら全体をかき混ぜ、なじませる。
※カレールウが溶け残っている場合は、かき混ぜてください。



筑前煮

自動調理時間 24～45分

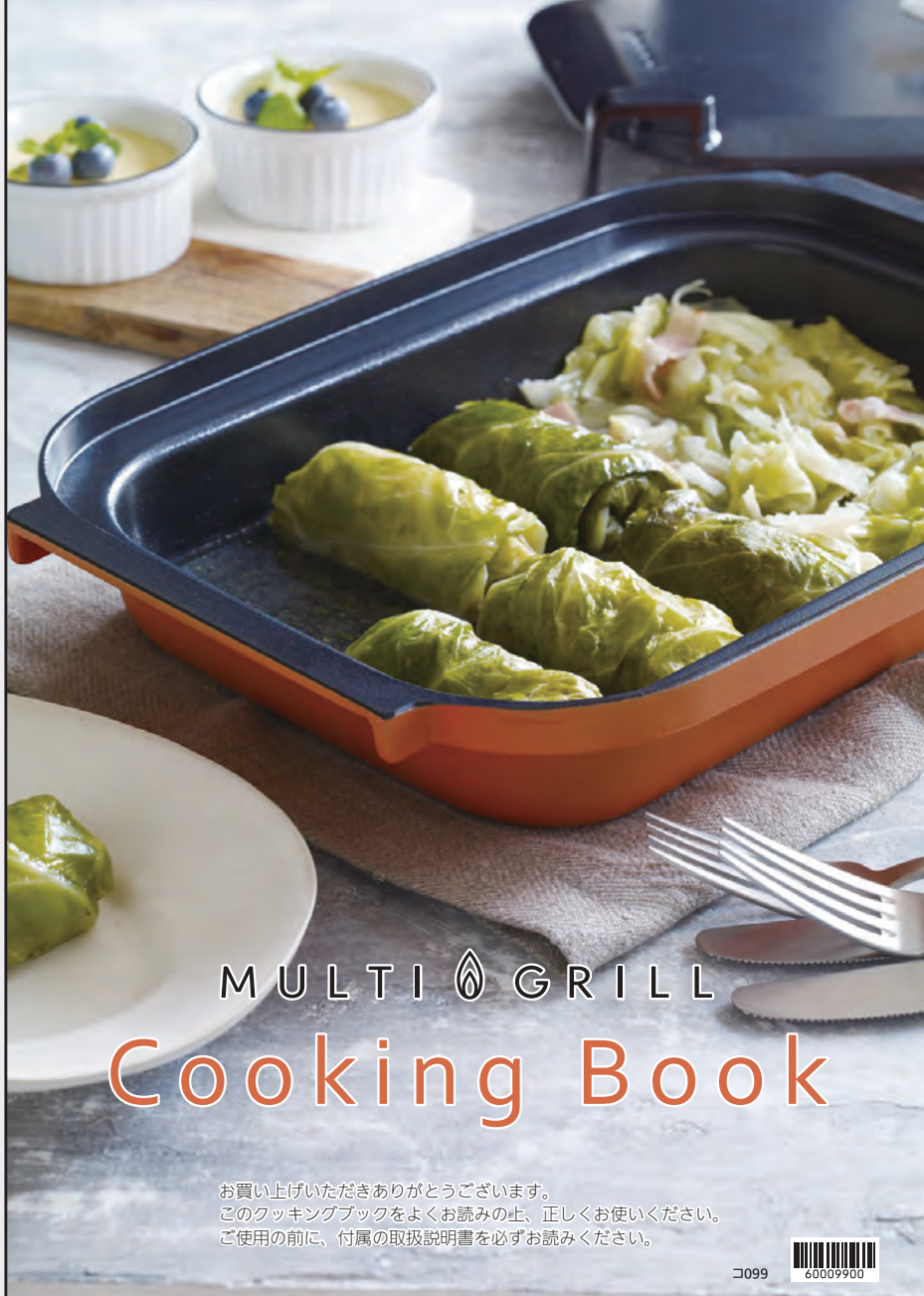
材料（4人分）

鶏もも肉・・・・・200g
ごぼう・・・・・・1/2本
れんこん・・・・・1/3節
にんじん・・・・・2/3本
たけのこ（水煮）・・100g
絹さや・・・・・・6枚
こんにゃく・・・・1/2枚
だし汁・・・300mL
（A）酒・・・・・大さじ2
（A）砂糖・・・・大さじ2
（A）しょうゆ・・大さじ3
（A）みりん・・・大さじ3

☆2人分で作るときは、具材料：1/2、だし汁：200mL、（A）：1/2
☆6人分で作るときは、具材料：1•1/2、だし汁：450mL、（A）：1•1/2

作りかた

① 鶏もも肉は一口大に切る。ごぼう・れんこん・にんじん・たけのこは乱切りにする。
② 絹さやは筋を取り、斜めに切る。
③ こんにゃくはスプーンでちぎり、熱湯でさっとゆで、くさみを取る。
④ 鍋にだし汁・（A）を入れて混ぜ合わせ、①・③を加える。アルミはくで落としぶたをする。
点火し、煮るオートを設定する。
⑤ タイマー終了5分前に②を入れる。
⑥ できあがったら全体をかき混ぜ、なじませる。



MULTI GRILL
Cooking Book

お買い上げいただきありがとうございます。
このクッキングブックをよくお読みの上、正しくお使いください。
ご使用の前に、付属の取扱説明書を必ずお読みください。

コ099
60009900

マルチグリルを お使いいただくにあたって

※ご使用の前に、機器に付属の取扱説明書をよく読んでお使いください。

マルチグリルについて

◎マルチグリル排気口の上に、ふきんやタオル、アルミはくなどをのせたり、ふさがない

◎マルチグリル排気口の周りには、ものを置かない
火災や不完全燃焼の原因になります。

◎マルチグリル使用前はマルチグリル庫内を点検する
マルチグリル庫内に食品くずやふきんなどがあると、使用中に燃えることがあります。
また、マルチグリルとびらに調理物をはさみこんだまま使用しないでください。

◎マルチグリル専用容器およびレシピに記載の補助具(バットやココットなど)以外は使用しない
マルチグリル専用容器およびレシピに記載の補助具(バットやココットなど)以外を使用すると、火災や不完全燃焼の原因になります。

◎マルチグリルで揚げもの調理をしない
油が過熱され、発火のおそれがあります。

使用時について

◎調理物は、マルチグリル専用容器からはみ出さないようにする
機器の故障や発火の原因になります。

◎脂が出る料理には、プレートパンの上にアルミはくを敷かない
アルミはくの上に脂がたまり、発火する原因になります。
※鶏肉や脂がのったさんまなどは、脂が多く出ます。
また、マルチグリルバーナーの炎口がつまり、燃焼不良、途中消火の原因になります。

◎プレートパンに水などを入れて使用しない
マルチグリル機能が正しくはたらかず、燃焼不良の原因になります。
また、水などが高温になり、こぼすとやけどの原因になります。
※水分の多い食材を加熱すると消火する場合があります。

使用中は

◎調理物を焼きすぎない
調理物に火がつき、マルチグリル排気口から炎が出ることがあり、火災の原因になります。
マルチグリル庫内で調理物が燃えたり、たまった脂に引火した場合は、すぐに消火する。

◎調理物が発火した場合は、すぐに使用をやめる
①消火する。
②炎が消えるまでマルチグリルとびらを開けない。
③消火後、お買い上げの販売店に点検を依頼する。

◎とびらの開閉はゆっくり行う
調理物の水分、油分がこぼれ、やけどや機器の故障の原因になります。

使用後は

◎使用直後にプレートパンから調理物を出し入れする場合は、マルチグリルとびらやプレート支持台は取り外さない
また、プレートパンにミトンや鍋つかみで手を添えたり、プレートパンをつかんで取り外さない
プレートパン、マルチグリルとびらなどが高温になっており、やけどの原因になります。

◎プレートパンを持ち運びするときは、冷めてから持ち運ぶ
使用中や使用直後は、プレートパンは高温になっています。
また、たまった脂などが高温になっており、やけどの原因になります。

◎キャセロールを持ち運びするときは、必ずミトンや鍋つかみを使用する
キャセロールが高温になっており、やけどの原因になります。
また、高温の調理物などがこぼれないように注意してください。

ミトンや鍋つかみを使用しても熱く感じる場合は、乾いたふきんなどを使ってキャセロールを持ち運びしてください。
(ぬれぶきんは使用しないでください。やけどの原因になります。)

マルチグリル専用容器について

◎プレートパンはマルチグリル以外では使用しない
機器の故障の原因や、温度センサーが正常にはたらかず、発火のおそれがあります。

◎キャセロールは必ず正しくふたをセットして調理する
プレート検知機能がはたらき、点火しません。また、やけどや機器の故障の原因になります。

◎マルチグリル専用容器は、使用中および使用直後は高温になるため、取り扱いに注意する
持ち手、ふたなどが高温になっており、やけどの原因になります。

◎調理終了後、マルチグリル専用容器が高温の状態で水などに入れて急冷しない
変形などの原因になります。

◎マルチグリル専用容器は汚れが残ったまま使用しない
汚れがとれにくくなったり、塗装のはく離、脂汚れによる発火や食材がくっつく原因になります。
使用の都度、お手入れしてください。

本ページの『プレートパン』は、波型プレートパンも含み、説明しています。

CONTENTS

マルチグリル専用容器について・・・・・・・・・2
各モードのめやす・・・・・・・・・・・・・・・3
調理のポイント・・・・・・・・・・・・・・・・6

オートメニュー

鶏もも
塩焼きチキン・・・・・・・・・・7
塩ダレチキン
照り焼きチキン

ごはん
ごはん・・・・・・・・・・・・8
鶏五目ごはん

調理モード

焼く
ハンバーグステーキマスタードソース・9
ミートローフ・・・・・・・・・・・10
スペアリブBBQ風焼き野菜添え
ローストビーフバルサミコソース・・11
ピッツァマルゲリータ
肉巻きおにぎり・・・・・・・・・・12
シーフードマカロニグラタン
牛肉のごまみそロール・・・・・・・13
鶏の甘辛風味丼
フレンチトースト・・・・・・・・・14
ごろごろジャーマンポテト
焼き野菜のホットサラダ・・・・・・15
角もちい～ろいろ
あじの開き・・・・・・・・・・・16
焼き枝豆
焼きはまぐり

あたためる
かき揚げ、から揚げ、コロッケ、
今川焼き、焼き鳥(塩)、
魚姿焼き、魚切身、うなぎの蒲焼、
餃子、味付き魚(ぶりの照り焼きなど)・17

ノンフライ
ヘルシーロールカツ・・・・・・・・18
イタリアンカツレツ
サクサクえびフライ・・・・・・・・19
鶏の竜田揚げ
スティック春巻き・・・・・・・・・20
えびクリームコロッケ
変わり揚げ出し豆腐・・・・・・・・21
簡単ライスコロッケ
サーモンのチーズフライ・・・・・・22
クリスピーチキン
フライドポテト・・・・・・・・・・23

煮る
アクアパッツァ・・・・・・・・・24
ほくほく肉じゃが
とろーりチーズのロールキャベツ・・25
あったかポトフ
たっぷり野菜のトマトソースペンネ・26
きのこたっぷりリゾット
筑前煮・・・・・・・・・・・・・27
かれいの煮付け

蒸す
ミニあんかけ茶碗蒸し・・・・・・28
洋風茶碗蒸し
かぶら蒸しのかにあんかけ・・・・・29
白身魚の昆布蒸し
えびの花シュウマイ・・・・・・・30
栗蒸しようかん
なめらかプリン・・・・・・・・・31
抹茶の蒸しパン

パン
ぶちブチパン・・・・・・・・・・32
フォカッチャ
ぐるぐるシナモンロール・・・・・・33
くるみのブラウニー
ココアのきらきらクッキー・・・・・34
スティックチーズケーキ
スノーボールクッキー・・・・・・35
いちごのデコレーションケーキ
パン生地の作りかた・・・・・・・36

調理がうまくできないときは・・・・・・・・・37

マルチグリル専用容器について

※機種によって付属されているマルチグリル専用容器および、使用できるメニュー、モードが異なります。
　また、調理物の種類や大きさ、メニュー、モードにより使用する専用容器や火加減が異なります。
　詳しくは、機器に付属の取扱説明書の「マルチグリルで調理」にて使用可能なメニュー、モードをご確認ください。
※専用容器により対応のメニュー、モードが異なります。アイコンに合わせて使用してください。

マルチグリル専用容器			特長
プレートパン			魚焼きからノンフライヘルシー調理まで自由自在！ さらに、お手入れもかんたんキレイ♪
キャセロール			煮ものからパンまで幅広い調理がこれ1つで！ 料理ができたら、容器ごと食卓へ♪
波型プレートパン			波型形状で、脂切れUP！ 食材の余分な脂が落ちてヘルシーに♪ ※使用する前に機器側での設定が必要です。 詳しくは、機器に付属の取扱説明書をご確認ください。

※汚れたままにすると汚れがこびり付き、取れにくくなりますので、使用の都度お手入れしてください。
　詳しくは、機器に付属の取扱説明書をご確認ください。

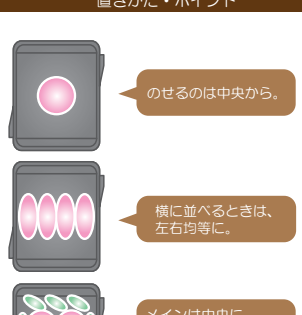
各モードのめやす

オートメニューのめやすについては、機器に付属の取扱説明書をご確認ください。

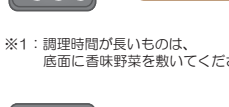
調理モード（焼く）：調理物の種類と火加減・加熱時間のめやす

メニュー/モード	火加減 強	火加減 中	火加減 弱
焼く	焼きイカ 2はい（約200g／はい） 約5分 約7分	さんま開き 1～2枚（約100g／枚） 9～10分 11～12分	ししゃも 5～10尾 8～10分 10～12分
	ほっけ開き 1～2枚（200g／枚 以上） 12～13分	ほっけ開き 1～2枚（200g／枚 未満） 12～13分	スペアリブ 4本（長さ10cm程度） 約20分＋余熱5分
	厚揚げ 6個（合計480g） 10～13分	干しかれい 1～2枚（約120g／枚） 12～13分 14～16分	
	ウィンナー 12本（合計180g） 4～6分	ハンバーグ 4個（合計480g） 12～14分	
	モーニングセット 食パン 1～2枚 ウィンナー 4本 約4分	焼き鳥 6本（合計360g） 8～10分 10～13分	
		焼きおにぎり 6個（合計480g） 10～12分	
		あじの開き 1～2枚（約100g／枚） 8～10分 10～12分	
焼く	焼きはまぐり 8個 約9分	フレンチトースト バケット2cm厚10枚 約9分	ローストビーフ※1 4cm厚（約400g） 約20分＋余熱5分
	もち 角もち6個 約9分	スイートポテト 6個（合計300g） 約8分	ローストポーク※1 3cm厚2枚（約200g／枚） 約20分＋余熱10分
	グラタン 2人分 約10分		ミートローフ 高さ4cm（約500g） 約20分＋余熱10分
	ピザ 1枚（18cm） 約12分		

置きかた・ポイント



※1：調理時間が長いものは、
　底面に香味野菜を敷いてください。



※記載の時間はめやすです。材料の大きさやお好みによって調節してください。
※少量の食材の場合は、焼き時間を短めにし、様子を見ながら調理してください。
　周りに付け合わせを置いて調理するとよいでしょう。
※プレートパンに容器をのせて使用する際には、直火対応の耐熱容器を使用してください。
※波型プレートパンでの裏面の焼き上がりは、縞状になります。

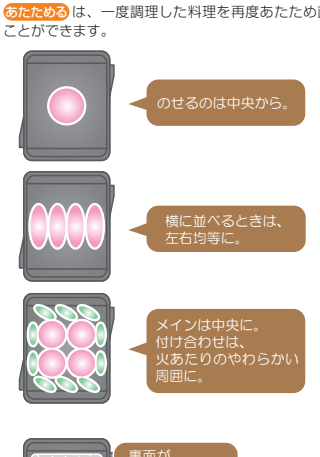
各モードのめやす(続き)

調理モード(あたためる・ノンフライ):調理物の種類と火加減・加熱時間のめやす

メニュー/モード	火加減 強	火加減 中	火加減 弱
あたためる	コロッケ 6個 約7分	から揚げ 12個 約7分	うなぎの蒲焼 1尾 約6分
	かき揚げ 4個 約5分	焼き鳥(塩) 6本 約7分	餃子 10個 約4分
			今川焼き 3個 約6分
			焼き鳥(タレ) 6本 約7分
ノンフライ	フライドポテト(冷凍) 約300g 10〜13分	カツレツ 豚ロース 2枚(100g/枚) 約13分	クリームコロッケ 俵型8個 約11分
		エビフライ 大 12尾 約8分	
		鶏の竜田揚げ 12切(360g) 約13分	
		魚のフライ 3枚おろし2尾 約10分	
		魚のフライ 切身8切(320g) 約12分	

置きかた・ポイント

・あたためる は、一度調理した料理を再度あたため直すことができます。



※記載の時間はめやすです。材料の大きさやお好みによって調節してください。

調理モード(煮る・蒸す・パン):調理物の種類と火加減・加熱時間のめやす

メニュー/モード	火加減 設定なし		
煮る	肉じゃが 4人分 約30分	筑前煮 4人分 約25分	かれいの煮付け 切身4切 約15分
	ロールキャベツ 4人分 約30分		
蒸す	茶碗蒸し ココット6個分 (ココット内寸 直径6.5cm × 高さ3cm) 約5分 +余熱 約4分	プリン ココット4個分 (ココット内寸 直径7.5cm × 高さ3.5cm) 約5分 +余熱 7〜8分	蒸しパン 角型 1台分 (16cm角 高さ4cm以下) 約18分
パン	フォカッチャ キャセロール 1台分 (24cm×17cm) 約15分	ブラウニー キャセロール 1台分 (24cm×17cm) 約17分	焼きいも 直径4cm 2〜6本 35〜40分 +余熱 5分
	パン 8個分 約13分	クッキー 10枚 約14分	チーズケーキ 角型 1台分 (16cm角 高さ4cm以下) 約23分
	シートスポンジ キャセロール 1台分 (24cm×17cm) 約12分		

置きかた・ポイント

・煮ものは、落としぶたをすることで火通りが良くなります。

・前後に火通りが良い食材を入れることで、火通りのムラが少なくなります。

※記載の時間はめやすです。材料の大きさやお好みによって調節してください。
※『煮る』、『蒸す』、『パン』は火加減設定が不要です。

調理のポイント

生焼け防止のために

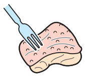
冷凍の肉・魚	しっかりと解凍してください。
生魚	水洗いしたあと、水気をよくふき取ってください。
冷蔵の肉・魚	常温でしばらく置いてください。

焦げ防止のために

みそ(かす)漬け	みそ(かす)をよくふき取ってください。

庫内発火防止のために

脂の多い食材	鶏肉などはフォークなどで皮に穴を開け、皮を上にして焼いてください。



プレートパンで食材を焼くときのポイント

※波型プレートパンも含みます。

- 脂が少ない食材(とくに鮭、あじ、かれいなど)を焼くときは、プレートパンにサラダ油を塗ってください。
  ひと手間かけることで、食材がプレートパンにくっつきにくくなります。

①サラダ油を小さじ1～2杯(5cc～10cc)入れる。

②キッチンペーパーなどで薄くのばす。

魚の塩焼き

- 身崩れ防止のため、魚の重量の2%程度の塩を、身の厚いところには厚く、薄いところには薄くつけて、身をしめてください。
- さばやいわしなど脂肪分の多い背の青い魚は、多めに塩をして、置き時間は長めにしてください。
- 白身魚は、少なめに塩をして、置き時間は短めにしてください。
- 川魚、いか、えび、貝などは、焼く直前に塩をふってください。

魚の姿焼き

- 切り目を入れると、火の通りがよくなり、皮が破れることによる脂の飛び散りも少なくすることができます。

煮もの調理

- 食材は大きさをそろえて切ってください。
- 火が通る時間が近い食材を合わせて加熱してください。
- 食材はできるだけ平らに並べてください。
- 食材はしっかり調味液につかるように配置してください。
- できあがりに少し混ぜると、味がなじみやすくなります。
- 煮ものなどを下準備し、長時間冷蔵した場合は、常温にもどしてから調理してください。

蒸し調理

- キャセロールに入れる蒸し調理用水は加熱時間15分に対し、200mL以上をめやすに調節してください。
- 水の量が少ないと消火する場合があります。

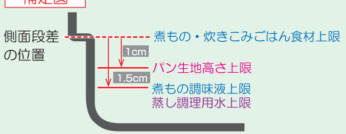
ふきこぼれ防止のために

- 煮もの調理時、食材の量はキャセロール側面段差(補足図参照)より低くしてください。
  また、調味液は側面段差より1.5cm以上低くしてください。
- 蒸し調理時、水の量はキャセロール側面段差(補足図参照)より1.5cm以上低くしてください。

パン調理

- 食材は加熱前の状態で、キャセロール側面段差(補足図参照)より1cm以上低くなるようにしてください。
- ふくらみ過ぎるとふたにあたって焦げることがあります。
- ふくらみ過ぎるとふたが持ち上がり、とびらが開かなくなることがあります。
- なるべく生地を平らにしてください。
- 食材のムラ・高さのムラにより、焼き色・ふくらみがばらつくことがあります。
- 水分の多い食材を加熱すると消火する場合があります。

補足図



キャセロール断面図

レシピの材料表記について

- 材料がとくに少量の場合は「少々」、好みの分量の場合は「適量」と表示しています。
- 卵はＬサイズを使用しています。

オートメニュー(鶏もも)

- オートメニュー、火加減を設定してください。自動調理時間は自動で加熱する時間のめやすです。
  設定のしかたは、機種により異なります。機器に付属の取扱説明書の マルチグリル を参照してください。
- 連続して調理するときなどで庫内温度が高い場合は、オートメニューを受け付けない場合があります。
  しばらく(約5～10分)待ってから使用してください。

シンプルな味付けでお肉の旨味をひきだすレシピ！

塩焼きチキン

オートメニュー：鶏もも
火加減：強

自動調理時間 11～18分
自動調理時間 13～20分

材料(2枚分)

- 鶏もも肉(約250ｇ)・・・・2枚
- 塩・・・・・・・・・・・・・・適量
- こしょう・・・・・・・・・・・適量

作りかた

① 鶏もも肉の皮目にフォークで数カ所均等に穴を開ける。
② 両面に塩・こしょうをふり常温で30分置く。
③ ②は皮目を上にしてプレートパンに並べ、マルチグリルを設定し、焼く。

白ご飯にもよくあいます！

塩ダレチキン

オートメニュー：鶏もも
火加減：中

自動調理時間 11～17分
自動調理時間 12～18分

材料(2枚分)

- 鶏もも肉(約250ｇ)・・・・・2枚
- (A)
  - にんにく(すりおろし)・・小さじ1
  - ごま油・・・・・・・・・・大さじ4
  - 酒・・・・・・・・・・・・・大さじ2
  - 塩・・・・・・・・・・・・・小さじ1
  - レモン汁・・・・・・・・・小さじ2

作りかた

① 鶏もも肉の皮目にフォークで数カ所均等に穴を開ける。
② (A)を袋に入れてよく混ぜる。
③ ②に①を入れてもみ込み常温で30分ほど漬けておく。
④ ③は皮目を上にしてプレートパンに並べ、マルチグリルを設定し、焼く。
※表面のタレを十分にふき取ってください。

海外でもすっかり定番の照り焼きチキン。

照り焼きチキン

オートメニュー：鶏もも
火加減：弱

自動調理時間 10～20分
自動調理時間 11～20分

材料(2枚分)

- 鶏もも肉(約250ｇ)・・・・2枚
- (A)
  - 砂糖・・・・・・・・・・大さじ4
  - しょうゆ・・・・・・・・大さじ5
  - 酒・・・・・・・・・・・・大さじ4
  - みりん・・・・・・・・・大さじ4

作りかた

① 鶏もも肉の皮目にフォークで数カ所均等に穴を開ける。
② (A)を袋に入れてよく混ぜる。
③ ②に①を入れてもみ込み常温で30分ほど漬けておく。
④ ③は皮目を上にしてプレートパンに並べ、マルチグリルを設定し、焼く。
※表面のタレを十分にふき取ってください。

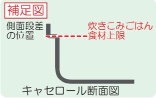
★上手に作るポイント★

置き位置

☆骨つきもも肉は、オートメニューではうまく焼けない場合があります。
調理モード「焼く」を設定し、焼き加減を確認しながら、焼き足してください。

オートメニュー(ごはん)

・炊きこみごはん調理時、水分の多い食材を入れると、ふきこぼれる場合があります。
　また、食材の量はキャセロール側面段差(補足図参照)より低くしてください。
・オートメニューを設定してください。自動調理時間は自動で加熱する時間のめやすです。
　設定のしかたは、機種により異なります。機器に付属の取扱説明書の マルチグリル を参照してください。
・＊印は、機能を搭載していない機種があります。



手軽にマルチグリルで炊き上げるつやつやごはん！

ごはん

オートメニュー： ごはん / もっちりごはん＊
火加減： 不要

自動調理時間
ごはん：26〜35分
もっちりごはん：31〜40分

エネルギー
252kcal／1人分

※もっちりごはんモードは、もちもちとした食感になります。

材料(3合(6人分))

白米・・・3合
水・・・・700mL

作りかた

① 白米を洗いザルに取り、しっかりと水気を切り、キャセロールに入れて水を加え、30分以上浸す。
② マルチグリルを設定し、炊く。

お米と水の量のめやす

お米の量	水の量
1.5合(225g)(270mL)	約400mL
2.0合(300g)(360mL)	約500mL
2.5合(375g)(450mL)	約600mL
3.0合(450g)(540mL)	約700mL

下準備については、機器に付属の取扱説明書の「炊飯の準備」を参照してください。
※水の量が多すぎるとふきこぼれる場合があります。

具を変えるとまた違うメニューに、
簡単便利な炊きこみごはん♪

鶏五目ごはん

オートメニュー： 炊きこみごはん＊
☆ ごはん でも炊きこみごはんができます！
約1割増しの水の量で調理してください。
火加減： 不要

自動調理時間
27〜39分

材料(3合(6人分))

白米・・・・・・・・3合
水・・・・・・・・・700mL
鶏もも肉・・・・・100g
(A) 酒・・・・・・・小さじ1
(A) しょうゆ・・・小さじ1
油揚げ・・・・・・1枚(30g)
しめじ・・・・・・1パック(100g)
にんじん・・・・・3cm(30g)
ごぼう・・・・・・1/3本(50g)
粉末だし・・・・・小さじ1
(B) 酒・・・・・・・大さじ2・1/2
(B) しょうゆ・・・大さじ2
(B) 塩・・・・・・・小さじ1/3

作りかた

① 白米を洗いザルに取り、しっかりと水気を切り、キャセロールに入れて水を加え、30分以上浸す。
② 鶏もも肉は2cm角に切り、(A)をもみ込み下味をつける。
　油揚げは熱湯をかけて油抜きをし、縦半分に切ってから5mm幅に切る。
③ しめじは根元を切って小房に分け、 にんじんは短冊切りにする。
　ごぼうはささがきにし、5分ほど水にさらして水気をきる。
④ ボウルに②・③を入れ、粉末だし・(B)を混ぜて10分置く。
⑤ 白米の上に、④を入れ、マルチグリルを設定し、炊く。

★上手に作るポイント★

☆炊きこみごはんを作る場合
・無洗米は精米に比べ、焦げつきがきつくなる場合があります。
・お米に水分を吸収させるため、調味料などは炊く直前に入れてください。
・具はお米の上に均等にのせ、お米と混ぜないでください。
・具の大きさが小さいほうが上手に炊きあがります。

調理モード(焼く)

・焼き足したい場合は、同じモードで短めにタイマーを設定し、様子を見ながら加熱してください。
・調理モード、火加減、加熱時間を設定してください。
　設定のしかたは、機種により異なります。機器に付属の取扱説明書の マルチグリル を参照してください。

付け合せも一緒に調理で簡単スピーディー。

ハンバーグステーキ マスタードソース

調理モード： 焼く
火加減： 中

加熱時間 12〜14分
加熱時間 12〜14分

材料(4人分)

玉ねぎ・・・・・・・・・・1/2個
サラダ油・・・・・・・・・適量
牛ひき肉・・・・・・・・・200g
豚ひき肉・・・・・・・・・100g
ナツメグ(粉末)・・・・・少々
(A) 生パン粉・・・・・・・20g
(A) 牛乳・・・・・・・・・大さじ2
(A) 卵・・・・・・・・・・L1/2個
かぼちゃ・・・・・・・・1/16個
パプリカ(赤)・・・・・・1/2個
(B) 粒マスタード・・・・大さじ1
(B) とんかつソース・・・大さじ3
(B) ケチャップ・・・・・大さじ2
塩・・・・・・・・・・・・適量
こしょう・・・・・・・・適量
オリーブ油・・・・・・・適量
クレソン・・・・・・・・4本

作りかた

① 玉ねぎはみじん切りにしてサラダ油で炒め、冷ます。
② 牛ひき肉と豚ひき肉にナツメグ・塩・こしょう・①・(A)を加えて粘りが出るまでよく練り混ぜる。4つに分けて厚めの小判型にする。
③ かぼちゃは5mm厚さのくし形に、パプリカは8等分に切って、塩・こしょう・オリーブ油をからめる。
④ プレートパンの中央に②を並べ、あいたスペースに③を置き、マルチグリルを設定し、焼く。
⑤ 鍋に(B)を入れて温める。
⑥ ④を盛り付け、⑤をかけ、クレソンを添える。

★上手に作るポイント★

置き位置

④ 4人分にする場合

④ 2人分にする場合

☆野菜はプレートパンの手前に置いてください。
☆2人分を調理する場合は、あいたスペースを活用してホイル焼きなどもう1品作れます。

切り口がきれいなミートローフはパーティ向き！

ミートローフ

調理モード：焼く
火加減：弱
加熱時間 約20分 ＋ 余熱時間 約10分

材料（4人分）

玉ねぎ	1/2個	じゃがいも	3個
牛ひき肉	200g	塩	適量
豚ひき肉	100g	こしょう	適量
ナツメグ（粉末）	少々	サラダ油	適量
(A) 生パン粉	20g	(B) 粒マスタード	大さじ1
(A) 牛乳	大さじ2	(B) とんかつソース	大さじ3
(A) 卵	L1/2個	(B) ケチャップ	大さじ2
プロセスチーズ	50g	クレソン	4本
ヤングコーン	4本	ミニトマト	8個
グリーンアスパラガス	2本		
にんじん	1/2〜1本		

作りかた

① 玉ねぎはみじん切りにしてサラダ油で炒め、冷ます。
② 牛ひき肉・豚ひき肉・ナツメグ・塩・こしょう・①・(A)を加えて粘りが出るまでよく練り混ぜ、1cm角に切ったプロセスチーズを加え、手で混ぜる。
③ にんじんは1cm角、10cm長さの棒状にして4本作る。ヤングコーン・グリーンアスパラガス・にんじんは、塩を加えた熱湯でゆでる。
④ じゃがいもは皮をむき、6〜8等分のくし型に切り、塩・こしょう・サラダ油をからめる。
⑤ アルミはくを広げてサラダ油を薄く塗り、②、③を順に重ねるようにまとめてのせる。
⑥ アルミはくを折り曲げて、肉の側面をおおうように、高さ4cm長さ20cm程度の箱状に形を整える。
⑦ プレートパンの中央に⑥を置き、プレートパンの手前と奥に④をのせる。
⑧ マルチグリルを設定して、焼き、そのまま余熱で5分置く。
⑨ 鍋に(B)、⑧の焼き汁を加えて温め、ソースを作る。⑧を盛り付け、ソースをかけ、クレソン・ミニトマトを添える。

★上手に作るポイント★

⑥ 箱状に形を整える

⑦ 並べかた

調理モード：焼く
火加減：弱
加熱時間 約20分 ＋ 余熱時間 約5分
加熱時間 約20分 ＋ 余熱時間 約5分

下味をつけて焼くだけ！
ホームパーティーに豪華なメイン料理。

スペアリブBBQ風 焼き野菜添え

材料（2人分）

スペアリブ（長さ10cm）	4本	玉ねぎ	1/2個
(A) トマトケチャップ	大さじ2	ゆでとうもろこし	1/2本
(A) しょうゆ	大さじ1・1/2	エリンギ	大1本
(A) 砂糖	大さじ1・1/2	パプリカ	1/2個
(A) すりおろしにんにく	小さじ1	塩	適量
(A) オレンジマーマレード	大さじ2	こしょう	適量
		オリーブ油	適量

★上手に作るポイント★
☆野菜はプレートパンの手前に置いてください。

作りかた

① (A)を合わせたものにスペアリブを漬け、2〜3時間置く。
② 玉ねぎは厚さ2cmの半月切りに、ゆでとうもろこしは厚さ2cmの輪切りに、エリンギは縦半分に切り、パプリカは種を取って幅2cmに切る。これらに塩・こしょう・オリーブ油をからめる。
③ プレートパン中央に①、周囲には②を並べ、マルチグリルを設定し、焼き、そのまま余熱で5分置く。
④ ③の野菜を串に刺し、スペアリブとともに盛り付ける。

本格的なローストビーフが家庭で手軽に作れます。

ローストビーフ バルサミコソース

調理モード：焼く　火加減：弱
加熱時間 約20分 ＋ 余熱時間 約5分 ＋ アルミはく包み置き時間 約20分

材料（4人分）

牛もも肉（厚さ約4cm）	400g	かぼちゃ	1/8個
塩（下味用）	少々	かぶ	2個
黒こしょう（下味用）	少々	じゃがいも	3個
オリーブ油（下味用）	少々	塩	適量
		こしょう	適量
（香味野菜）		E.V.オリーブ油	適量
		（E.V.=エクストラヴァージン）	
玉ねぎ（薄切り）	1/2個	バルサミコ酢	60mL
にんじん（薄切り）	1/4本	ラディッシュ	4個

作りかた

① 常温にした牛もも肉に塩・黒こしょう・オリーブ油をすりこむ。プレートパンの中央に香味野菜の玉ねぎ、にんじんを敷き、牛もも肉をのせる。
② かぼちゃは厚さ1cmに切り、かぶ・じゃがいもは皮をむいてくし形に切る。塩・こしょう・E.V.オリーブ油をからめ、牛もも肉の周囲に置き、マルチグリルを設定し、焼き、そのまま余熱で5分置く。
③ 焼き上がった牛もも肉を取り出し、アルミはくに包んで約20分置いた後、斜めに薄くスライスする。※肉汁は残しておきます。
④ 鍋にバルサミコ酢と③の肉汁を入れ、とろみがつくまで煮詰め、塩・こしょうで味を調える。
⑤ 器にローストビーフと②を盛り付け、④をかけて、飾り切りしたラディッシュを添える。※ローストビーフは肉質・厚みの違いにより、火通りに差がでることがあります。

★上手に作るポイント★

① 置きかた

② 置きかた

☆かぶはプレートパンの奥に置いてください。

調理モード：焼く
火加減：強
加熱時間 約12分

強力粉がなくてもOKの簡単手ごねピッツァ！

ピッツァマルゲリータ

材料（18cm1枚分）

（ピッツァ生地）	
(A) 薄力粉	120g
(A) 塩	2g
(A) インスタントドライイースト	1g
(B) 水	70mL
(B) オリーブ油	小さじ1/2
ホールトマト	120g
フルーツトマト	1個
モッツァレラチーズ	1/2個
E.V.オリーブ油	適量
（E.V.=エクストラヴァージン）	
塩	適量
打ち粉	適量
バジル	4枚

作りかた

① ボウルに(A)をふるい入れる。
② (B)を①に加え、表面がなめらかになるまで5分ほどこねる。
③ ②を丸め、ラップをして約1時間ねかせる。
④ 鍋に裏ごししたホールトマトを入れ、とろみがつくまで煮詰め、E.V.オリーブ油・塩を加えて味を調えピッツァソースを作る。
⑤ フルーツトマト・モッツァレラチーズは1.5cm角に切る。
⑥ ③は打ち粉をし、平たくのばす。
⑦ プレートパンに薄くE.V.オリーブ油を塗り、⑥をのせて④・⑤をのせ、塩・E.V.オリーブ油をかける。
⑧ マルチグリルを設定し、焼き、仕上げに手でちぎったバジルを盛り付ける。

★上手に作るポイント★

③ ねかせる

⑦ のせかた

ジューシーお肉で贅沢おにぎり。
おでかけお弁当にも！

肉巻きおにぎり

調理モード：焼く
火加減：中
加熱時間 約10分

エネルギー
284kcal／1個

材料（6個分）

ごはん	300g	しし唐	6本
牛肉（薄切り）	300g	サラダ油	少々
ユカリ粉	大さじ1	白ごま	適宜
(A) 酒	大さじ2		
(A) みりん	大さじ2		
(A) 砂糖	大さじ2		
(A) しょうゆ	大さじ4		

★上手に作るポイント★

③ 巻きかた

⑤ 並べかた

作りかた

① 牛肉は広げて（A）を混ぜ合わせたものに約15分間漬ける。
② 炊きたてのごはんにユカリ粉を混ぜ6等分にし、丸くにぎる。
③ ①の汁気を切って広げ、②に巻く。
④ しし唐はところどころに穴を開け、サラダ油をからめる。
⑤ ③の巻き終わりを下にしてプレートパンに並べ、手前と奥に④を並べる。マルチグリルを設定し、焼く。お好みで、白ごまをふる。

具だくさんの手作りグラタン！

シーフードマカロニグラタン

調理モード：焼く
火加減：強
加熱時間 約10分

エネルギー
602kcal／1人分

材料（2人分）

えび	6尾	サラダ油	適量
ほたて貝柱	3個	塩	適量
玉ねぎ	1/2個	こしょう	適量
しめじ	1/2パック	バター（塗り用）	適量
マッシュルーム	2個		
白ワイン	大さじ1		
バター	25g		
薄力粉	25g		
(A) ブイヨン	100mL		
(A) 牛乳	200mL		
マカロニ	60g		
塩（ゆで用）	水1Lに対して10g		
ピザ用チーズ	50g		

作りかた

① えびは殻をむき、背ワタを取って、塩を加えてもみ洗いする。水気をふいて2～3等分に切る。ほたて貝柱は縦半分に切る。
② 玉ねぎは薄切り、しめじは石づきを取り、小房に分ける。マッシュルームは厚めにスライスする。
③ フライパンにサラダ油を入れて温め、①を炒める。塩・こしょう・白ワインを加えて、アルコールがとんだら①を取り出す。
④ 同じフライパンにバターを足し、②を加えて炒める。薄力粉をふり入れてさらに炒め、（A）を少しずつ加えて溶きのばす。
⑤ ④に③で取り出したえび・ほたて貝柱を加え、煮詰めてとろみをつけ、塩を加えた熱湯でゆでたマカロニを加え、塩・こしょうで味を調える。
⑥ バターを塗った直火対応の耐熱性容器に⑤を分け入れ、ピザ用チーズをのせる。マルチグリルを設定し、焼く。
※耐熱性容器は直火対応のものを使ってください。

ごぼうとねぎのシャキシャキ食感とごまダレの旨味がやみつきの味。お酒のお供にも、お弁当にも！

牛肉のごまみそロール

調理モード：焼く
火加減：中
加熱時間 約13分

エネルギー
371kcal／1人分

材料（4人分）

牛もも肉（薄切り）	250g	卵白	適量
塩	少々	白ごま	大さじ4
酒	大さじ1/2	黒ごま	大さじ2
ごぼう	1/3本	ラディッシュ	4個
青ねぎ	1・1/2本		
(A) 白みそ	50g		
(A) 練りごま（白）	10g		
(A) 酒	大さじ2		
(A) みりん	大さじ2		
(A) 砂糖	小さじ2		

★上手に作るポイント★

④ 巻きかた

⑤ 置きかた

作りかた

① 牛もも肉は2等分にして20cmの幅に広げ、塩・酒をふる。
② ごぼうは20cmの長さ、7～8mm角の棒状に切り、ゆでる。青ねぎは20cmの長さに切る。
③ ボウルに（A）を順に加えてよく混ぜ、鍋に入れ、中火でとろみがつくまで煮て、粗熱をとる。
④ ③の1/3量はつけダレとして残しておく。残りの③を①に塗り、②を芯にして巻く。
⑤ ④に卵白を塗り、混ぜ合わせた白ごま・黒ごまをつけ、プレートパンに並べ、マルチグリルを設定し、焼く。
⑥ 1本を6等分に切り、器に盛る。葉をつけたまま半分に切ったラディッシュと④のつけダレを添える。

はちみつを入れるとまろやかでコクのある味わいのきじ焼き丼風に！

鶏の甘辛風味丼

調理モード：焼く
火加減：中
加熱時間 約10分
コンロの便利機能：炊飯

エネルギー
661kcal／1人分

材料（4人分）

米	3合	しいたけ	4枚
鶏もも肉	400g	しし唐	8本
(A) しょうゆ	大さじ2	塩	少々
(A) 酒	大さじ2	サラダ油	少々
(A) はちみつ	大さじ2	粉山椒	適宜

作りかた

① 米は洗ってザルに上げ、鍋に入れて分量の水に30分以上浸す。コンロの炊飯モードを使って炊く。
※水の分量、コンロの炊飯モードについては、付属の取扱説明書をご覧ください。
② 鶏もも肉は厚みを均一にし、皮目にフォークで穴をあける。12切の角切りにし、（A）に約20分漬ける。
③ しいたけは飾り切りにし、しし唐は穴をあけておく。それぞれに塩をふり、サラダ油をからめておく。
④ ②をプレートパンにのせ、プレートパンの手前に③をのせる。マルチグリルを設定し、焼く。
⑤ 器に①を盛り、その上に④をのせ、お好みで粉山椒をふる。

★上手に作るポイント★

④ 並べかた

表面はカリッと、中はしっとり！

フレンチトースト

調理モード：焼く
火加減：中
加熱時間 約9分

材料（バゲット10枚分）

卵	L2個
牛乳	150mL
砂糖	30g
バニラエッセンス	少々
バゲット（厚み約2cm）	10枚
バター	20g
ジャム	適宜
ミント	適宜

作りかた

① 卵・牛乳・砂糖・バニラエッセンスを混ぜ合わせ、バゲットを浸して、しっかりとしみこむまでしばらく置く。
② プレートパンにバター（分量外）を塗り、①を置く。小切りにしたバターを①にのせ、マルチグリルを設定し、焼く。
③ 器に盛り付け、お好みでジャム・ミントを添える。

ビールの定番おつまみが簡単に完成！

ごろごろジャーマンポテト

調理モード：焼く
火加減：強
加熱時間 約13分

材料（2人分）

フライドポテト（冷凍）	300g
ベーコン（ブロック）	80g
玉ねぎ	1/4個
にんにく（みじん切り）	1/2片分
塩	適量
こしょう	適量
オリーブ油	適量
黒こしょう	適宜

作りかた

① ベーコンは1cm角の棒状に切り、玉ねぎは幅1.5cmに切る。
② フライドポテト・①の玉ねぎに、にんにく・塩・こしょう・オリーブ油をからめてプレートパンに広げる。
③ ①を②にのせ、マルチグリルを設定し、焼く。仕上げにお好みで黒こしょうをふる。

じっくり焼くことで野菜の甘味が
最大限に引き出されます！

焼き野菜のホットサラダ

調理モード：焼く
火加減：中
加熱時間 約18分

材料（4人分）

れんこん	1/2節
ズッキーニ	1/2本
かぼちゃ	1/8個
エリンギ	大1本
パプリカ（赤）	1/2個
パプリカ（黄）	1/2個
塩	適量
こしょう	適量
オリーブ油	適量
A 粒マスタード	大さじ2
A マヨネーズ	大さじ2
A 塩	少々

作りかた

① れんこん・ズッキーニ・かぼちゃ・エリンギはひと口大に切る。パプリカは種を取ってひと口大に切る。
② ①に塩・こしょう・オリーブ油をからめてプレートパンに並べ、マルチグリルを設定し、焼く。
③ 大きめのボウルに（A）を合わせ、焼き上がった②をからめて器に盛る。

色んな味が楽しめる大人向けおつまみ餅。

角もちい～ろいろ

調理モード：焼く
火加減：強
加熱時間 約9分

材料（2人分）

角もち	6個
（A）キムチ	30g
（A）ごま油	小さじ1/2
韓国のり	1枚
（B）ベーコン	10g
（B）ピザ用チーズ	10g
パセリ（みじん切り）	少々
（C）明太子	15g
（C）マヨネーズ	小さじ1
黒こしょう	少々

作りかた

① 角もちをプレートパンに並べる。
② 2個に（A）をのせる。
③ 2個に（B）をのせる。
④ 2個に（C）を合わせて塗る。
⑤ マルチグリルを設定し、焼く。
⑥ ②にちぎった韓国のりを散らし、③にパセリを散らし、④に黒こしょうをふる。

意外と焼き方にコツがいる干物もパサつかず身がほっくり。

あじの開き

調理モード：焼く
火加減：中

加熱時間 8〜10分

加熱時間 10〜12分

材料（2枚分）

あじの開き（中）・・・2枚

作りかた

① 皮目を上にして、プレートパンに並べ、マルチグリルを設定し、焼く。

調理モード：焼く
火加減：強

加熱時間 約13分

材料（4人分）

枝豆・・・150g

作りかた

① 水洗いしてクッキングペーパーなどで水分を取り、プレートパンに重ならないように並べて、マルチグリルを設定し、焼く。

豆本来の味と香りを楽しめる一品。

焼き枝豆

シンプルな味付けで、素材の旨味を活かして。

焼きはまぐり

調理モード：焼く
火加減：強

加熱時間 約9分

材料（4人分）

はまぐり・・・8個
粗塩・・・・・適量

作りかた

① はまぐりは砂抜きし、プレートパンに並べてマルチグリルを設定し、焼く。

② 器に粗塩を敷き、①を盛る。

調理モード（あたためる）

・あたためが足りない場合は、同じモードで短めにタイマーを設定し、様子を見ながら加熱してください。
・調理モード、火加減、加熱時間を設定してください。
設定のしかたは、機種により異なります。機器に付属の取扱説明書の マルチグリル を参照してください。

調理モード：あたためる

作りかた

食材をプレートパンに並べて、マルチグリルを設定し、焼く。

かき揚げ

火加減：強
加熱時間：約5分

から揚げ

火加減：中
加熱時間：約7分

コロッケ

火加減：強
加熱時間：約7分

今川焼き

火加減：弱
加熱時間：約6分

焼き鳥（塩）

火加減：中
※たれ焼きの場合
火加減：弱
加熱時間：約7分

魚姿焼き

火加減：中
加熱時間：約6分

魚切身

火加減：中
加熱時間：約6分

うなぎの蒲焼

火加減：弱
加熱時間：約6分

餃子

火加減：弱
加熱時間：約4分

味付き魚
（ぶりの照り焼きなど）

火加減：弱
加熱時間：約6分

調理モード（ノンフライ）

◇ノンフライは食材の持つ脂と食材表面に塗った油で、揚げずに焼き上げる調理方法です。

・焼き足したい場合は、同じモードで短めにタイマーを設定し、様子を見ながら加熱してください。
・調理モード、火加減、加熱時間を設定してください。
設定のしかたは、機種により異なります。機器に付属の取扱説明書の マルチグリル を参照してください。

野菜がぎっしり詰まったヘルシーカツ！

ヘルシーロールカツ

調理モード：ノンフライ
火加減：弱
加熱時間 約16分

材料（2人分）

豚ロース肉（薄切り）	180g（6枚）	キャベツ	2枚
塩（下味用）	少々	ミックスベジタブル	50g
こしょう（下味用）	少々	塩	適量
グリーンアスパラガス	3本	こしょう	適量
ヤングコーン	6本	とんかつソース	適量
パプリカ（赤）	1/4個	ねりからし	適量
薄力粉	適量		
卵	適量		
パン粉（乾燥）	適量		
サラダ油	適量		

作りかた

① 豚ロース肉は塩・こしょうをふる。
② グリーンアスパラガスは、はかまを取って4等分に切り、ヤングコーンとともに塩を加えた熱湯でさっとゆでる。パプリカは縦に6等分に切る。
③ ②をそれぞれ6等分にし、①の上にのせて巻く。横からはみ出ないように、側面も包み込むように巻く。
④ 薄力粉・卵・パン粉の順につけてサラダ油をからめてプレートパンの中央に並べる。
⑤ 幅1cmに切ったキャベツとミックスベジタブルに塩・こしょう・サラダ油をからめ、アルミはくに包んでプレートパンの手前に置き、マルチグリルを設定し、焼く。
⑥ 器に④・⑤を盛り、とんかつソース・ねりからしを添える。

★上手に作るポイント★

③ 巻きかた

④・⑤ 並べかた

いつものトンカツもいいけれど
たまにはイタリアンカツ♪

イタリアンカツレツ

調理モード：ノンフライ
火加減：中
加熱時間 約13分

材料（2人分）

豚ロース肉（100g）	2枚	ロースハム	2枚
塩（下味用）	少々	とろけるスライスチーズ	2枚
こしょう（下味用）	少々	トマト	小1個
薄力粉	適量	なす	1/2本
卵	適量	塩	適量
パン粉（乾燥）	適量	こしょう	適量
オリーブ油	適量	バジル	適量

作りかた

① 豚ロース肉は筋切りし、塩・こしょうをして薄力粉・卵・パン粉の順に衣をつけてオリーブ油をからめる。
② プレートパンの中央に①を並べ、ロースハムとスライスチーズをのせる。
③ プレートパンの手前部分にオリーブ油を薄く塗り、スライスしたトマトとなすを交互に重ね、塩・こしょうをふり、オリーブ油を回しかける。マルチグリルを設定し、焼く。
④ 器に盛り付け、バジルを添える。

★上手に作るポイント★

② のせかた

③ 並べかた

揚げずに焼いても衣がさっくり！ヘルシーえびフライ。

サクサクえびフライ

調理モード：ノンフライ
火加減：中
加熱時間 約8分

材料（4人分）

えび	大12尾
塩	少々
こしょう	少々
薄力粉	適量
卵	適量
パン粉（乾燥）	適量
サラダ油	適量
トマト	1個
きゅうり	1/2本
レタス	1/3玉
レモン	1/2個

（タルタルソース）

	ゆで卵	2個
(A)	ピクルス（みじん切り）	20g
(A)	玉ねぎ（みじん切り）	1/6個
(A)	マヨネーズ	80g
(A)	レモン汁	小さじ2
(A)	塩	少々
(A)	こしょう	少々

作りかた

① えびは尾とひと節を残して殻をむき、背ワタを取る。塩をふってもみ、水洗いした後、水気をふく。
② えびの腹側に切り込みを入れて筋をのばし、塩・こしょうをふり、薄力粉・卵・パン粉の順に衣をつけてサラダ油をからめる。
③ プレートパンに並べてマルチグリルを設定し、焼く。
④ ゆで卵は粗みじん切りにし、(A)と合わせ、よく混ぜてタルタルソースを作る。
⑤ トマトはくし形切り、きゅうりは斜め薄切り、レタスは食べやすい大きさに切る。
⑥ 器に③・⑤の付け合わせの野菜を盛り、④・くし形切りのレモンを添える。

少量の油でできるヘルシー竜田揚げは、
準備も後片付けも楽チン！

鶏の竜田揚げ

調理モード：ノンフライ
火加減：中
加熱時間 約13分

材料（4人分）

鶏もも肉（30g）	12切	片栗粉	適量
(A) しょうゆ	大さじ1	サラダ油	大さじ1
(A) 酒	大さじ1	ミニトマト	8個
(A) しょうが汁	小さじ1/2	パセリ	適量

作りかた

① (A)を合わせたものに鶏もも肉を加えて約10分漬ける。
② ①の汁気を切り、片栗粉を全体にまぶし、サラダ油をからめてプレートパンに並べ、マルチグリルを設定し、焼く。
③ 器に盛り、ミニトマト・パセリを添える。

☆市販の揚げずに作るから揚げ粉を使ってお手軽調理も可能です！
鶏もも肉に市販の揚げずに作るから揚げ粉をまぶし、プレートパンに並べ、マルチグリルを設定し、焼く。

ビールがすすむ簡単おつまみ！
10本分があっという間になくなりそう♪

スティック春巻き

調理モード：ノンフライ
火加減：弱
加熱時間 約5分

材料（10本分）

生ハム	5枚	春巻きの皮	5枚
バジル	5枚	イタリアンパセリ	適量
アボカド	1/4個	オリーブ油	適量
ピザ用チーズ	50g		

★上手に作るポイント★

② のせかた

③ 並べかた

作りかた

① 生ハム・バジルは縦半分に、アボカドは1cm角に切る。
アボカドとチーズは10等分に分ける。

② 春巻きの皮は1枚を斜め半分に切り、片面にオリーブ油を塗る。中央に①とチーズをのせ、細長く巻く。同様に10本分巻く。

③ 巻き終わりを下にして、プレートパンに並べ、マルチグリルを設定し、焼く。

④ 器に盛り、イタリアンパセリを添える。

ハードルが高そうなクリームコロッケも揚げずに簡単！

えびクリームコロッケ

調理モード：ノンフライ
火加減：弱
加熱時間 約11分

材料（4人分）

えび	120g	ホワイトソース（缶詰）	1缶（約300g）
玉ねぎ	1/2個	薄力粉	適量
バター	15g	卵	適量
薄力粉	大さじ4	パン粉（乾燥）	適量
塩	少々	サラダ油	適量
こしょう	少々	サラダ菜	4枚
白ワイン	大さじ1	ミニトマト	8個

作りかた

① えびは殻をむき、背ワタを取って、塩を加えてもみ洗いする。水気をふいて幅1cmに切る。

② 玉ねぎは横半分に切り、繊維にそって薄切りにする。

③ フライパンにバターを熱し、②・①の順に炒める。薄力粉を加えてさらに炒め、塩・こしょう・白ワインを加えてアルコールをとばす。

④ ③にホワイトソースを加えて軽く煮詰め、バットに広げて丸めやすいかたさになるまで冷蔵庫で冷やす。

⑤ 手にサラダ油をつけて8等分し、俵型にまとめる。

⑥ 薄力粉・卵・パン粉の順に衣をつけて、サラダ油をかける。プレートパンに並べ、マルチグリルを設定し、焼く。
※④の冷やし加減により焼き時間は変わります。様子を見て調整してください。

⑦ 器に盛り、サラダ菜・ミニトマトを添える。

★上手に作るポイント★

⑤ まとめかた

3色の揚げ出し豆腐で料理屋さん風に。

変わり揚げ出し豆腐

調理モード：ノンフライ
火加減：弱
加熱時間 約11分

材料（2人分）

木綿豆腐	1丁
片栗粉	適量
卵	適量
糸かつお	適量
青のり	適量
ぶぶあられ	適量
サラダ油	適量
(A) だし汁	100mL
(A) みりん	小さじ2
(A) 酒	小さじ2
(A) しょうゆ	大さじ1
大根	適量
しょうが	適量
青ねぎ	1本
七味唐辛子	適宜

作りかた

① 木綿豆腐はペーパーに包んで重しをし、軽く水気を切る。

② ①を6等分に切り分け、片栗粉・卵の順にまぶす。さらに、糸かつお・青のり・ぶぶあられをそれぞれ2つずつまぶす。

③ プレートパンに②を並べ、上からサラダ油をかけて、マルチグリルを設定し、焼く。

④ ③を器に盛り、温めた(A)をまわしかける。大根としょうがのすりおろし、青ねぎを小口切りにしたものを添える。
お好みで、七味唐辛子をふる。

中のモッツァレラチーズが
溶けてほどよく馴染む味わいに。

簡単ライスコロッケ

調理モード：ノンフライ
火加減：弱
加熱時間 約11分

材料（4人分）

玉ねぎ	1/4個	モッツァレラチーズ	50g
にんじん	1/3本	薄力粉	適量
ベーコン	20g	卵	適量
トマトケチャップ	大さじ3	パン粉（乾燥）	適量
ごはん	約400g	オリーブ油	適量
塩	少々	ベビーリーフ	適量
こしょう	少々		

作りかた

① 玉ねぎ・にんじん・ベーコンはみじん切りにする。

② フライパンにオリーブ油を熱し、①を炒め、トマトケチャップ・ごはんを加えてさらに炒め、塩・こしょうで味を調え、8等分にする。

③ 角切りにしたモッツァレラチーズを包んで丸く形を整える。

④ 薄力粉・卵・パン粉の順に衣をつけて、オリーブ油をからめる。

⑤ プレートパンに並べ、マルチグリルを設定し、焼く。

⑥ 器に盛り、ベビーリーフを添える。

★上手に作るポイント★

③ 包みかた

はさむチーズと衣のチーズ。
ダブルチーズなのに濃厚すぎず鮭とあいます。

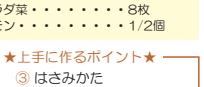
サーモンのチーズフライ

調理モード：ノンフライ
火加減：弱
加熱時間 約11分

材料（4人分）

- 生鮭・・・・・・・・16切（1切：20g）
- 塩・・・・・・・・・・適量
- こしょう・・・・・・適量
- 白ワイン・・・・・・大さじ1
- スライスチーズ・・・1枚
- 薄力粉・・・・・・・・・適量
- 卵・・・・・・・・・・適量
- （A）パン粉（乾燥）・・・・50g
- （A）ドライハーブ・・・・小さじ1/2
- （A）パルメザンチーズ・・大さじ1
- オリーブ油・・・・・・適量
- サラダ菜・・・・・・・8枚
- レモン・・・・・・・・・1/2個

★上手に作るポイント★
③ はさみかた

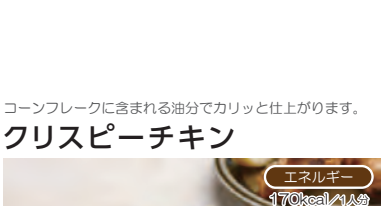


作りかた
① 生鮭は塩・こしょう・白ワインをふり、しばらく置く。
② スライスチーズを8等分にする。
③ ①の水気を切り、2枚1組にしてチーズをはさむ。
④ 薄力粉・卵・（A）を混ぜ合わせたものを順に③につけ、オリーブ油をからめてプレートパンに並べる。マルチグリルを設定し、焼く。
⑤ 器に盛り付け、サラダ菜・くし形切りのレモンを添える。

調理モード：ノンフライ
火加減：弱
加熱時間 約10分

コーンフレークに含まれる油分でカリッと仕上がります。

クリスピーチキン



材料（4人分）

- 鶏むね肉・・・・・・・・200g
- 塩・・・・・・・・・・・少々
- こしょう・・・・・・・・少々
- 薄力粉・・・・・・・・・適量
- 卵・・・・・・・・・・・適量
- コーンフレーク・・・・・45g
- レモン・・・・・・・・・1/2個

作りかた
① 鶏むね肉は細長く8等分に切り、塩・こしょうをして、薄力粉・卵・コーンフレークの順に衣をつける。
② プレートパンに並べ、マルチグリルを設定し、焼く。
③ 器に盛り付け、くし形切りのレモンを添える。

★上手に作るポイント★
☆コーンフレークが肉に密着していないと、コーンフレークが焦げる場合があります。
コーンフレークは粗くくだき、肉にしっかりと密着させてください。

油を使わず、手間いらず！

フライドポテト

調理モード：ノンフライ
火加減：強
加熱時間 10～13分

材料（4人分）

- フライドポテト（冷凍）・・・300g
- 塩・・・・・・・・・・・・適宜

作りかた
① フライドポテトをプレートパンに重ならないように広げる。
② マルチグリルを設定し、焼く。
③ 器に盛り付け、お好みで、塩をふる。

【じゃがいもからも作れます】

材料（4人分）

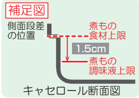
- じゃがいも（150g）・・・・1個
- 塩・・・・・・・・・・・・適宜

作りかた
① じゃがいもは皮をむき、幅7mmの細切りにする。
② 水にさらしてしっかりと水気を切り、プレートパンに重ならないように広げる。
③ マルチグリルを設定し、焼く。
④ 器に盛り付ける。
お好みで、塩をふる。

調理モード(煮る)

・食材は大きさをそろえて切り、できるだけ平らに並べ、しっかり調味液につかるようにしてください。
・火が通る時間が近い食材を合わせて加熱してください。
・できあがりに少し混ぜると、味がなじみやすくなります。
・煮ものなどを下準備し長時間冷蔵した場合は、常温にもどしてから調理してください。
・食材の量はキャセロール側面段差(補足図参照)より低くしてください。また、調味液は側面段差より1.5cm以上低くしてください。
・煮足したい場合は、同じモードで短めにタイマーを設定し、様子を見ながら加熱してください。
・調理モード、加熱時間を設定してください。
設定のしかたは、機種により異なります。機器に付属の取扱説明書の **マルチグリル** を参照してください。

補足図



大人数で分けて食べられるイタリアの郷土料理！

アクアパッツァ

調理モード：煮る　加熱時間 約20分

材料（4人分）

白身魚(30cm程度)
（内臓、ウロコ、エラを取り除いたもの）・・1尾

にんにく	1片	水	150mL
ケッパー	大さじ1	E.V.オリーブ油	大さじ1
タイム	3～4本	(E.V.=エクストラヴァージン)	
白ワイン	大さじ2	ブラックオリーブ	12個
あさり	12個	アンチョビ(みじん切り)	1枚分
ミニトマト	12個	塩	少々
		こしょう	少々

作りかた

① 白身魚は塩・こしょう・半分に切って潰したにんにく・ケッパー・枝を取り除いたタイム(2本)・白ワインをまぶし、30分置く。
② あさりは砂抜きをして洗い、ザルにあげて水気を切る。
③ キャセロールに①・②・ミニトマト・水・E.V.オリーブ油・ブラックオリーブ・アンチョビを入れ、アルミはくで落としぶたをする。
キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、煮る。
④ 塩・こしょうで味を調えて器に盛り、残りのタイムを飾る。

★上手に作るポイント★

③ 落としぶたをする

じゃがいもは大きさをそろえて切ることで火のとおりが均一になります。

ほくほく肉じゃが

調理モード：煮る　加熱時間 約30分

材料（4人分）

じゃがいも	4個	(A) だし汁	300mL
玉ねぎ	1個	(A) 砂糖	大さじ3
にんじん	1/2本	(A) 酒	大さじ1
さやいんげん	8本	(A) みりん	大さじ2
牛バラ肉(薄切り)	100g	(A) しょうゆ	大さじ3

☆2人分で作るときは、具材料：1/2、煮汁(A)：2/3、加熱時間：約25分で調理してください。

作りかた

① じゃがいもは皮をむき、ひと口大に切り、水にさらす。玉ねぎはくし形に切る。
② にんじんは皮をむき、1cm厚の輪切りにする。大きいものは半月に切る。
さやいんげんは長さを3等分に切る。牛バラ肉は3cm幅に切る。
③ キャセロールに①・②のにんじん・さやいんげんを入れ、その上に②の牛バラ肉を広げ、(A)を加えて、アルミはくで落としぶたをする。
キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、煮る。

★上手に作るポイント★

③ 落としぶたをする

☆加熱後そのままの状態で保温するとさらに味がなじみます。

キャセロールにきっちり並べるので、楊枝でとめなくてもOK！

とろーりチーズのロールキャベツ

調理モード：煮る　加熱時間 約30分

材料（4人分）

キャベツ	8枚	パスタ	適量
牛ひき肉	100g	にんじん	1/8本
豚ひき肉	60g	トマト	小1個
玉ねぎ	1/3個	玉ねぎ(1cm角)	1/3個
卵	40g	ブイヨン	400mL
(A) 生パン粉	10g	塩	少々
(A) 牛乳	小さじ2	こしょう	少々
塩	小さじ1/4	パセリ(みじん切り)	少々
こしょう	少々		
モッツァレラチーズ	60g		

☆2人分で作るときは、具材料：1/2、ブイヨン：400mL、加熱時間：約25分で調理してください。

作りかた

① キャベツは葉を破らないように1枚ずつはがし、やわらかくゆでる。芯のかたい部分は削ぎとる。
※削ぎとった芯の部分は、刻んでひき肉に入れてもよい。
② ボウルに牛ひき肉と豚ひき肉を入れ、よく練り合わせる。みじん切りにした玉ねぎ・卵・(A)に塩・こしょうを加えてよく混ぜ合わせ、8等分にする。8等分の棒状にしたモッツァレラチーズを包んで丸める。
③ ①を広げ、手前に②をのせてひと巻きし、空気を抜くようにきっちりと押さえながら左右を折りたたんで包み、パスタでとめる。
④ にんじんは1cm角の正方形に薄く切る。トマトは湯むきし、皮と種を取り除き、粗切りにする。
⑤ キャセロールに③・④・1cm角に切った玉ねぎ・ブイヨンを入れ、アルミはくで落としぶたをする。
キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、煮る。
⑥ ロールキャベツを取り出し、器に盛る。塩・こしょうでスープの味を調え器に注ぎ、みじん切りにしたパセリを散らす。

★上手に作るポイント★

② 包みかた

③ 包みかた

⑤ 落としぶたをする

たくさん作って翌日の朝ごはんにも！

あったかポトフ

調理モード：煮る　加熱時間 約25分

材料（4人分）

じゃがいも	中2個	塩	小さじ1/2
玉ねぎ	1個	こしょう	適量
かぶ	小4個	パセリ(みじん切り)	適量
にんじん	小1本	粒マスタード	適宜
キャベツ	1/6個		
(A) 白ワイン	大さじ1		
(A) ブイヨン	400mL		
(A) オリーブ油	小さじ1		
ソーセージ(粗挽き)	6本		
ローリエ	1枚		

☆2人分で作るときは、具材料：1/2、煮汁(A)：2/3、加熱時間：約20分で調理してください。

作りかた

① じゃがいも・玉ねぎは皮をむき、6等分のくし形に切る。
② かぶは厚めに皮をむき、くし形に切る。
③ にんじんは6等分に、キャベツは芯をつけた状態でザク切りにする。
④ キャセロールに①・②・③・(A)・粗挽きソーセージ・半分にちぎったローリエを加えてアルミはくで落としぶたをする。
キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、煮る。
⑤ 塩・こしょうで味を調えて器に盛り、みじん切りにしたパセリを散らす。お好みで粒マスタードを添える。

★上手に作るポイント★

④ 落としぶたをする

野菜とペンネを一度に調理で簡単パスタ！ペンネが
上から見えないように野菜で覆うのがポイントです。

たっぷり野菜の トマトソースペンネ

調理モード：煮る　加熱時間 約23分

材料（4人分）

ペンネ（ゆで時間10分程度）・・120g	オレガノ（乾燥）・・・・ひとつまみ
ベーコン（ブロック）・・・・80g	塩・・・・・・・・・・・小さじ1/4
玉ねぎ・・・・・・・・・・・1/2個	こしょう・・・・・・・・少々
にんにく・・・・・・・・・・小1片	パルメザンチーズ・・・大さじ2
パプリカ（黄）・・・・・・・1/2個	E.V. オリーブ油・・・・大さじ1
ズッキーニ・・・・・・・・・1/2本	（E.V.=エクストラヴァージン）
なす・・・・・・・・・・・・1本	バジル・・・・・・・・・適量
（A）白ワイン・・・・・・・・大さじ1	チリペッパーソース・・適宜
（A）ブイヨン・・・・・・・・200mL	
（A）ホールトマト・・・・・400g	

☆2人分で作るときは、具材料：1/2、煮汁（A）：2/3、
加熱時間：約22分で調理してください。

作りかた

① ベーコンは1cm角の棒状に、玉ねぎ・にんにくはみじん切りに、パプリカ・ズッキーニ・なすは1.5cm角に切る。

② キャセロールにペンネが底になるように入れ、次に①を入れる。

③ （A）・オレガノ・塩・こしょうを混ぜ合わせ、②に入れる。
アルミはくで落としぶたをする。キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、煮る。

④ 仕上げにパルメザンチーズ、E.V.オリーブ油を加えて混ぜ合わせる。
器に盛り、バジルを飾る。
お好みで、チリペッパーソースをかける。

★上手に作るポイント★

② 入れかた

③ 落としぶたをする

米とオリーブ油をからめてから炊くので手間いらず。

きのこたっぷりリゾット

調理モード：煮る　加熱時間 約22分 ＋ 余熱時間 約5分

材料（4人分）

玉ねぎ・・・・・・・・1/3個	（A）白ワイン・・・・・大さじ2
しめじ・・・・・・・・1パック	（A）ブイヨン・・・・・470mL
しいたけ・・・・・・・4枚	（A）塩・・・・・・・・・小さじ1/3
マッシュルーム・・・4個	バター・・・・・・・・・20g
米・・・・・・・・・・1合	パルメザンチーズ・・・20g
オリーブ油・・・・・大さじ1	黒こしょう・・・・・・適宜

☆2人分で作るときは、具材料：1/2、煮汁（A）：1/2、
加熱時間：約18分＋余熱時間：約5分で調理してください。

作りかた

① 玉ねぎはみじん切りにする。

② しめじ・しいたけは石づきを取り、しめじは2cm長さに切ってほぐし、しいたけは1cm角、マッシュルームは5mmの厚さに切る。

③ キャセロールに米とオリーブ油を入れてからめ、①・②を加えよく混ぜ合わせ、（A）を加える。
キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、お好みのかたさに煮る。

④ 仕上げにバター・パルメザンチーズを加えてからめ、器に盛り、お好みで黒こしょうをふる。

★上手に作るポイント★

③ からめかた

おばあちゃんの味にも負けない仕上がり！

筑前煮

調理モード：煮る　加熱時間 約25分

材料（4人分）

鶏もも肉・・・・・200g	（A）だし汁・・・250mL
ごぼう・・・・・・1/2本	（A）酒・・・・・大さじ2
れんこん・・・・・1/3節	（A）砂糖・・・・大さじ2
にんじん・・・・・2/3本	（A）しょうゆ・・大さじ3
たけのこ（水煮）・・100g	（A）みりん・・・大さじ3
こんにゃく・・・・1/2枚	絹さや・・・・・6枚

☆2人分で作るときは、具材料：1/2、煮汁（A）：2/3、
加熱時間：約25分で調理してください。

作りかた

① 鶏もも肉は一口大に切る。ごぼう・れんこん・にんじん・たけのこは乱切りにする。

② こんにゃくはスプーンでちぎり、熱湯でさっとゆで、くさみを取る。

③ キャセロールに（A）を入れて混ぜ合わせ、①・②を加える。アルミはくで落としぶたをする。
キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、煮る。

④ 筋を取り斜めに切った絹さやを加え、再びキャセロールのふたをし、余熱で火を通して器に盛る。

★上手に作るポイント★

③ 落としぶたをする

押さえておきたい煮付けの定番メニュー、
たった15分でできあがり♪

かれいの煮付け

調理モード：煮る　加熱時間 約15分

材料（4人分）

かれい（約 100g）・・4切	（A）酒・・・・・大さじ2
長ねぎ・・・・・・・1本	（A）みりん・・・大さじ2
しめじ・・・・・・・1パック	（A）砂糖・・・・大さじ2
しょうが（薄切り）・・4枚	（A）しょうゆ・・大さじ3
	（A）水・・・・・100mL

☆2人分で作るときは、具材料：1/2、煮汁（A）：2/3、
加熱時間：約13分で調理してください。

作りかた

① かれいは皮目に切り込みを入れる。

② 長ねぎは長さ3cmに切り、しめじは石づきを取り、ほぐす。

③ キャセロールに①・②・（A）・しょうがを入れ、アルミはくで落としぶたをする。
キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、煮る。

④ 器に③を盛り付ける。

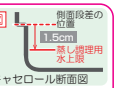
★上手に作るポイント★

③ 落としぶたをする

☆かれいの身の厚い部分と長ねぎの太い部分はまん中に置く。

調理モード（蒸す）

・キャセロールに入れる蒸し調理用水は、加熱時間15分に対し200mL以上をめやすに調節してください。
・水の量が少ないと消火する場合があります。
・水の量はキャセロール側面段差（補足図参照）より1.5cm以上低くしてください。
・調理モード、加熱時間を設定してください。
設定のしかたは、機種により異なります。機器に付属の取扱説明書の マルチグリル を参照してください。

補足図


ピンク色の生麩を使うと見た目も華やかに！

ミニあんかけ茶碗蒸し

調理モード：蒸す　加熱時間 約5分 ＋ 余熱時間 約4分

材料（ココット6個分　内寸直径6.5cm×高さ3cm）

卵・・・・・・・・・・・L2個
（A）だし汁・・・・・・250mL
（A）塩・・・・・・・・小さじ1/3
（A）薄口しょうゆ・・・小さじ1
ぎんなん・・・・・・・12個
絹さや・・・・・・・・9枚
ゆり根・・・・・・・・15g
（B）だし汁・・・・・・200mL
（B）みりん・・・・・・小さじ2/3
（B）薄口しょうゆ・・・小さじ2/3
（B）塩・・・・・・・・少々
生麩（5mm厚さ）・・・6枚
水溶き片栗粉・・・・適量

☆ココット3個分で作るときは、具材料：1/2、
加熱時間：約4分＋余熱時間：約4分で調理してください。

作りかた
① ボウルに卵を入れてほぐし、（A）を加えてこし、ココットに分け入れる。
② キャセロールに水（300mL）を注ぎ、①を置き、キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、蒸した後、余熱で約4分置く。
③ ぎんなんは鬼殻をむいて、色よくゆで、薄皮を取り半分に切る。絹さやは筋を取り、斜めせん切りにする。
④ ゆり根は1枚ずつはがしてきれいに洗い、適当な大きさに切る。
⑤ （B）を鍋に入れて火にかける。④を入れてやわらかくなるまで煮て、③・生麩を加える。
⑥ 水溶き片栗粉を加えてとろみをつけ、②にかけて仕上げる。

調理モード：蒸す　加熱時間 約5分 ＋ 余熱時間 約4分

余熱をいかしてなめらかに仕上げます。

洋風茶碗蒸し

材料（ココット6個分　内寸直径6.5cm×高さ3cm）

卵・・・・・・・L2個
えび・・・・・・3尾
さやいんげん・・3本
パプリカ（黄）・・1/8個
塩・・・・・・・適量
（A）ブイヨン・・250mL
（A）塩・・・・・小さじ1/3
（B）ブイヨン・・150mL
（B）白ワイン・・小さじ1/2
（B）塩・・・・・少々

☆ココット3個分で作るときは、具材料：1/2、
加熱時間：約4分＋余熱時間：約4分で調理してください。

作りかた
① ボウルに卵を入れてほぐし、（A）を加えてこし、ココットに分け入れる。
② キャセロールに水（300mL）を注ぎ、①を置き、キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、蒸した後、余熱で約4分置く。
③ えびは背ワタを取って、塩を加えた熱湯でゆでて殻をむき、1cm角に切る。
④ さやいんげんは塩を加えた熱湯でゆでて1cm長さに切る。
⑤ パプリカは7～8mm角に切り、塩を加えた熱湯でゆでる。
⑥ （B）を鍋に合わせて温め、②にかけ、③・④・⑤を中央に飾る。

卵白はボウルを逆さまにしても
落ちないぐらいしっかり泡立てるのがポイント！

かぶら蒸しのかにあんかけ

調理モード：蒸す　加熱時間 約10分

材料（4人分）（バット（外寸）：24cm×18cm×高さ3cm以下）

かぶ・・・・・・中6個（500g）
きくらげ・・・・2g
塩・・・・・・・少々
酒・・・・・・・大さじ1
卵白・・・・・・L1個分
焼きあなご・・・1/2尾
ゆり根・・・・・12枚
かに身・・・・・50g
酒・・・・・・・・・少々
水溶き片栗粉・・・・適量
わさび・・・・・・・適量
（A）だし汁・・・・・200mL
（A）みりん・・・・・大さじ1
（A）薄口しょうゆ・・大さじ1/2
（A）塩・・・・・・・少々

☆2人分で作るときは、具材料：1/2、加熱時間：約10分で調理してください。

★上手に作るポイント★
④ 入れかた

作りかた
① かぶは皮を厚めにむき、すりおろしてザルにあげ、約10分おき、しっかりと水気を切って150gにする。
② きくらげは水に戻してせん切りにし、①に加え、しっかりと泡立てた卵白・塩・酒を卵白の泡をつぶさないようにザックリと混ぜる。
※卵白はボウルを逆さまにしても落ちてこないくらいに泡立てます。
③ 焼きあなごは4等分に切る。ゆり根は汚れた部分を取り除き、塩を加えた熱湯でゆでる。
④ バットにクッキングシートを敷き、③を4カ所に分け入れ、②をかける。バットごとキャセロールに入れて、バットの周囲に水（200mL）を注ぎ、キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、蒸す。
⑤ 鍋に（A）を入れて温め、酒をふって、ほぐしたかに身を加え、水溶き片栗粉でとろみをつける。
⑥ 器に④を入れ、⑤をかけ、わさびを添える。

調理モード：蒸す　加熱時間 約12分

昆布の旨味がきいた上品な蒸し上がりです。

白身魚の昆布蒸し

材料（4人分）

白身魚（約50g）・・・・・・・4切
塩・・・・・・・・・・・・・適量
酒・・・・・・・・・・・・・適量
白菜・・・・・・・・・・・・2枚
にんじん（花型で抜いたもの）・・8枚
しめじ・・・・・・・・・・・1パック
昆布（3cm角）・・・・・・・・4枚
ぽん酢しょうゆ・・・・・・・適量

☆2人分で作るときは、具材料：1/2、加熱時間：約12分で調理してください。

作りかた
① 白身魚は塩・酒をふり、しばらく置く。
② 白菜はひと口大の削ぎ切りにする。
③ しめじは石づきを取り、小房に分ける。
④ アルミはくで深さ約3.5cm、長さ約16cmの器を4つ作る。
それぞれに4等分にした白菜・昆布・①を順に重ねて、③とにんじんを添える。
アルミはくの器ごとキャセロールに入れ、周囲に水（300mL）を注ぐ。
キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、蒸す。
⑤ 1人分ずつ器に盛り、ぽん酢しょうゆを添える。

皮をまぶしてつけるから
はじめてシュウマイをつくる方にもおすすめ♪

えびの花シュウマイ

調理モード：蒸す　加熱時間 約9分

材料（12個分）（バット（外寸）：24cm×18cm×高さ3cm以下）

えび	120g	シュウマイの皮	約20枚
塩	少々	グリーンピース	12個
片栗粉	少々	にんじん（菊型で抜いたもの）	12枚
ゆでたけのこ	1/3パック（40g）	からし	適宜
		しょうゆ	適宜
(A) 塩	少々		
(A) こしょう	少々		
(A) ラード	20g		
(A) 砂糖	小さじ1		
(A) 片栗粉	小さじ1/2		
(A) ごま油	少々		

☆6個分で作るときは、具材料：1/2、加熱時間：約9分で調理してください。

作りかた

① えびは殻をむき、背ワタを取り除き、塩・片栗粉をふってもみ、水洗いする。
水気をふき取った後、みじん切りにする。
② ゆでたけのこはみじん切りにする。
③ ボウルに①を入れてよく練り、(A)を順に加えてさらに練る。②を加えてよく混ぜ、12等分にする。
④ シュウマイの皮は横半分に切り、端から3mm幅の細切りにしてほぐし、バットに広げる。
⑤ ③に④をふんわりとまぶしつけ、中央を少しくぼませてグリーンピースをのせる。
⑥ バットににんじんを置き、⑤をのせて霧吹きで水を吹きかける。バットごとキャセロールに入れ、バットの周囲に水(300mL)を注ぎ、キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、蒸す。
⑦ お好みで、からし・しょうゆを添える。

★上手に作るポイント★

⑤ まぶしかた

⑥ のせかた

洋菓子用の型でかわいいお花ようかんに！

栗蒸しようかん

調理モード：蒸す　加熱時間 約15分

材料（アルミカップ6個分　朝顔型：底径3cm）

こしあん	150g	（仕上げ用寒天）作りやすい分量	
(A) 薄力粉	大さじ1強	(C) 粉寒天	小さじ1/3
(A) 片栗粉	小さじ1/3	(C) 水	80mL
(B) 砂糖	10g	(C) 砂糖	40g
(B) ぬるま湯	25g		
(B) 塩	ひとつまみ		
栗の甘露煮	3個		

☆アルミカップ3個分で作るときは、具材料：1/2、加熱時間：約15分で調理してください。

作りかた

① ボウルにこしあんを入れ、合わせてふるった(A)を加えてよく混ぜる。
② (B)を①に少しずつ加えてさらによく混ぜる。
③ アルミカップに②を流し入れ、半分に切った栗の甘露煮をのせ、キャセロールに並べ、型の周囲に水(400mL)を注ぐ。
④ キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、蒸す。
⑤ (C)を合わせて火にかけ、煮溶かし、 仕上げ用寒天を作る。
粗熱をとった④の上から表面を覆う程度に寒天をかける。

★上手に作るポイント★

③ 入れかた

☆アルミカップ横壁が寝過ぎないようにしてください。
また、とびらはゆっくりと開閉してください。
水がアルミカップ内に入るおそれがあります。

クリーミーなとろとろタイプのプリン！

なめらかプリン

調理モード：蒸す　加熱時間 約5分＋余熱時間 7〜8分

材料（ココット4個分　内寸直径7.5cm×3.5cm）

卵	L1個
砂糖	30g
牛乳	150mL
生クリーム	100mL
バニラオイル	少々
（カラメル）	
砂糖	30g
水	60mL

☆ココット2個分で作るときは、具材料：1/2、
加熱時間：約4分＋余熱時間：7〜8分で調理してください。

作りかた

① ボウルに卵を入れほぐし、砂糖を加えて混ぜる。
② 牛乳・生クリーム・バニラオイルを①に加えて混ぜ、こしてココットに分け入れる。
③ キャセロールに水(300mL)を注ぎ②を並べて、キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、蒸した後、余熱で約7〜8分置く。
※蒸し上がりのめやすは、竹串をさして透明な液が出てくる状態です。
④ 出来上がったら粗熱をとり、冷蔵庫で冷やす。
⑤ 鍋に砂糖と水(10mL)を入れ、火にかける。カラメル色になれば火からおろし、残りの水(50mL)を加えて溶かし、冷ます。
⑥ ④に⑤をかける。

★上手に作るポイント★

☆蒸しあがりは少しやわらかめですが冷やすとかたまります。
1）温度、器の大きさなどにより固まり具合が異なることがあります。
卵や牛乳、生クリームなどの材料はあらかじめ常温に戻してください。
2）生地はココットに入れたらすぐに蒸してください。
※卵はLサイズを使います。Mサイズ以下では固まりません。
☆植物性のクリームを使用した場合、二層に分離するおそれがあります。

濃い目の抹茶味としっとり感が、はんなり京都風！

抹茶の蒸しパン

調理モード：蒸す　加熱時間 約18分

材料（角型1台分　16cm角 高さ4cm以下）

卵	L1個
砂糖	70g
牛乳	75g
サラダ油	20g
(A) 薄力粉	100g
(A) ベーキングパウダー	小さじ1
(A) 抹茶	大さじ1弱
かのこ豆	40g

作りかた

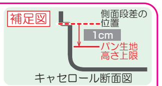
① ボウルに卵を入れほぐし、砂糖を加えてよく混ぜ、牛乳も加える。
② ①にサラダ油を少しずつ加えてしっかりと混ぜ、(A)を合わせてふるい入れ、泡立て器で粉気がなくなるまで混ぜる。
③ クッキングシートを敷いた角型に②を入れ、かのこ豆を散らす。キャセロールに入れて型の周囲に水(300mL)を注ぎ、キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、蒸す。

★上手に作るポイント★

③ 置きかた

調理モード（パン）

・食材は加熱前の状態で、キャセロール側面段差（補足図参照）より1cm以上低くなるようにしてください。
・ふくらみ過ぎるとふたにあたって焦げたり、ふたが持ち上がりとびらが開かなくなることがあります。
・なるべく生地を平らにしてください。
・食材のむら・高さのむらにより、焼き色・ふくらみがばらつくことがあります。
・水分の多い食材を加熱すると消火する場合があります。
・調理モード、加熱時間を設定してください。
設定のしかたは、機種により異なります。機器に付属の取扱説明書の マルチグリル を参照してください。



ブリオッシュ的な味わいの焼き色がとってもきれいなプチパン。

ぷちプチパン

調理モード：パン　加熱時間 約13分

材料（8個分）

(A) 強力粉・・120g
(A) 砂糖・・・10g
(A) 塩・・・・2g
(B) 卵・・30g
(B) 水・・50g
スキムミルク・・・・・・・・・3g
インスタントドライイースト・・3g
バター（食塩不使用）・・・・・・15g
溶き卵・・・・・・・・・・・・・適量

★上手に作るポイント★
⑦ 溶き卵をまんべんなく塗る

作りかた　☆パン生地の作りかたの詳細を36ページに記載しています。

① ボウルに(A)を合わせてふるい入れ、スキムミルク・インスタントドライイーストを加える。
② 常温にした(B)を合わせ、①に加え手早く混ぜる。まとまれば、台の上に取り出してこねる。
③ 生地の表面がなめらかになれば、バターを加えてさらにこねる。
※こね始めはベタつき感がありますが、こね続けるとまとまってきます。合計で約20分こねます。
④ 生地を少し引っ張って薄い膜が張るようになれば、丸めてボウルに入れ、乾燥しないようにして発酵させる。（一次発酵 約40分）
⑤ 生地が2倍くらいの大きさになれば、ボウルから取り出して生地を8等分にして丸め、乾燥しないようにして10分置く。（ベンチタイム）
⑥ 生地を丸め直してキャセロールに並べ、35℃前後のところで大きさが約2倍になるまで発酵させる。（ホイロ　20～25分）
⑦ 溶き卵を塗り、キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、焼く。
お好みで、生地にレーズンやローストして刻んだくるみを入れてください。

手ごねパン初心者もチャレンジしやすいレシピです！

フォカッチャ

調理モード：パン　加熱時間 約15分

材料（キャセロール1台分（8切分））

(A) 強力粉・・・・・・・・・・・100g
(A) 薄力粉・・・・・・・・・・・100g
(A) 塩・・・・・・・・・・・・・2g
(B) 水・・・・・・・・・・・・・120g
(B) E.V.オリーブ油・・・・・・・10g
（E.V.=エクストラヴァージン）
インスタントドライイースト・・3g
岩塩・・・・・・・・・・・・・・適量
E.V.オリーブ油・・・・・・・・・適量
ブラックオリーブ（種なし）・・・2個
ローズマリー・・・・・・・・・・適量

★上手に作るポイント★
⑥ 置きかた

作りかた　☆パン生地の作りかたの詳細を36ページに記載しています。

① ボウルに(A)を合わせてふるい入れ、インスタントドライイーストを加える。
② 常温にした(B)を①に加え、手早く混ぜる。ひとまとまりになれば、台の上に取り出してこねる。
※こね始めはベタつき感がありますが、こね続けるとまとまってきます。合計で約10～15分こねます。
③ 生地を少し引っ張って薄い膜が張るようになれば、丸めてボウルに入れる。乾燥しないようにして発酵させる。（一次発酵 約30分）
④ 生地が2倍くらいの大きさになれば、ボウルから取り出し、もう一度丸め直して、乾燥しないようにして15分置く。（ベンチタイム）
⑤ キャセロールにクッキングシートを敷く。めん棒でキャセロールの大きさにのばした生地をキャセロールに入れ、35℃前後のところで大きさが約2倍になるまで発酵させる。（ホイロ　20～25分）
⑥ 表面にE.V.オリーブ油を塗り、指で数か所穴を開けるように押す。岩塩をふり、ブラックオリーブを輪切りにしたものをのせ、ローズマリーを散らす。
キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、焼く。

ラム酒風味のアイシングがオトナ味！

ぐるぐるシナモンロール

調理モード：パン　加熱時間 約15分

材料（10個分）

(A) 強力粉・・・・160g
(A) 薄力粉・・・・40g
(A) 砂糖・・・・・20g
(A) 塩・・・・・・3g
インスタントドライイースト・・4g
(B) 卵・・・・・・30g
(B) 水・・・・・・95g
バター（食塩不使用）・・・35g
(C) シナモンパウダー・・2g
(C) グラニュー糖・・・・30g
溶き卵・・・・・・・・・・適量
（アイシング）
粉砂糖・・・・・・・・・30g
ラム酒または水・・・・約小さじ2

作りかた　☆パン生地の作りかたの詳細を36ページに記載しています。

① ボウルに(A)を合わせてふるい入れ、インスタントドライイーストを加える。
② 常温にした(B)を合わせ、①に加え手早く混ぜる。まとまれば、台の上に取り出してこねる。
③ 生地の表面がなめらかになれば、バターを加えてさらにこねる。
※こね始めはベタつき感がありますが、こね続けるとまとまってきます。合計で約20分こねます。
④ 生地を少し引っ張って、薄い膜が張るようになれば、丸めてボウルに入れ、乾燥しないようにして発酵させる。（一次発酵　約40分）
⑤ 生地が2倍くらいの大きさになれば、ボウルから取り出し、もう一度丸め直して、乾燥しないようにして15分置く。（ベンチタイム）
⑥ 25×28cmの長方形にのばし、長辺を手前にして横長に置く。霧吹きで軽く表面全体に水を吹きかけ、(C)を混ぜ合わせたものを全体にふる。
⑦ 手前から巻いてしっかりと閉じ、30cmの長さにのばして10等分に包丁で切る。切り口が上になるようにキャセロールに並べ、35℃前後のところで大きさが約２倍になるまで発酵させる。（ホイロ　約35分）
⑧ 溶き卵を塗り、キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、焼く。
⑨ 粉砂糖にラム酒または、水を加えてかたさを調整してアイシングを作り、焼き上がった⑧に絞る。

★上手に作るポイント★
⑥ まんべんなく全体にふる

⑦ 均等に切る

☆生地のふくらみでふたを持ち上げないよう、均等（3cm程度）に切りましょう。

⑧ 溶き卵をまんべんなく塗る

パサつきなし、かたくならない
しっとりふんわり食感のブラウニー♪

くるみのブラウニー

調理モード：パン　加熱時間 約17分

材料（キャセロール1台分（12切分））

バター（食塩不使用）・・・・120g
砂糖・・・・・・・・・・・・120g
卵・・・・・・・・・・・・・160g
(A) 薄力粉・・・・・・・・90g
(A) ココア・・・・・・・・30g
(A) ベーキングパウダー・・小さじ1/2
くるみ・・・・・・・・40g
アイスクリーム・・・・適量
ホイップドクリーム・・適量
ココア・・・・・・・・適量
ミント・・・・・・・・適量

作りかた

① ボウルにやわらかくしたバターを入れ、クリーム状になるまで混ぜる。
ふるった砂糖を数回に分けて加え、白っぽくなるまですり混ぜる。
② ①に溶きほぐした卵を少しずつ加える。
③ 合わせてふるった(A)を加えてツヤが出るまでサックリと混ぜる。
④ クッキングシートを敷いたキャセロールに③を流し入れる。表面を平らにして粗く砕いたくるみをのせる。
⑤ キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、焼く。
⑥ 焼き上がったらすぐにキャセロールから出し、冷ましてから適当な大きさに切る。
アイスクリーム・ホイップドクリーム・ココア・ミントで飾りつける。

★上手に作るポイント★
④ 表面を平らにする

☆クッキングシートはふたの上にはみ出さないように注意しましょう。

少ない材料で少しだけ作りたいときにも便利。

ココアのきらきらクッキー

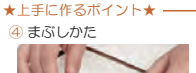
調理モード：パン　加熱時間 約14分

材料（10枚分）

- バター（食塩不使用）・・30g
- 砂糖・・・・・・・・・・20g
- バニラオイル・・・・・少々
- （A）薄力粉・・・・・・40g
- （A）ココア・・・・・・5g
- グラニュー糖・・・・・適量

★上手に作るポイント★

④ まぶしかた



☆冷凍庫から取り出した後は、手早く調理してください。

作りかた

① ボウルにやわらかくしたバターを入れ、クリーム状になるまで混ぜる。ふるった砂糖を2～3回に分けて加え混ぜる。
② バニラオイル・合わせてふるった（A）を加えて粉気がなくなるまでサックリと混ぜる。
③ ラップに包んで10cmの長さの棒状にし、冷凍庫で冷やし固める。
④ 冷凍庫から取り出した生地にグラニュー糖をまぶし、10等分に切ってキャセロールに並べ、キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、焼く。

調理モード：パン　加熱時間 約23分

ヨーグルトの酸味で爽やかな味わいに！

スティックチーズケーキ

材料（角型1台分（6本分）　16cm角 高さ4cm以下）

☆チーズケーキの生地
- クリームチーズ・・・・200g
- 砂糖・・・・・・・・・65g
- 卵・・・・・・・・・・L1個
- プレーンヨーグルト・・100g
- 薄力粉・・・・・・・・大さじ1
- ココア・・・・・・・・小さじ1/2

☆土台
- グラハムクラッカー・・80g
- バター（食塩不使用）・・20g
- 牛乳・・・・・・・・・大さじ1

作りかた

① ボウルにクリームチーズを入れ、砂糖を2～3回に分けて加え混ぜる。
② 溶きほぐした卵を①に加えて混ぜ、さらにプレーンヨーグルト・ふるった薄力粉を加えて混ぜる。
③ ②を大さじ1とり、ココアと混ぜ合わせておく。
④ 細かく砕いたグラハムクラッカーに、溶かしたバターと牛乳を加えてしっとりさせる。
⑤ 角型にクッキングシートを敷き、④を広げ、②を流し入れる。③を表面にスプーンでボトボトと落とすように散らし、竹串で混ぜながらマーブル模様を描く。
⑥ キャセロールに⑤を入れ、キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、焼く。
⑦ 冷まして型から出し、縦に6等分に切り分ける。

★上手に作るポイント★

⑤ 作りかた

⑥ 置きかた

コロコロ見た目がかわいい簡単クッキー。

スノーボールクッキー

調理モード：パン　加熱時間 約15分

材料（18個分）

- バター（食塩不使用）・・・・60g
- 砂糖・・・・・・・・・・・20g
- バニラオイル・・・・・・・少々
- （A）薄力粉・・・・・・・・80g
- （A）アーモンドプードル・・35g
- 粉砂糖・・・・・・・・・・適量

★上手に作るポイント★

⑦ 並べかた

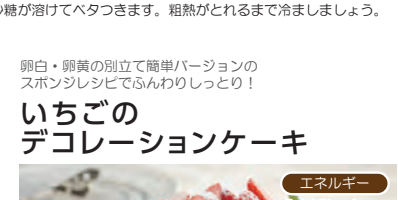
作りかた

① ボウルにやわらかくしたバターを入れ、クリーム状になるまで混ぜる。ふるった砂糖を2～3回に分けて加えて混ぜる。
② バニラオイル・合わせてふるった（A）を加えて粉気がなくなるまでサックリと混ぜる。
③ ②の生地を18等分に分け、丸めてキャセロールに並べ、キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、焼く。
④ 粗熱がとれたら、粉砂糖をまぶす。
※クッキーが温かいうちは生地がやわらかく、粉砂糖をまぶすと砂糖が溶けてベタつきます。粗熱がとれるまで冷ましましょう。

調理モード：パン　加熱時間 約12分

卵白・卵黄の別立て簡単バージョンの
スポンジレシピでふんわりしっとり！

いちごのデコレーションケーキ



材料（キャセロール1台分　24cm×8.5cm 2枚）

- 卵・・・・・・・・・・・・・L3個
- 砂糖・・・・・・・・・・・・90g
- バニラオイル・・・・・・・・少々
- 薄力粉・・・・・・・・・・・75g
- 溶かしバター（食塩不使用）・・20g
- （A）生クリーム・・・200mL
- （A）砂糖・・・・・・20g
- （A）キルシュ・・・・小さじ2
- いちご・・・・・・・15粒
- ミント・・・・・・・適量
- 粉砂糖・・・・・・・適量

作りかた

① 卵は卵白と卵黄に分け、卵白を大きめのボウルに入れて泡立てる。ふるった砂糖を2～3回に分けて加え、そのつど泡立てて、しっかりとしたメレンゲを作る。
② メレンゲに卵黄、バニラオイルを加えて軽く混ぜる。薄力粉をふるい入れ、サックリと混ぜる。
③ 別のボウルに②を少しとり、溶かしバターを加え、バターと生地がなじむまで混ぜ合わせる。
混ざれば、残りの②に戻し入れて、ツヤが出るまで混ぜる。
④ クッキングシートを敷いたキャセロールに、③を流し入れて表面を平らにする。
キャセロールのふたをしてマルチグリルを設定し、焼く。
※ふくらみかたにより奥側に蒸気口の焼き型がつくことがあります。
⑤ 焼き上がったらすぐにキャセロールから出し、側面のクッキングシートを外す。冷めれば底面も外して、縦半分に切る。
⑥ ボウルに（A）を合わせ、氷水にあてながら9分立てにする。
⑦ 2枚の生地の表面に⑥を1/3量ずつ塗り、1枚にはお好みの大きさに切ったいちご（※飾り用に一部とっておく）をのせる。
もう1枚の生地をクリームがついている面を下にしてのせる。
表面にもクリームを塗り、側面を切り揃える。飾り用のいちご、ミントをのせ、粉砂糖をふって仕上げる。

★上手に作るポイント★

④ 平らに流し込む

⑦ 切ったいちごをのせる

パン生地の作りかた

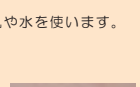
パンづくりは、材料を①混ぜる、②こねる、③一次発酵、④分割・ベンチタイム、⑤成形、⑥ホイロ、仕上げ、焼くという手順ですすめるのが基本です。
※計量は1ｇ単位ではかれるはかりを使い、材料を準備するようにしてください。

①混ぜる

ボウルに粉・砂糖・塩などを入れ、手で混ぜ合わせます。
（インスタントドライイーストは、粉類を少し混ぜてから入れるとよいでしょう。）
次に水分を加え、手早く混ぜてひとまとめにします。
水分は、夏場は 20 ～ 25℃、それ以外では 30 ～ 40℃の牛乳や水を使います。

②こねる

生地の粘りを十分に出し、小麦粉中のグルテン（蛋白質）をしっかりつなげます。
こね始めの生地とこね終わりの生地は右の写真のように異なります。
こね始めにはべたついてのびの悪い表面が、こね終わりにはグルテンがしっかりつながり、なめらかな表面になります。油脂を入れる場合は、こね始めてから5分位で数回に分けて入れます。こね終わりのようになるまでは 15 ～ 20 分です。


こね始め

こね終わり

③一次発酵

こね終わった生地を両手で持ち、左右に生地を引いて下に巻き込むようにしてまとめます。
巻き込んだ合わせ目を指でつまむようにして閉じ、つまんだところを下にしてボウルに入れ、ラップをして乾燥を防ぎ30～40分置きます。
約2倍に生地が膨らむのがめやすです。
35℃前後の温かい場所に（直射日光や夏場の暑い場所を避けて）置いてください。
高温で発酵すると、仕上がりに影響しますので気をつけましょう。

④分割・ベンチタイム

ここからは、生地をなるべくやさしく扱うようにします。発酵終了後、生地をボウルから取り出し、軽く全体を押してガス抜きをします。生地を分けるときには、カード、スケッパー、ナイフなどで等分に切り分けます。手でちぎるのは厳禁です。
切ったら切り口を下に巻き込むようにして丸め、ふきんの上に並べ、乾燥しないように上からもふきんをかけておきます。その上に固く絞ったぬれぶきんをのせます。湿気の多いときは厚手のふきんにはさむ程度でよいでしょう。

生地を分割したり丸めたりした後は生地が傷んで固くなっています。それを休ませて柔らかくし、成形しやすくするための時間をベンチタイムといいます。

⑤成形

生地を仕上がりの形に整えます。めん棒を使って生地をのばす時には、縦横に少しずつのばすようにしてください。
急にのばすと、生地が縮んだり傷んだりします。

⑥ホイロ

成形後はガスが抜け、生地がしまっています。生地を再び発酵させ、膨らませることで食感のよいパンになります。
キャセロールに成形した生地を入れて、キャセロールのふたをし、35℃前後でホイロを行います。

◎材料の計量早見表

（単位：ｇ）

材料＼計量器	小さじ1（5ml）	大さじ1（15ml）	カップ1（200ml）
薄力粉	3	8	100
強力粉	3	8	105
砂糖（上白糖）	3	9	110
グラニュー糖	4	13	170
粉砂糖	3	8	105
粉ゼラチン	3	10	―
ベーキングパウダー	3	10	―
アーモンドプードル	2	6	90
インスタントドライイースト	2	―	―

材料＼計量器	小さじ1（5ml）	大さじ1（15ml）	カップ1（200ml）
コーンスターチ	2	7	90
ココア	2	6	―
牛乳・水	5	15	200
塩	5	15	210
バター・油	4	13	180
生クリーム	5	15	200
プレーンヨーグルト	5	14	180
ジャム	7	22	270

調理がうまくできないときは

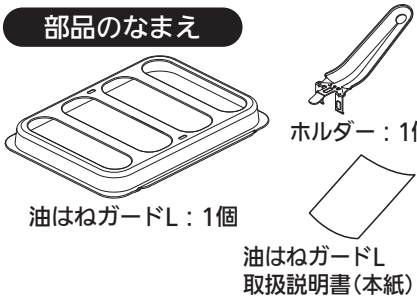
ご質問	回　答
焼けすぎる	調理物の数や形状によって、置きかたを調節してください。
	調理物に合った火加減に調節してください。
	みそ漬けやかす漬けの魚を焼くときは、みそやかすは取ってから焼いてください。
焼け足りない	マルチグリルとびらは確実に閉めてください。
	マルチグリル排気口カバーを正しく取り付けてください。また、マルチグリル排気口カバーの上に鍋などを置いたり、エアコンや扇風機などの風があたらないように配慮して使用してください。
	調理物の数や形状によって、置きかたを調節してください。
	調理物に合った火加減に調節してください。
	冷凍の肉や魚はしっかりと解凍し、冷蔵の調理物は常温でしばらく置いてください。
焼きムラがある	マルチグリルとびらは確実に閉めてください。
	マルチグリル排気口カバーを正しく取り付けてください。また、マルチグリル排気口カバーの上に鍋などを置いたり、エアコンや扇風機などの風があたらないように配慮して使用してください。
	調理物の数や形状によって、置きかたを調節してください。
	調理物に合った火加減に調節してください。
煙やにおいが出る	マルチグリルとびらは確実に閉めてください。
	初めてマルチグリルを使うときは、煙やにおいが出る場合がありますが、マルチグリル庫内の金属部品に残った加工油によるものです。異常ではありません。
	脂の多い調理物を焼くと煙が多く出るため、マルチグリル排気口以外からも煙が出る場合があります。異常ではありません。
	マルチグリル庫内やマルチグリル専用容器が汚れていないか確認し、お手入れしてください。残った調理物などが焦げて、煙やにおいが出る場合があります。
食材がくっつく	脂の少ない食材（とくに鮭、あじ、かれいなど）を焼くときは、プレートパン、波型プレートパンにサラダ油を塗ってください。また、マルチグリル専用容器は使用の都度、お手入れしてください。

油はねガードL取扱説明書

◎油はねガードLは、プレートパンL／波型プレートパンLで脂分の多い食材を調理するときに、マルチグリル庫内での脂の飛び散りを防ぎ、汚れを軽減します。

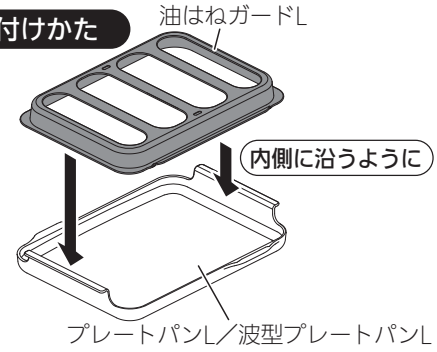
※『油はねガードL』、『プレートパンL』、『波型プレートパンL』の名称末尾の『Ｌ』は、コンロの機種により表記していない場合があります。

部品のなまえ



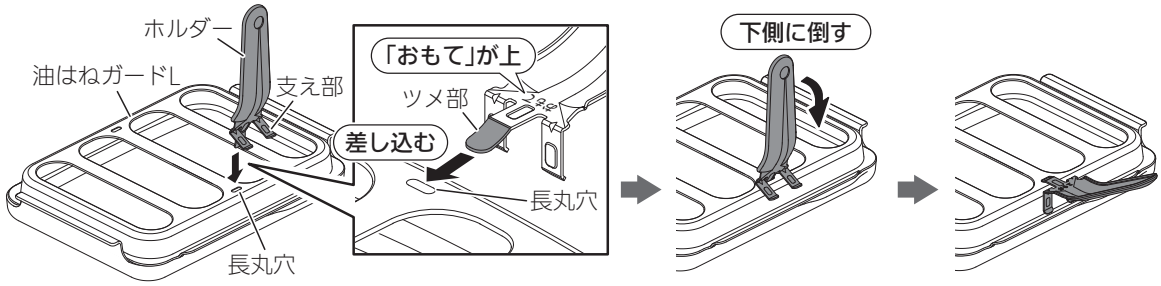
油はねガードLの取り付けかた

・プレートパンL／波型プレートパンLの内側に沿うように、油はねガードLを差し込んでください。
※内側に入らない場合は使用しないでください。



油はねガードLの取り出しかた

・ホルダーの「おもて」が上になっていることを確認してから、油はねガードLの長丸穴にホルダーのツメを差し込み、しっかりと持ってください。
※間違ったホルダーの差し込みや、不安定な状態で持ち上げると、調理物や油はねガードLの落下によるやけどやけが、思わぬ事故の原因になります。
※繰り返し使用することでホルダーと長丸穴が接触する場所では、塗装のはがれや変形が生じる場合がありますが、使用上問題ありません。



⚠注意

・油はねガードLは、マルチグリル使用中および使用直後は高温になるため、取り出すときは必ず付属のホルダーを使用する。
また、油はねガードL、グリルとびらやプレートパンL／波型プレートパンLなどに手をふれないように気をつける。
やけどの原因になります。
・プレートパンL／波型プレートパンL以外に使用しない。
破損の原因になります。
・調理終了後、高温状態の油はねガードLを水などに入れて急冷しない。
変形の原因になります。

使いかたのお願い

・さんまなどの長い魚は切り、油はねガードLからはみ出したり、浮かないようにして調理してください。
・油はねガードLを取り付けての調理は、ご使用のモードにより、焼き色が強くなったり、弱くなったりします。
焼き色の強さが気になる場合や焼き足りない場合は、調理モードで様子を見ながら調理してください。

油はねガードLのお手入れ方法

お手入れの前に
・油はねガードLが冷めていることを確認！
・手袋をする！

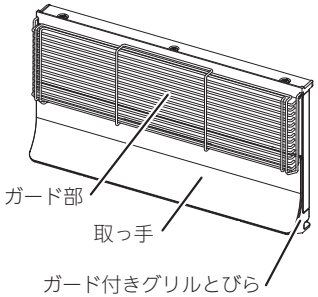
・台所用中性洗剤を含ませたスポンジで、丸洗いしてください。
洗剤や水分が残らないよう、乾いた布でしっかりふき取ってください。
・金属製のたわしやブラシ、先が鋭利なもの、研磨剤や研磨剤が入った洗剤などを使用しないでください。
キズや色落ちの原因になります。
※汚れたまま放置したり、使用したりすると、汚れが取れにくくなり、シミが残ったり、塗装のはく離の原因になったり、脂汚れで発火することがあります。
※食器洗い乾燥機は使用しないでください。変質や変色、塗装のはがれなどの原因になります。

36549310 T工93-01

ガード付きグリルとびら

取扱説明書

DP0155
DP0156



○この取扱説明書と、ご使用中のコンロの取扱説明書をよくお読みのうえ、正しく安全にお使いください。

○コンロの取扱説明書とともに、いつでも利用できる場所に大切に保管してください。

※機種によりイラストの形状が異なります。
また、現在お使いのグリルとびらとは、表示や注意書きが異なる場合があります。

必ずお守りください(安全上の注意)

使用される方や他の方への危害、財産への損害を未然に防止するために、つぎのような区分、表示をしています。
いずれも安全に関する重要な内容ですので、必ずお守りいただき、内容を理解して正しく使用してください。

■危害、損害の程度による内容の区分

⚠警告	この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う可能性または、火災が想定される内容です。
⚠注意	この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が軽傷を負う可能性および物的損害のみが発生する可能性が想定される内容です。

■注意、禁止内容の絵表示

❗ 必ず守る	🛇 禁　止

⚠警告

❗ 必ず守る

・**グリル使用後および連続使用するときは、使用の都度お手入れする**
たまった脂、食品くずに火がついて、火災のおそれがあります。

⚠注意

🛇 禁止

・**使用中や使用直後は、ガード付きグリルとびらに水をかけない**
ガード付きグリルとびらガラスが割れて、やけどやけがの原因になります。

🛇 禁止

・**使用中や使用直後は、ガード付きグリルとびらの取っ手以外は触らない**
やけどの原因になります。
ガード部周辺も熱くなっています。

❗ 必ず守る

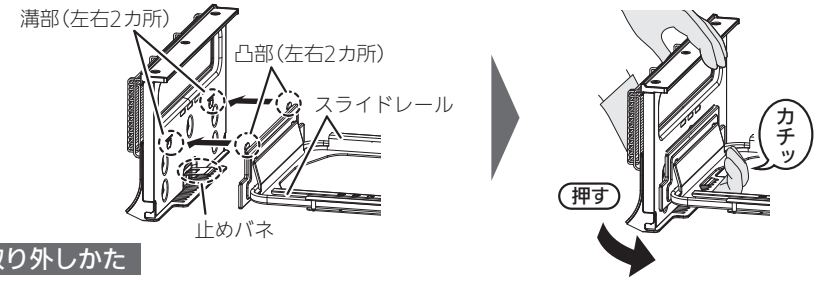
・**ガード付きグリルとびらの取り付け、取り外し、お手入れは、機器が十分冷めてから、手袋をして行う**
やけどや突起物などでけがをする原因になります。

取り扱い方法　●機器が冷めていることを確認し、手袋をして行ってください。

※ガード付きグリルとびらの取り付け、取り外しは、スライドレールの上に取り付けたすべての部品を取り外してから行っていください。
・無理な取り付け、取り外しにより、強い力を加えると、ガード付きグリルとびらの溝部(左右2カ所)、スライドレールの凸部(左右2カ所)、止めバネの変形や損傷の原因となって、ガード付きグリルとびらの閉まりが悪くなったり、外れやすくなりますので、注意してください。

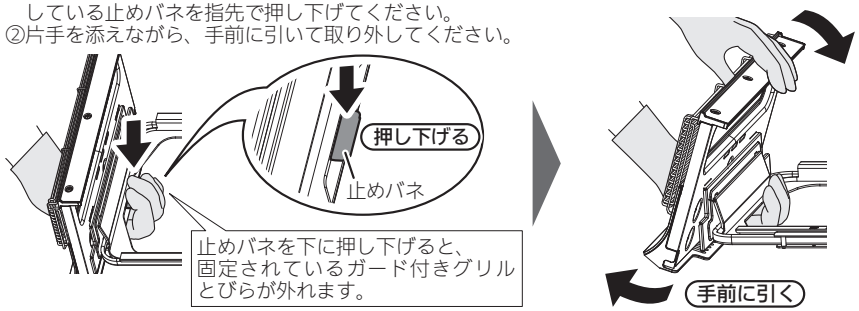
取り付けかた　ご使用中のグリルとびらと取り替えてください。

①ガード付きグリルとびらの溝部(左右2カ所)に、スライドレールの凸部(左右2カ所)を差し込んでください。
②ガード付きグリルとびらの下部を『カチッ』と音がするまで押してください。



取り外しかた

①ガード付きグリルとびらの下から手を回し、スライドレールとガード付きグリルとびらを固定している止めバネを指先で押し下げてください。
②片手を添えながら、手前に引いて取り外してください。



お手入れ方法

・水を含ませたスポンジ、布などのやわらかい物でふき取り、水分が残らないように乾いた布でふき取る。または、台所用中性洗剤を含ませたスポンジ、布などのやわらかい物でふき取り、洗剤が残らないように水ぶきする。
※必ずスライドレースからガード付きグリルとびらを取り外してください。
取り外さずにお手入れすると、変形や損傷の原因になります。
※汚れたまま放置したり、使用したりすると汚れが取れにくくなり、シミが残る原因になったり、脂汚れで発火することがあります。

取れにくい汚れのとき

・台所用中性洗剤で丸洗いしたあと、洗剤が残らないように水洗いし、水分が残らないように乾いた布でふき取る。

●ガード付きグリルとびらの修理は取り扱っておりません。新しいものをお買い求めください。