

コンパクトオーブンレンジ 家庭用

MOR-C15T1 取扱説明書・料理集



このたびはコンパクトオーブンレンジをお求めいただきまして
まことにありがとうございました。
ご使用前に、この「取扱説明書」と添付の「保証書」をよく
お読みになり、正しくご使用ください。
お読みになったあとは、いつでも取り出せるところに「保証書」
とともに大切に保管ください。

はじめてお使いになる前に

■必ず本書に記載している方法でお使いください。

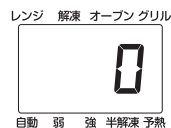
記載方法でお使いいただかないと上手に仕上がらなかったり、故障の原因になります。

庫内のカラ焼き(脱臭) オープン機能を利用して、庫内の油を焼き切ります。

- カラ焼き(脱臭)を行うときは、煙やにおいが出ることがあるため、部屋の換気をしてください。
- カラ焼き(脱臭)を行うときは、庫内に回転受台以外のもは入れないでください。
- 加熱中や加熱後しばらくは、本体(キャビネット・ドア・庫内など)に触れないでください。
- カラ焼き(脱臭)は、庫内が冷めた状態で汚れを拭き取ったあとに行ってください。

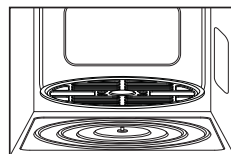
① 電源プラグをコンセントに差し込み
ドアを1秒以上開ける

- 電源が入り表示部の【0】が点灯します。



② 回転受台を庫内にセットする

- ターンテーブルは入れません。



③ **オープン
発酵/グリル** を1度押す

- 【180℃】が表示され、オープンマークが点灯します。



④ **仕上がり調節
弱め 強め** を押して温度を設定する

- ▲キーを2度押し、温度を200℃に合わせてください。



⑤ **10分** を押して時間を設定する

- 10分キーを2度押し、時間を20分に合わせてください。



⑥ **あたため
スタート
冷凍もの2回押し** を押す

- 加熱(カラ焼き)の残り時間を表示します。

⑦ **終** 終了音が鳴ったら「カラ焼き」完了

- 庫内を冷ましてからお使いください。

待機時消費電力オフ機能

待機時の消費電力を節約するため、電源プラグをコンセントに差し込んだだけでは電源は入らないようになっています。ドアを開閉することで電源が入り、表示部に【0】を表示します。電源「入」の状態では約5分後に自動的に電源が切れます。

もくじ

■はじめに

はじめてお使いになる前に	2
もくじ	3
各部のなまえ	4
安全上のご注意	6
使用上のお願い	10
使える容器・使えない容器	11

■操作のしかた

あたため	12
・冷凍もの2度押し	

解凍/半解凍	13
--------------	----

自動メニュー	1 トースト	14
	2 飲み物	15
	3 冷凍ごはん	16
	4 コンビニ弁当	17

手動調理	レンジ	18
	手動調理の加熱時間表	19
	オープン 予熱なし・発酵	20
	予熱あり	21
グリル	22	

■こんなときは

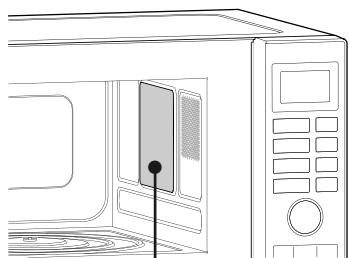
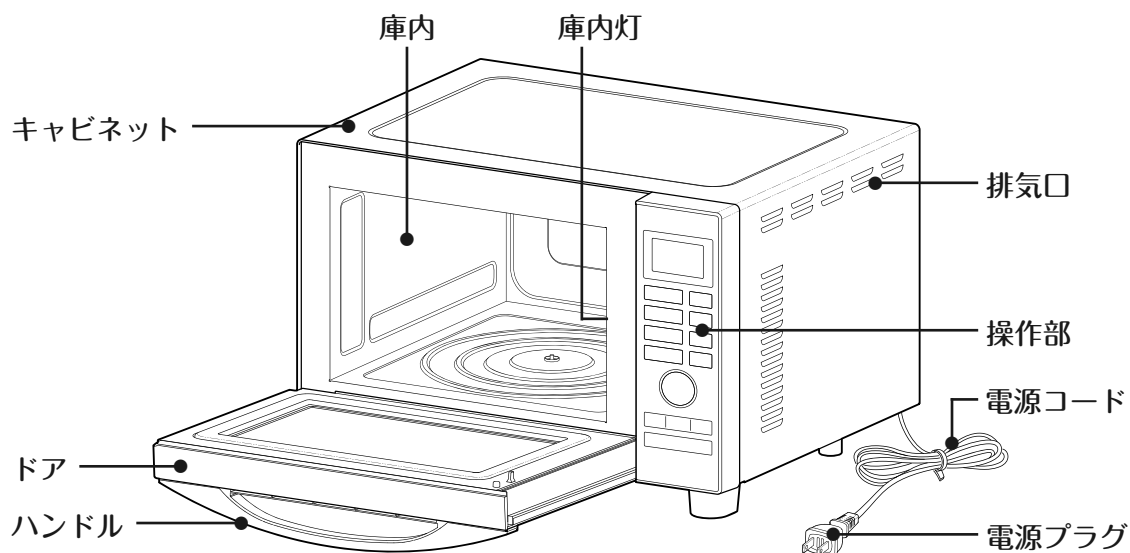
うまく仕上がらない	23
故障かな?と思ったら	24
このような表示が出たときは	25

■レシピ

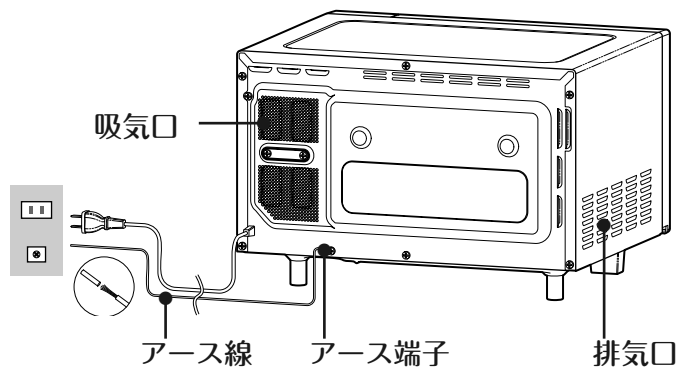
マカロニグラタン	26
白身魚のホイル焼き	26
あさりの酒蒸し	27
小松菜のごま和え	27
焼きとり	27
キッシュ	28
型抜きクッキー	28
スポンジケーキ	29
りんごのジャム	29

お手入れ	30
仕様	31
アフターサービスについて	31
お客様ご相談窓口	32

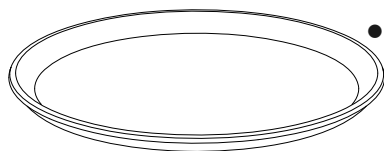
本体



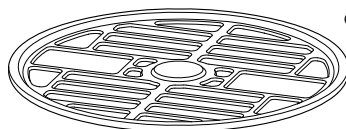
この部品は取り外さない。
電波発振器の故障の原因になります。



付属品



●ターンテーブル

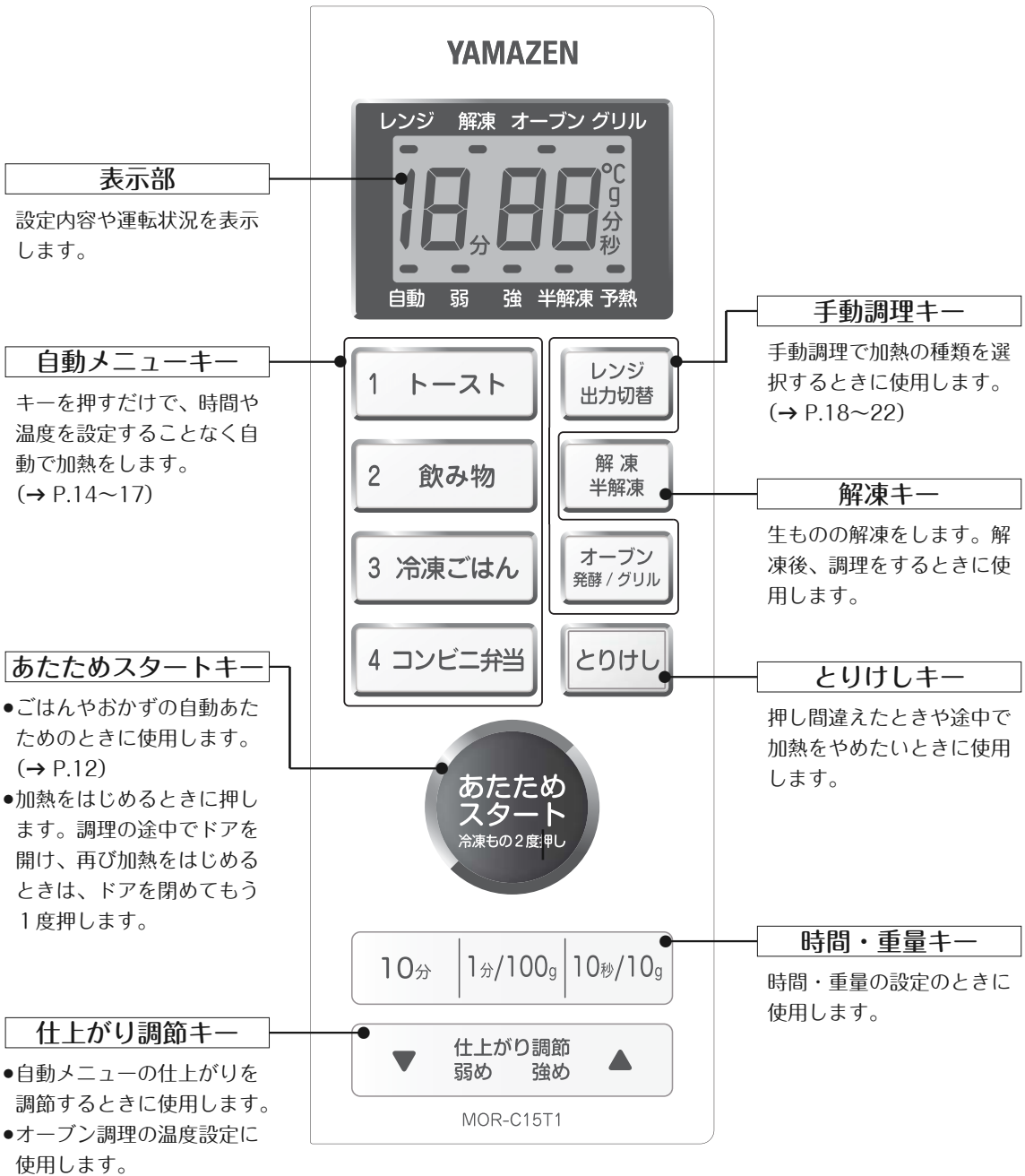


●回転受台

●取扱説明書(本書)

●保証書

操作部





安全上のご注意


ご使用前に、安全上のご注意をよくお読みのうえ、正しくお使いください。

ここに示した注意事項には、お使いになる方や他の人への危害、財産への損害を未然に防ぐための重大な内容を記載していますので必ず守ってください。


表示の説明


 **危険** : 誤った取り扱いをしたときに、死亡や重傷を負う危険性がきわめて高いもの


 **警告** : 誤った取り扱いをしたときに、死亡や重傷を負う可能性があるもの

 **注意** : 誤った取り扱いをしたときに、使用者が傷や物的損害をこうむる可能性があるもの


図記号の説明


 : △記号は、危険・警告・注意を促す内容があることを告げるもの

 : ⊘記号は、禁止の行為であることを告げるもの

 : ●記号は、行為を強制したり指示したりする内容を告げるもの

危険


 絶対にキャビネットを外さない
また、分解・改造・修理をしない

 吸気口・排気口など、製品の穴やすき間に指や針金などの異物を入れない

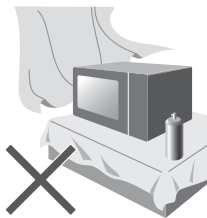
火災・感電・けがの原因になります。
修理はお買い上げの販売店にご相談ください。


感電・異常動作・けが・故障のおそれがあります。
異物が本体に入った場合は、お買い上げの販売店にご相談ください。

警告


 燃えやすいものや熱に弱いものを近づけない

レンジ本体をたたみ・じゅうたん・テーブルクロス・プラスチックなどの上には置かないでください。また、カーテンやスプレー缶などを近づけないでください。オープン・グリル加熱のとき、高温で引火や破裂のおそれがあります。




 火気の近くや水のかかる場所では使わない


感電・漏電・故障の原因になります。

 ドアを開けるときは、のぞき込まない


熱気や水蒸気などで、やけどのおそれがあります。

 家電製品の上に置かない


家電製品の天面がプラスチック製のものがあります。その場合、オープン・グリル加熱のとき、高温で変形や変色のおそれがあります。

 電源コードを傷つけない

加工したり、束ねたりしないでください。重いものをのせたり、無理に曲げたり、引っ張ったりねじったり、挟み込んだりしないでください。電源コードが破損し、火災や感電の原因になります。


 子供だけで使わせない
幼児の手の届くところでは使わない


やけど・感電・けがのおそれがあります。


 いたんだ電源コードや電源プラグ、差し込みがゆるいコンセントは使わない


電源プラグは根元まで確実に差し込んでください。感電・ショート・発火の原因になります。


警告

 電源プラグについたほこりを拭き取る
ほこりが付着すると火災の原因になります。

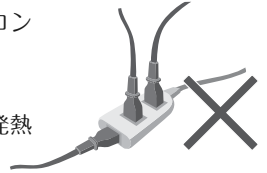
 加熱中に電源プラグを抜き差ししない
感電・火災の原因になります。

 濡れた手で電源プラグを抜き差ししない
感電するおそれがあります。

 お手入れは電源プラグを抜いて行う
感電やけがのおそれがあります。

 定格15 A以上・交流100 Vのコンセントを
単独で使う

延長コードは使用しないでください。
複数の電化製品を併用した分岐コン
セントは使用しないでください。
(タコ足配線禁止)
電源コードやコンセントが異常発熱
し発火や感電の原因になります。

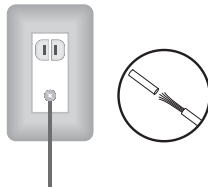


 アースを確実に取り付ける

故障や漏電のときに感電するおそれがあります。

アースの取り付け方法 (必ず電源プラグをコンセントから抜いて行う)

- ご家庭のアース端子付きコンセント使うとき
- 1.アース線がレンジ本体後面のアース端子(ネジ)に確実に取り付けられていることを確認する。
- 2.アース線先端部分の被覆を取り外し、芯線をアース端子に固定する。(アース線の先端がコンセントに触れないよう注意する)



△注意

ガス管・水道管・電話や避雷針のアースには取りつけないでください。

アース線がはずれたり、ゆるんだりしていないか、ときどき点検してください。

- ご家庭にアース端子付きコンセントがないとき
販売店または電気工事店にご相談ください。
(本体価格に工事費は含まれていません)

●「電気工事士」の有資格者によるD種接地工事が 必要な据え付け場所

湿気の多い場所

水蒸気が充満する場所

土間・コンクリート床

酒やしょうゆなどの醸造・貯蔵場所


水気のある場所

(漏電遮断器の取り付けも義務付けられています)

洗い場など水気のある場所


地下室のように、結露が起きやすいところ

注意

 使用するキーを間違えない

仕上がりが悪くなる原因になります。

加熱しすぎて焦げ・発火・火災の原因になります。
飲み物をあたためキーで加熱すると、庫内から取り出した後に突然沸とうし、やけどのおそれがあります。(突沸現象)

 加熱中や加熱後しばらくは、高温部(レンジ本体・ドア・庫内など)や付属品に触れない
(ハンドル・操作部を除く)

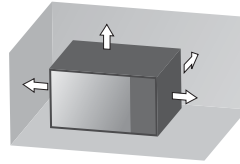
高温のため、やけどのおそれがあります。

電子レンジ加熱の場合も高温になることがあります。

⚠ 注意

❗ 壁などから離す

吸気口・排気口など周りを密閉した状態で使用すると過熱して発火するおそれがあります。
放熱や排気による壁の汚れ・変色・結露・故障のおそれがあります。



上面 20cm以上
後面 10cm以上
左右側面 5cm以上
(窓ガラスからは
20cm以上離してください)

レンジ本体の設置場所は、テレビ・ラジオ・無線機器(無線LAN)やアンテナ線などからは3m以上離す
雑音や映像が乱れ、通信エラーの原因になります。

⊘ レンジ本体の上にものを置かない

レンジ本体の上から布をかぶせたり、ものを置いたりしないでください。
過熱により発火するおそれがあります。

❗ 水平で丈夫な場所に置く

振動・騒音・レンジ本体落下の原因になります。

⊘ ドアに無理な力を加えない

レンジ本体が倒れたり落下したり電波漏れによる障害がおきるおそれがあります。

⊘ ドアにものをはさんだまま加熱しない

電波漏れによる障害がおきるおそれがあります。

❗ 庫内の梱包材は使用前に取り出す

焦げ・変形・発火のおそれがあります。

⊘ 調理の目的以外には使用しない

やけど・けが・発火のおそれがあります。

⊘ 電源コードは排気口や温度の高い部分に近づけない

熱器具にも近づけないでください。
火災・感電の原因になります。

⊘ 水をかけない

使用中、前面のガラスに水がかかると割れるおそれがあります。

⊘ レンジ本体が転倒・落下した場合は外部に損傷がなくても使用しない

感電・電波漏れのおそれがあります。
お買い上げの販売店にご相談ください。

⊘ 庫内の食品が燃え出したときはドアを開けない

ドアを開けると空気が入り、勢いよく燃えるおそれがあります。

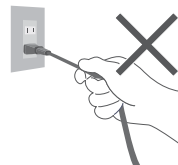
まず、とりけしキーを押し、運転を止めてから電源プラグを抜きます。レンジ本体から燃えやすいものを離し火が消えるのを待ってください。

※火が消えないときは水が消火器で消してください。

※そのまま使用せず、お買い上げの販売店に必ずご相談ください。

❗ 電源プラグを抜くときは、電源コードを持たずに先端の電源プラグを持って抜く

感電・ショート・発火するおそれがあります。



⊘ 食品や調味料などを庫内に入れたままにしない

食品の収納庫として使用しないでください。
誤って運転した際、発火・火災のおそれがあります。

⚠ 注意

🚫 食品や飲み物などを加熱しすぎない

発煙・発火の原因になります。

食品：とくに天ぷらなどの揚げもの

飲み物：牛乳・コーヒー・生クリーム・油脂分の多い液体やお酒など

加熱中や、加熱後食品を取り出すときにテーブルに置いたり異物が入るなどの衝撃を受けると突然飛び散ることがあり、やけどのおそれがあります。

※加熱しすぎたときは、少し時間をおいてから庫内から取り出して下さい。

※少量の食品は自動で加熱せず、手動で様子を見ながら加熱してください。



🚫 庫内や付属品に食品カスなどが付いたまま加熱しない

火花が出たり、発火・焦げの原因になります。

🔌 長時間使わないときは、電源プラグを抜く

絶縁劣化による感電や漏電火災の原因になります。

⚠ お手入れはレンジ本体が冷めてから行う

やけどのおそれがあります。

🚫 ターンテーブルに衝撃を与えない

食品など庫内のものを出し入れするときに、ターンテーブルのふちにあてたり、落としたりしないでください。
(容器を引きずって取り出さない)

ターンテーブルがはずれ、けがのおそれがあります。

🚫 食品や付属品の出し入れは市販の厚手のミトンやふきんなどを使う

ミトンやふきんが水・油でぬれているときや、布地が破れた状態では使用しないでください。

やけどのおそれがあります。

電子レンジ加熱のとき

⚠ 殻や膜のある食品は殻を取るか切れ目を入れる

栗・ぎんなん・ソーセージなどは破裂しやけどやけがをするおそれがあります。



🚫 金属製の容器や金串などは使用しない

庫内壁面やドアガラスなどに触れると、火花が出てドアガラスが割れるおそれがあります。

アルミで加工した紙箱やバック、テープなども使用しないでください。

金銀模様のある容器も使用しないでください。

⚠ 卵は割りほぐしてから加熱する

破裂し、やけどやけがをするおそれがあります。
ゆで卵を作ったり、あたためたりしないでください。
ゆで卵を使ったフライ類・目玉焼き・魚の白子なども加熱しないでください。

⚠ ビンなど、密閉性の高い容器のふたや栓は、はずす

容器が破裂し、やけどやけがのおそれがあります。

⚠ ラップをはずすときは、蒸気の熱に注意する

蒸気が一気に出て、やけどのおそれがあります。

🚫 脱酸素剤や乾燥剤を入れたまま加熱しない

燃えるおそれがあります。



警告

異常・故障時



ただちに使用を中止する

感電・けが・火災のおそれがあります。とりけしキーを押して使用を中止し、すぐに電源プラグをコンセントから抜いてお買い上げの販売店に点検修理をご相談ください。

- 電源コードや電源プラグが異常に熱くなる。
- 異常なおいがしたり煙が出る。
- ドアや庫内に著しい変形がある。
- その他の異常・故障がある。
- スタートしても食品が加熱されない。
- 本体にさわると電気を感じる。
- 自動的に切れないときがある。

使用上のお願い

本書に記載している材料・分量・調理方法で行う

- 材料・分量・調理方法が違くと、仕上がりが悪くなる原因になります。
- 指定分量以外の場合や市販の料理本などの場合は、手動で様子を見ながら加熱してください。

少量の食品や乾燥したものは手動で様子を見ながら加熱する

- 自動調理で加熱すると加熱しすぎたり、食品が焦げたり、発煙・発火のおそれがあります。

加熱終了後、加熱を追加するときは手動で様子を見ながら加熱する

- 自動調理で追加加熱すると、加熱しすぎるおそれがあります。

食品を入れ、ドアを閉めて1分以内にキーを押す

- ドアを閉めて1分以上経過してからキーを押すと、表示部に【E 0 6】が点灯します。
【E 0 6】が表示されたときは、とりけしキーを押して操作をやり直してください。

加熱中にドアを開けない

- 庫内や食品の温度が下がり、仕上がりが悪くなる原因になります。

電子レンジ加熱のとき

食品を入れずに加熱しない

- 部品の寿命を縮めたり、故障の原因になります。

レトルト食品や缶詰などは容器に移す

- アルミの袋や容器に入った食品は加熱されません。
- 火花が出たり、袋がはじけるおそれがあります。

オープン・グリル加熱のとき

ドアの開閉はすばやく、回数は少なくする

- 庫内の温度が下がり、十分に仕上がらない原因になります。

加熱が終われば、すぐに食品を取り出す

- 余熱で加熱しすぎたり焦げすぎる原因になります。

加熱後、付属品や容器などを急に冷やさない
加熱中や加熱後、ドアに水をかけない

- ひびが入ったり、割れるおそれがあります。

加熱直後は庫内が高温のため、ドアを開けて十分に冷ましてから使用する

- 庫内の余熱で加熱しすぎたり、ラップをかけて食品を庫内に入れたときに溶けるおそれがあります。

使える容器・使えない容器

使えない容器にご注意ください。


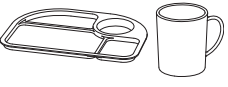
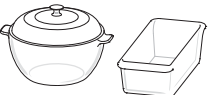


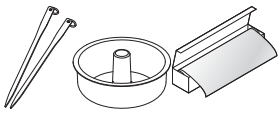
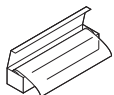
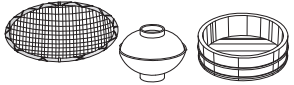
■プラスチック類は家庭用品品質表示法に基づく耐熱温度表示をご覧ください。

■材質や耐熱温度がわからない容器は使わないでください。

表示の説明

○ : 使える

✕ : 使えない

容器の種類	レンジ	オープン・グリル
耐熱性のあるプラスチック容器 	○ 耐熱温度が140℃以上のもので「電子レンジ使用可」の表示のあるものは使えます。砂糖・バター・油を使った料理など高温になる食品には使えません。	✕ ただし、「オープン使用可」の表示のあるものは使えます。
その他のプラスチック容器 	✕ 耐熱温度が140℃未満のものや電波により変質するもの（ポリエチレン・スチロール樹脂・メラミン・フェノール・ユリア樹脂など）は使えません。	✕
耐熱性のあるガラス容器 	○ ただし加熱後、急に冷やすと割れることがあります。	○ ただし加熱後、急に冷やすと割れることがあります。
耐熱性のないガラス容器 	✕	✕
陶器・磁器 	○ ただし、色絵付け・ひび模様・金銀模様のあるものは器を傷めたり、火花が出るので使えません。素焼きの陶器など吸水性の高いものは、熱くなることがあるので注意してください。	○ ただし、内側に色絵付けのあるものは、はげることがあるので使えません。
金属容器・金串 アルミホイル 	✕ 電波を反射するので使えません。ただし、アルミホイルは電波を反射する性質を利用し、加熱しすぎる部分をおおうなど部分的に使えます。このとき庫内壁面やドアガラスに触れると、火花が出て破損や故障のおそれがあるので注意してください。	○ ただし、取っ手がプラスチックのものは使えません。
ラップ類 	○ 耐熱温度が140℃以上のもので使えます。ただし、砂糖・バター・油を使った料理など高温になる食品には使えません。	✕
竹・木・藤・紙 ニス塗り・漆塗り容器など 	✕ 焦げたり、塗りがはげたり、ひび割れすることがあるので使えません。とくに針金やホッチキスを使っているものは、そこに電波が集中して燃えやすくなります。	✕ ただし、硫酸紙や耐熱性の加工を施した紙製品は使えます。

使えない容器

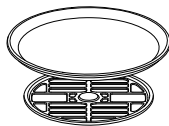
あたため ～冷凍もの2度押し～

自動でごはんやおかずをあたためます。

1

食品を庫内に入れる

- ターンテーブルをセットします。
食品は中央に置いてください。



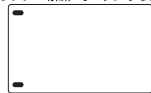
2

あたため
スタート
冷凍もの2度押し

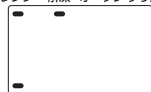
を押す

- 常温・冷蔵の食品は1度押ししてください。
レンジマークが点灯し、自動的に加熱が始まります。
- 冷凍保存した食品は2度押ししてください。
レンジマークと解凍マークが点灯し、自動的に加熱が始まります。
- 3度押しすと常温・冷蔵のあたために戻ります。

レンジ 解凍 オープングリル



レンジ 解凍 オープングリル



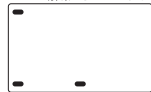
3

仕上がりを調節するときは



- スタート後15秒以内に選択してください。
 - ▲：仕上がりを強くするとき・量が多いとき
 - ▼：仕上がりを弱くするとき・量が少ないとき

レンジ 解凍 オープングリル



ご注意ください!

牛乳やコーヒーのあたためは、自動メニュー2飲み物を利用してください。→P.15

あたためで加熱すると、突然沸とうすることがあります。

極端に少ない量での加熱はしないでください。

食品が焦げたり、発煙・発火のおそれがあります。

庫内やターンテーブルが冷めた状態で加熱してください。

庫内が熱いと上手にあたためでできません。表示部に【E 0 3】が表示されたときは25ページを参照ください。

上手にあたためるために…

1～2人前で加熱してください。
(約100～400g)

食品の分量に合う大きさの容器を使用してください。

食品を入れたときに7～8目くらいがちょうどよい大きさです。

極端に重い容器を使用しないでください。

終

終了音が鳴ったら食品を取り出す

- 取り忘れがあると1分ごとにブザーが鳴ってお知らせします。(5分間)

常温・冷蔵



ごはん

冷蔵保存して固くなっている場合は少量の水をかけて加熱します。

めん類

加熱後によくかきまぜてください。

おかず

加熱後によくかきまぜてください。また、丸ごとの卵は加熱しないでください。

カレー・シチューなど

飛び散るおそれがあるのでふんわりラップをします。

冷凍



ごはん

極端に薄い部分がないように約3cmの厚みで形作ったものを平皿にのせ加熱します。

めん類

加熱後によくかきまぜてください。

おかず

加熱後によくかきまぜてください。また、丸ごとの卵は加熱しないでください。

カレー・シチューなど

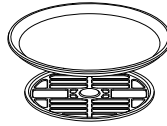
飛び散るおそれがあるのでふんわりラップをします。

解凍/半解凍

生ものの解凍をします。解凍後、調理をするときに使用します。

1 食品を庫内に入れる

- ターンテーブルをセットします。
ターンテーブルの上にラップを敷き中央に食品を置いてください。



2 解凍/半解凍 を押す

- 解凍の場合は1度押してください。
レンジマークと解凍マークが点灯し【100g】が表示されます。
- 半解凍の場合は2度押してください。
レンジマークと半解凍マークが点灯し【100g】が表示されます。
- 3度押すと解凍モードに戻ります。



3 1分/100g 10秒/10g を押して重量を設定する

- キーを押して重量を設定してください。
解凍：100~400g
半解凍：100~500g



4 仕上がりを調節するときは

▼ 仕上げ調節 弱め 強め ▲ を押す

- ③の操作後15秒以内に選択してください。
▲：仕上がりを強くするとき・量が多いとき
▼：仕上がりを弱くするとき・量が少ないとき



5 加熱開始

- しばらく経過すると加熱の残り時間を表示します。

終

終了音が鳴ったら食品を取り出す

- 取り忘れがあると1分ごとにブザーが鳴ってお知らせします。(5分間)

ご注意ください！

食器は使用しないでください。
上手に解凍できません。

庫内やターンテーブルを十分冷ましてください。

庫内が熱いと上手に解凍できません。
表示部に【E03】が表示されたときは25ページを参照ください。

冷凍庫から出したらすぐに解凍してください。

とけかけている場合は重量設定を少なめに合わせて様子を見ながら解凍してください。

上手に解凍するために…

用途に応じて使い分けます。

解凍：サクッと包丁が入る状態。
すぐに調理するときなどに使用してください。

半解凍：中心が軽く凍った状態。
材料の切り分けやさしみなどのときに使用してください。

食品の大きさをそろえます。

極端に薄い部分がないように形をそろえて冷凍保存してください。

身の細い部分など早く解凍されてしまうところにはアルミホイルを巻いて解凍します。



※アルミホイルが庫内壁面やドアにふれると火花が出てドアガラスが割れるおそれがあります。

食品を包んでいるラップは取り外してください。

包んだ状態や、上からおおった状態では上手に解凍できません。

食品の種類や保存状態によって仕上がりの状態は変わります。
お好みで調節してください。

終了後、さらに解凍するには…
レンジ出力200Wで時間を合わせて様子を見ながら解凍してください。→P.18

トースト

食パンをこんがり焼き上げます。

1

食品を庫内に入れる

- ターンテーブルは使用しません。
回転受台の上に直接パンをのせます。



ご注意ください！

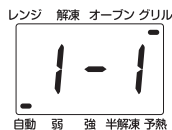
食パンにバターを塗ってトーストしないでください。
発火のおそれがあります。

1度にトーストできる分量は、
6枚切り食パン1～2枚です。
上下に積み重ねないでください。

2

1 トースト を押す

- 1枚の場合は1度押ししてください。
グリルマークと自動マークが点灯し
【1-1】が表示されます。
- 2枚の場合は2度押ししてください。
グリルマークと自動マークが点灯し
【1-2】が表示されます。
- 3度押すと【1-1】に戻ります。



1枚

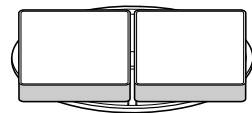


2枚

並べかた 1枚



並べかた 2枚

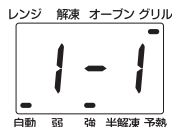


3

仕上がりを調節するときは

▼ 仕上がり調節 弱め ▲ を押す

- ②の操作後15秒以内に選択してください。
 - ▲：濃い焼き色にするとき・冷凍保存の食パンを焼くとき
 - ▼：薄い焼き色にするとき



保存状態やパンのメーカーにより
焼き色は違います。
お好みで調節してください。

焼き上がったらすぐに取り出し
てください。
余熱で焼けすぎてしまいます。

4

加熱開始

- しばらく経過すると加熱の残り時間を表示します。

終

終了音が鳴ったら食品を取り出す

- 取り忘れがあると1分ごとにブザーが鳴って
お知らせします。(5分間)

終了後、焼き加減がたりない
グリルで時間を合わせて様子
を見ながら加熱してください。

→ P.22

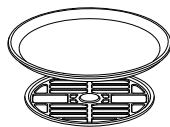
自動メニュー2 飲み物

牛乳やコーヒーなどの飲み物を3杯まで自動であたためます。

1

食品を庫内に入れる

- ターネーブルをセットします。
食品は中央に置いてください。



ご注意ください！

指定分量を守ってください。
分量が多いと上手にあたたまりません。分量が少ないとあたたまりすぎて焦げたり、発煙・発火の原因になります。
指定分量外はレンジ出力600Wで時間を合わせて様子を見ながら加熱してください。→ P.18

2

2 飲み物 を押す

- 1杯の場合は1度押してください。
レンジマークと自動マークが点灯し【2-1】が表示されます。
- 2杯の場合は2度、3杯の場合は3度押してください。
レンジマークと自動マークが点灯し【2-2】、【2-3】が表示されます。
- 4度押すと【2-1】に戻ります。



上手にあたためるために…

複数個を加熱するときは、中央によせて置きます。



1 杯



2 杯



3 杯



複数個を加熱するときは、大きさや容量をそろえてください。
使用する容器は同じ形のものを使います。

3

仕上がり調節するときは

▼ 仕上がり調節 弱め 強め ▲ を押す

- ②の操作後15秒以内に選択してください。
▲：仕上りを強くするとき・量が多いとき
▼：仕上りを弱くするとき・量が少ないとき



4

加熱開始

- しばらく経過すると加熱の残り時間を表示します。

終

終了音が鳴ったら食品を取り出す

- 取り忘れがあると1分ごとにブザーが鳴ってお知らせします。(5分間)

終了後、さらに加熱するには…
レンジ出力600Wで時間を合わせて様子を見ながら加熱してください。→ P.18

ポイント

- 1度にあためられる分量は1～3杯です。

飲み物	1杯の分量
牛乳 (冷蔵)	180ml
コーヒー (常温)	200ml

- 加熱前と加熱後にかき混ぜてください。
- コーヒーは、常温のものをあたためてください。

- 容器は広口のマグカップで、200mlの分量が8分目に入る大きさのものを使用してください。
少量での加熱は、突然沸とうして飛び散り、やけどをするおそれがあります。
- 牛乳は、冷蔵庫から出したてのものをあたためてください。
- 牛乳びんや牛乳パックで加熱しないでください。

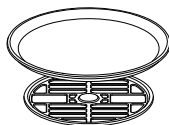
冷凍ごはん

300gまでの冷凍したごはんを自動であたためます。

1

食品を庫内に入れる

- ターントーブルをセットします。
食品は中央に置いてください。



2

3 冷凍ごはん を押す

- 1人前の場合は1度押してください。
レンジマークと自動マークが点灯し【3-1】が表示されます。
- 2人前の場合は2度押してください。
レンジマークと自動マークが点灯し【3-2】が表示されます。
- 3度押すと【3-1】に戻ります。



3

仕上がりを調節するときは

▼ 仕上げ調節 弱め 強め ▲ を押す

- ②の操作後15秒以内に選択してください。
 - ▲：仕上がりを強くするとき・量が多いとき
 - ▼：仕上がりを弱くするとき・量が少ないとき



4

加熱開始

- しばらく経過すると加熱の残り時間を表示します。

終

終了音が鳴ったら食品を取り出す

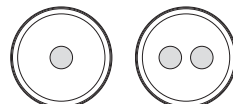
- 取り忘れがあると1分ごとにブザーが鳴ってお知らせします。(5分間)

ご注意ください!

指定分量を守ってください。
分量が多いと上手にあたまりません。分量が少ないとあたまりすぎて焦げたり、発煙・発火の原因になります。
指定分量外はレンジ出力600Wで時間を合わせて様子を見ながら加熱してください。→P.18

上手にあたためるために…

複数個を加熱するときは、中央によせて置きます。



複数個を加熱するときは、大きさや容量をそろえてください。
容器を使用するときには同じ形のものを使います。

終了後、さらに加熱するには…

レンジ出力600Wで時間を合わせて様子を見ながら加熱してください。→P.18

ポイント

- 1度にあためられる分量は1～2人前です。
(1人前 約150g)
- 冷凍保存するとき、1回分ずつに分けて3cm以下の厚みになるよう平たく整えラップします。



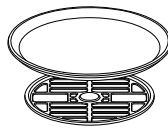
- ラップが重なり合う部分を下にして平皿にのせ加熱します。
- 冷凍庫から出してすぐにあたためてください。
とけかけている場合はレンジ出力600Wで時間を合わせて様子を見ながら加熱してください。→P.18

コンビニ弁当

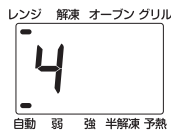
レンジ加熱対応パッケージに入ったお弁当やお惣菜を自動であたためます。

① 食品を庫内に入れる

- ターンテーブルをセットします。
食品は中央に置いてください。



② 4 コンビニ弁当 を押す



③ 仕上がりを調節するときは



- ②の操作後15秒以内に選択してください。
 - ▲：仕上がりを強くするとき・量が多いとき
 - ▼：仕上がりを弱くするとき・量が少ないとき

④ 加熱開始

- しばらく経過すると加熱の残り時間を表示します。

終 終了音が鳴ったら食品を取り出す

- 取り忘れがあると1分ごとにブザーが鳴ってお知らせします。(5分間)

ご注意ください！

指定分量を守ってください。
分量が多いと上手にあたたまりません。分量が少ないとあたたまりすぎて焦げたり、発煙・発火の原因になります。
指定分量外はレンジ出力600Wで時間を合わせて様子を見ながら加熱してください。→ P.18

たれなどが入った袋や容器・アルミケース・丸ごとのゆで卵は取り出してください。
破裂や発火のおそれがあります。

上手にあたためるために…

包装しているラップやふたは必ずはずしてあたためてください。
包んだ状態や、上からおおった状態では上手にあたたまらないことがあります。
お弁当の種類によって仕上がりの温度は違います。
お好みで仕上がりを調節してください。

終了後、さらに加熱するには…
レンジ出力600Wで時間を合わせて様子を見ながら加熱してください。→ P.18

ポイント

- 1度にあためられる分量は、お弁当や丼もの1人前です。
(1人前 約400g)
- ターンテーブルからはみ出さない大きさのものをあたためてください。
(直径 約27cm)

- コンビニエンスストアで売られているような、レンジ加熱対応容器に入ったお弁当をあたためてください。
お弁当屋さんの持ち帰り弁当など、電子レンジ加熱に向かない容器(発砲スチロールなど)に入ったお弁当は、耐熱容器に移しかえてからあたためるようにしてください。

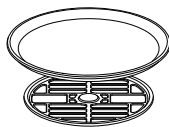
レンジ

マイクロ波で食品をあたためます。

1

食品を庫内に入れる

- ターンテーブルをセットします。
食品は中央に置いてください。



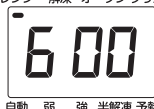
2

レンジ
出力切替

を押す

- 出力600Wの場合は1度押してください。
レンジマークが点灯し【600】が表示されます。
食品をあたためるときにご使用ください。
- 出力200Wの場合は2度押してください。
レンジマークと弱マークが点灯し【200】が表示されます。
食品を解凍するときや煮込み料理のときなどにご使用ください。
- 3度押すと、出力600Wに戻ります。

レンジ 解凍 オープン グリル



レンジ 解凍 オープン グリル



3

10分 | 1分/100g | 10秒/10g

を押して

時間を設定する

- キーを押して時間を設定してください。
最大設定時間：出力600W 30分
出力200W 60分

レンジ 解凍 オープン グリル



4

あたため
スタート

を押す

- 加熱の残り時間を表示します。

終

終了音が鳴ったら食品を取り出す

- 取り忘れがあると1分ごとにブザーが鳴ってお知らせします。(5分間)

ご注意ください!

生卵やゆで卵・目玉焼きなどの加熱はしないでください。
破裂するおそれがあります。
卵を加熱するときは、必ず割りほぐしてください。

イカなど膜がある食品やえび・栗など殻付きの食品には切れ目や割れ目を入れてください。
破裂するおそれがあります。

少量の食品を加熱するときは時間設定を短めにしてください。
発煙・発火のおそれがあります。
加熱時間を20~30秒に設定し、様子を見ながら加熱してください。

上手にあたためるために…

1度にあたためられる分量は、約100~500gです。

食品の分量に合う大きさの容器を使用してください。
食品を入れたときに7~8分目くらいがちょうどよい大きさです。

極端に重い容器を使用しないでください。

手動調理の加熱時間表を参考に、して加熱時間を設定してください。→P.19

手動調理の加熱時間表 ~レンジ600W加熱~

手動で調理するときの目安として参考にしてください。

レンジ ~あたため~

	食品名	分量	加熱時間	ラップ	
常 温 ・ 冷	ごはん	1杯 (150g)	約1分10秒	-	
	チャーハン・ピラフ	1人前 (250g)	約2分10秒	-	
	みそ汁	1人前 (150ml)	約1分50秒	-	
	カレー・シチュー	1人前 (300g)	約3分40秒	○	
	コンソメスープ	1人前 (200ml)	約2分10秒	-	
	ポタージュスープ	1人前 (200ml)	約2分10秒	○	
	焼き魚	1切 (80g)	約1分	○	
	ハンバーグ	1個 (80g)	約1分	-	
	天ぷら	100g	約1分	-	
	クロquette	2個 (100g)	約1分	-	
	トンカツ	1枚 (100g)	約1分	-	
	肉まん	1個 (120g)	約1分	○	
	シューマイ	10個 (180g)	約2分10秒	○	
	蔵	焼そば	200g	約2分	-
		野菜のいため物	150g	約2分	-
		野菜の煮物	200g	約1分50秒	-
煮魚		1切 (100g)	約1分	○	
牛乳		1杯 (180ml)	約1分	-	
コーヒー		1杯 (200ml)	約1分	-	
お酒		1杯 (150ml)	約1分	-	
冷 凍		ごはん	1杯 (150g)	約2分40秒	○
	チャーハン・ピラフ	1人前 (250g)	約4分30秒	○	
	カレー・シチュー	1人前 (300g)	約9分	○	
	ハンバーグ	1個 (150g)	約3分30秒	○	
	肉まん	1個 (120g)	約1分30秒	○	
	シューマイ	15個 (230g)	約4分40秒	○	
	焼そば	200g	約4分	○	
ミックスベジタブル	100g	約2分30秒	○		

レンジ ~温野菜~

食品名	分量	加熱時間	ラップ
じゃがいも	1個 (約150g)	約3分30秒	○
さつまいも	1本 (約200g)	約4分	○
さといも	100g	約2分30秒	○
にんじん	100g	約2分30秒	○
だいこん	200g	約4分30秒	○
ほうれん草・菊菜	200g	約1分40秒	○
キャベツ・白菜	100g	約1分20秒	○
かぼちゃ	100g	約3分	○
ブロッコリー	100g	約1分30秒	○
カリフラワー	200g	約1分30秒	○
グリーンアスパラガス	100g	約1分30秒	○

※少量の食品を加熱すると、発煙・発火のおそれがありますので、様子を見ながら加熱するようにしてください。

※お酒の燗をするときは、徳利の8分目までお酒を入れ、首の細い部分をアルミホイルでおおうと加熱ムラが少なくなります。アルミホイルを使用するときは、庫内壁面やドアの内側に触れないようにしてください。

野菜をゆでる

- 洗った後の水滴をつけたまま、ラップをしてください。
- ラップが重なり合う部分を下にしてターンテーブルの上ののせ、加熱します。

葉物

ほうれん草

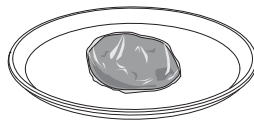


- ・葉と茎を交互に重ねてラップに包んでください。
- ・太い茎には十文字に包丁を入れてください。
- ・アクのある野菜は、加熱後すぐに流水にさらしてアク抜きをし、冷水に取って色止めをします。

根菜

加熱後、庫内から取り出し、ラップをしたまま約5分蒸らしてください。

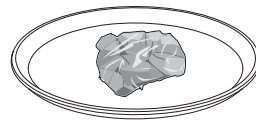
じゃがいも



〔丸ごと加熱〕

- ・洗って、皮つきのままラップに包んでください。
- ・2個以上を一緒に加熱するときは、なるべく同じ大きさのものを選んでください。

じゃがいも



〔切って加熱〕

- ・皮をむき大きさをそろえて切ってラップに包んでください。

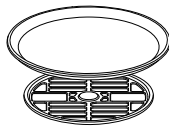
オーブン

上下ヒーターで庫内の温度を一定に保ちながら食品をこんがり焼き上げます。

予熱なし・発酵

1 食品を庫内に入れる

- ターントーブルをセットします。
食品は中央に置いてください。



2 オープン発酵/グリルを1度押す

- 【180℃】が表示され、オープンマークが点灯します。



3 仕上がり調節弱め強めを押し、温度を設定する

- ▼/▲で設定してください。
設定温度範囲：発 酵 40℃
オーブン 100～200℃



4 10分 | 1分/100g | 10秒/10g を押し、時間を設定する

- キーを押して調理時間を設定してください。
最大設定時間：60分



5 あたためスタートを押す

- 加熱の残り時間を表示します。

あたためスタート
冷凍モノ2度押し

終 終了音が鳴ったら食品を取り出す

- 取り忘れがあると1分ごとにブザーが鳴ってお知らせします。(5分間)

ご注意ください!

発酵するときは庫内やターントーブルを十分冷ましてください。庫内が熱いと上手に発酵できません。表示部に【E03】が表示されたときは25ページを参照ください。

オーブン調理が終了したらすぐに取り出してください。余熱で焼けすぎてしまいます。

設定温度を確認するときは…

オープン/発酵/グリルキーを1度押してください。
2秒間温度を表示したあと、残り時間のカウントダウンに戻ります。

予熱あり

ご注意ください!

予熱中は、庫内に食品を入れないでください。

ターンテーブルや食品を入れた状態で予熱をすると上手に焼けません。

予熱が終了したらすぐに調理をはじめてください。

20分以内に調理を開始しないと、エラーになります。

表示部に【E04】が表示されたときはとりけしキーを押してください。このとき調理はキャンセルされます。

調理が終了したらすぐに取り出してください。

余熱で焼けすぎてしまいます。

設定温度を確認するときは…

オープン/発酵/グリルキーを1度押してください。

2秒間温度を表示したあと、残り時間のカウントダウンに戻ります。

1 回転受台のみセットする

- ターンテーブル・食品は入れません。



2 オープン/発酵/グリルキーを2度押す

- 【180℃】が表示され、オープンマークと予熱マークが点灯します。



3 仕上がり調節(弱め/強め)キーを押して

温度を設定する

- ▼/▲で設定してください。
設定温度範囲：100～200℃



4 10分キーを押して

時間を設定する

- キーを押して調理時間を設定してください。
最大設定時間：60分



5 あたためスタート(発酵時の2度押し)キーを押す

- 予熱温度まで自動で加熱します。



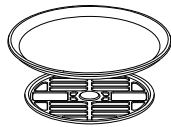
6 予熱完了

- 予熱完了音がお知らせします。
ドアを開けるまで20分間予熱状態を保ちます。
※ドアを開けないと3分ごとにブザーが鳴ってお知らせします。



7 食品を庫内に入れる

- ターンテーブルをセットします。
食品は中央に置いてください。
- ドアを開けると温度がさがるので、すばやく開閉します。



8 あたためスタート(発酵時の2度押し)キーを押す

- 加熱の残り時間を表示します。

終了音が鳴ったら食品を取り出す

- 取り忘れがあると1分ごとにブザーが鳴ってお知らせします。(5分間)

グリル

強い熱で食品の表面に焦げ目をつけて焼き上げます。

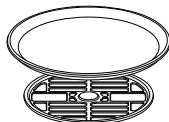
1

食品を庫内に入れる

- トーストのときはターンテーブルを使用しません。
回転受台に直接パンを置きます。
- 食品の脂や汁が落ちそうなメニューのときはターンテーブルをセットします。



トースト



焼きとり
照り焼き など

ご注意ください!

加熱中に煙やおいが出ることがありますが、故障ではありません。

食品の脂が焼けているためです。

加熱後、庫内のおいが気になるときはカラ焼きをしてください。→ P. 2

脱臭の効果があります。

2

オープン
発酵/グリル

を 3度押す

- 【0 秒】が表示され、グリルマークが点灯します。

レンジ 解凍 オープン グリル



自動 弱 強 半解凍 予熱

3

10分 | 1分/100g | 10秒/10g

を押して 時間を設定する

- キーを押して時間を設定してください。
最大設定時間：30分

レンジ 解凍 オープン グリル



自動 弱 強 半解凍 予熱

4

あたため
スタート
冷凍もの2度押し

を押す

- 加熱の残り時間を表示します。

終

終了音が鳴ったら食品を取り出す

- 取り忘れがあると1分ごとにブザーが鳴ってお知らせします。(5分間)

手動調理

うまく仕上がらない

	原因	対応
	仕上がりが熱すぎる	●食品の分量に合った大きさの容器をお使いください。
	あたためても熱くならない	●食品が、アルミホイルでおおわれていると加熱されません。
	ごはんをあたためるとパサつく	●加熱前に霧を吹きかけるとしっとりと仕上がります。
	汁ものをあたためると熱い部分とぬるい部分がある	●加熱後にかき混ぜてください。
ごはんやお野菜	たれ付きの食品をあたためるとたれが飛び散る	●たれは加熱後にかけてください。
	焼き魚やフライをあたためると上手にあたたまらない	●重ならないよう平らに並べてください。
	煮汁が飛び散る	●深めの容器に入れてあたためてください。
	フライや天ぷらがベタつく	●ペーパータオルを敷いた皿の上に並べてください。
	食品が煮えた	●食品の厚みが不均一だと、細い部分やうすい部分が煮えやすくなります。冷凍するときは、厚みや大きさをそろえてください。
	冷凍ごはんが熱すぎる	●冷凍室から取り出して、すぐに加熱してください。
	できすぎのところで、加熱の足りないところがある	●かぼちゃ・じゃがいもなどは大きさをそろえてください。ほうれん草などは茎と葉を交互に重ねます。
野菜	野菜が乾燥気味になる	●野菜を洗い、水気を切らずにラップにくるんでください。
	根菜ものが加熱不足になった	●加熱後ラップをはずさずすぐに庫内から取り出して上下を返ししばらくおいて蒸らしてください。
	熱くなりすぎる	●容器に少ししか入れないと沸とうする場合があります。容器の7～8分目まで入れてください。
飲み物	カップの上の方と下の方では、温度が異なる	●加熱前と加熱後によくかき混ぜてください。
	牛乳が熱くなりすぎる	●自動メニュー2飲み物であたためていますか。あたためで加熱すると熱くなります。
解凍	解凍不足でかたい	●加熱後約3～5分、自然解凍をするときれいに解凍されます。
	食品が煮えた	●食品の厚みや形が不均一だと、薄い部分が煮えやすくなります。 ●同時に2つ以上を解凍するときは、同じ種類のもので、大きさをそろえてください。







ごはんなどは、大きさをそろえてください。

故障かな？と思ったら

症 状	原 因・対 応
電源プラグをコンセントに差し込んでも、表示部に何も表示されない	<ul style="list-style-type: none"> ●電源プラグをコンセントに差し込んだだけでは電源は入りません。ドアを開けると電源が入り、表示部に【0】が表示されます。(待機時消費電力オフ機能 → P.2)
全くうごかない キーを押しても受け付けない	<ul style="list-style-type: none"> ●表示部に【0】が表示されていますか。 1度ドアを開け、表示部に【0】が表示されてから、食品を入れて操作をしてください。ドアが開いているときは、ドアを閉め、再度ドアを開けてください。 ●電源プラグが抜けていませんか。ドアは確実に閉まっていますか。 ●配電盤のヒューズ、またはブレーカーが切れていませんか。
食品があたたまらない	<ul style="list-style-type: none"> ●食品が、アルミホイルでおおわれていませんか。
ターンテーブルが回転しない 回転ムラがある	<ul style="list-style-type: none"> ●ターンテーブルは正しくセットされていますか。 ●食品あるいは容器が庫内壁面に触れていませんか。
ターンテーブルや回転受台が右に回ったり、左に回ったりする	<ul style="list-style-type: none"> ●加熱開始のタイミングによって、どちらにも回ります。
加熱中にカチカチと音がする	<ul style="list-style-type: none"> ●出力を切り換えるスイッチの動作音です。
加熱中にポコンと音がする	<ul style="list-style-type: none"> ●熱により庫内壁面が膨張し、音が鳴ることがあります。
加熱中、何度もブザーが鳴る	<ul style="list-style-type: none"> ●オープン予熱ありの、予熱完了をお知らせするブザーです。予熱後20分間、3分ごとに鳴ります。
加熱後、何度もブザーが鳴る	<ul style="list-style-type: none"> ●食品の出し忘れをお知らせするブザーです。加熱終了後5分間、1分ごとに鳴ります。
火花・異常音が出る	<ul style="list-style-type: none"> ●電子レンジ加熱のとき、金属製の容器や金銀模様のある容器、金串などを使用していませんか。 ●庫内壁面やドアガラスにアルミホイルが触れていませんか。
何もしていないのにカチッと音がする	<ul style="list-style-type: none"> ●電源が切れる音です。
煙が出る・いやなおいがする	<ul style="list-style-type: none"> ●庫内やターンテーブルが汚れていませんか。 ●1度目のカラ焼きではありませんか。 ●庫内のおいが気になるときはカラ焼き(→ P.2)をしてください。
調理終了後、ファンが回る	<ul style="list-style-type: none"> ●レンジ調理終了後、庫内を換気するためにファンが回るがありますが、故障ではありません。
温度を40℃(発酵)に設定できない	<ul style="list-style-type: none"> ●オープン加熱の「予熱あり」に設定していませんか。「予熱なし」に設定してください。

症状	原因・対応
グリル加熱中、煙やにおいが出る	●食品の脂が焼けているためです。
庫内に水滴が付着する	●メニューによって食品から出た水蒸気が水滴として付着しています。 かたく絞ったぬれぶきんでふき取ります。




このような表示が出たときは

表示例	理由・原因	対応
ブザーが鳴り 【E03】を表示 	<ul style="list-style-type: none"> ●庫内温度が高いために「あたため」「発酵」「解凍」が行えず、キーの操作が無効になっている。 	<ul style="list-style-type: none"> ●食品を取り出し、ドアを開けてしばらく庫内を冷ましてください。庫内の冷却が終わるとブザーが鳴り、表示部に【0】を表示します。約15分～25分で終わります。 とりけしキーを押して解除した場合は、ブザーは鳴りません。
ブザーが5回鳴り 【E04】を表示 	<ul style="list-style-type: none"> ●オープン調理での予熱終了後、調理を開始せずに20分以上経過した。 	<ul style="list-style-type: none"> ●とりけしキーを押して操作をはじめからやり直してください。
キーを押すと 【E06】を表示 	<ul style="list-style-type: none"> ●庫内に食品を入れ、ドアを閉めてから1分以上キーを押さなかった。 ●加熱中にとりけしキーを押し、そのままの状態でも1分以上経過してから、自動メニューのキーを押しした。 ●調理終了後、そのままの状態でも1分以上経過してから、自動メニューのキーを押しした。 	<ul style="list-style-type: none"> ●とりけしキーを押して解除してください。
ブザーが鳴り、次の記号を表示   		<ul style="list-style-type: none"> ●製品が故障している場合があります。電源プラグをコンセントから抜き、表示部の記号をお買上げの販売店にご連絡ください。

こんなときは

マカロニグラタン

玉ねぎの甘みがきいたホワイトソースの手作りグラタン。

使用キー	付属品
 オープン (予熱なし) 200℃	
下ごしらえ  レンジ600W	加熱時間 約30分

材料/2皿分

鶏もも肉……………100g
 玉ねぎ……………1/2個
 マカロニ……………40g
 ④「小麦粉……………大さじ3
 バター……………20g
 固形コンソメ……………1個
 牛乳……………300ml
 塩、こしょう……………少々
 チーズ、パン粉、粉チーズ……………適量



作りかた

- ① マカロニは大きめの鍋でゆでる。鶏もも肉は一口大に切り、玉ねぎはうす切りにする。
- ② フライパンでサラダ油(分量外)を熱し、鶏もも肉と玉ねぎを焦がさないように炒めて塩、こしょうで味付けする。
- ③ ②と、ゆでたマカロニをグラタン皿に分け入れる。
- ④ 耐熱のボウルに④を入れてレンジ600Wで1分加熱し、泡立て器でダマにならないようによく混ぜ合わせる。
- ⑤ ④に牛乳を加えてレンジ600Wで2分加熱し、混ぜてさらに2分加熱する。この作業を4～5回くり返す。
- ⑥ ⑤を、③の上にかけてチーズ、パン粉、粉チーズをのせ、オーブン(予熱なし)200℃で焦げ目がつくまで約20分焼く。



白身魚のホイル焼き

おいさを閉じ込めたホイル焼きで具材をふんわり。

使用キー	付属品
 オープン (予熱なし) 200℃	
加熱時間	約35分

材料/2人前

白身魚……………2切れ
 えび(殻つきのもの)……………2尾
 しいたけ……………2個
 みつ葉……………適量
 白ワイン……………大さじ1
 バター……………5g
 塩、こしょう……………少々


作りかた

- ① 白身魚は骨を取り除いて塩、こしょうをしてから白ワインをふってしばらくおく。
- ② えびは殻つきのまま背わたを取る。しいたけは石づきを取る。みつ葉は4cm長さに切る。
- ③ サラダ油(分量外)を薄くぬったアルミホイルに①を1切れずつのせてから塩、こしょうをする。その上に②とバターをのせて密封する。
- ④ ③をターンテーブルにならべてのせ、オーブン(予熱なし)200℃で約30～35分焼く。



あさりの酒蒸し

あつという間に作れる、本来の旨みを生かしたシンプル料理。

使用キー	付属品
 レンジ600W	
加熱時間	約5分

材料/2人前

あさり	250g
しょうゆ	小さじ½
酒	大さじ3
バター	5g



作りかた

- ① 耐熱皿に砂抜きしたあさりをならべ、酒をふりかける。
- ② レンジ600Wであさりの口が開くまで約4～5分加熱する。
- ③ あさりを小鉢に移し、残った汁にしょうゆとバターを加えてとがす。
- ④ あさりに③の汁をかけ、お好みでねぎや大葉を添える。

砂抜きのしかた

- i. 貝を真水でゴリゴリと洗います。
- ii. ボールなどに移して、海水もしくは海水と同じ塩分濃度の塩水につけます。
※塩水は1ℓの水に対し、30～50gの塩をとがして作ります。
※吐いた泥を再び吸い込まないように上げ底をします。
- iii. 砂抜き中に水を吐くので、ふたをして1～2時間おきます。
- iv. ザルにあげて1時間以上おいてから調理に使用します。
※吸い込んでいる海水を吐き出さないとしょっぱくなりますので、ご注意ください。

小松菜のごま和え

たっぷりの胡麻と和えるだけ。毎日食べても飽きない定番おかず。

使用キー	付属品
 レンジ600W	
加熱時間	約2分30秒

材料



小松菜	300g
① しょうゆ	大さじ1½
砂糖	大さじ1½
だし汁	大さじ3
すりごま	大さじ5

作りかた

- ① 小松菜は洗って、水気を切らずにラップで包み、レンジ600Wで約2分30秒加熱する。
- ② すぐ冷水にとってアク抜きをよく絞って約3cmの長さに切る。
- ③ ①と②を和える。

焼きとり

手作りたれに漬け込んだふっくら焼き鳥。

使用キー	付属品
 グリル	
加熱時間	30分

材料/6本分

鶏もも肉	250g
白ねぎ	1本
① しょうゆ	50ml
みりん	50ml
サラダ油	大さじ1
しょうが汁	少々

作りかた

- ① 鶏もも肉は一口大に、白ねぎは約3cmの長さに切り、交互に竹串にさす。
- ② ①のたれに①を1時間ほど漬け込む。
- ③ サラダ油(分量外)を薄くぬったアルミホイルに②をならべ、ターンテーブルののせてグリルで30分焼く。

ポイント

*グリルモードでは最大30分までしか時間設定ができません。
調理終了後にもう少し焼きたいときは、もう一度グリルで時間を合わせて様子を見ながら加熱してください。
→ P.22



キッシュ

表面さっくり、中はふんわり。混ぜるだけの簡単メニュー。

使用キー	付属品
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> オープン 発酵/グリル </div> オープン(予熱なし) 200℃	
加熱時間	約35分

材料/2皿分

ソーセージ	80g
ベーコン	80g
しめじ	50g
ほうれん草	100g
生クリーム	200ml
卵	M3個
バター	30g
塩, こしょう	少々


作りかた

- ① ソーセージとベーコンは一口大に切り、しめじは石づきを取ってほぐす。ほうれん草は洗って約4cmの長さに切る。
- ② バターを熱したフライパンで①を炒めて塩、こしょうで味付けし、グラタン皿に分け入れる。
- ③ ときほぐした卵に生クリームを加えて混ぜ合わせ、②に流し入れて軽く混ぜる。
- ④ オープン(予熱なし)200℃で焦げ目がつくまで約25~35分焼く。



型抜きクッキー

失敗しない基本のサクサククッキー。

使用キー	付属品
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> オープン 発酵/グリル </div> オープン(予熱あり) 190℃	
加熱時間	約20分

材料/15~20枚

薄力粉	100g
バター	45g
砂糖	30g
卵	1/4個
バニラエッセンス	少々




作りかた

- ① バターは白っぽくなるまで泡立て器でよく練ってから砂糖を加えて、さらによく混ぜる。
- ② ①に卵を加えてクリーム状になるまで混ぜ、バニラエッセンスをふりかける。
- ③ ②に薄力粉をふるい入れてさっくりと混ぜ合わせ、ひとつにまとめてラップで包み、冷蔵庫で約1時間ねかす。
- ④ ③の生地をラップではさんでめん棒で5mm厚さに伸ばし、型で抜く。
- ⑤ バター(分量外)を薄くぬったターンテーブルにならべ、オープン(予熱あり)190℃で約20分焼く。



スポンジケーキ

お店で買ったような基本のフワフワスポンジケーキ。

使用キー	付属品
 オープン（予熱なし） 160℃ 下ごしらえ  レンジ200W	 加熱時間 直径18cmで 約40分

材料/直径18cmのケーキ型1個分

薄力粉	90g
砂糖	90g
卵(室温)	M3個
④バター	15g
牛乳(室温)	小さじ2
バニラエッセンス	少々

直径15～21cmのスポンジケーキが焼けます。

材料	型の直径		
	15cm	18cm	21cm
薄力粉	50g	90g	120g
砂糖	50g	90g	120g
卵	M2個	M3個	M4個
バター	10g	15g	20g
牛乳	大さじ½	小さじ2	大さじ1
加熱時間	約37分	約40分	約43分

作りかた

- ① 型にバター(分量外)を薄くぬって、オープンシートを敷く。卵は卵白と卵黄に分けて別々のボウルに入れ、薄力粉はふるっておく。
- ② 耐熱容器に④を合わせて入れ、レンジ200Wで1～2分様子を見ながら加熱して溶かす。
- ③ 卵白は、泡立て器で角が立つまで泡立て、半量の砂糖を2～3回に分け入れて、つやが出るまでさらに泡立てる。
- ④ 卵黄は、残りの砂糖を入れて白くもったりするまで泡立てる。
- ⑤ ③に、④とバニラエッセンスを加えて混ぜ合わせる。
- ⑥ 薄力粉をもう一度ふるいながら加え、泡をつぶさないように木ベラでさっくりと混ぜ合わせ、②を加えて手早く混ぜる。
- ⑦ 生地を一気に型に流し入れ、型ごと2～3回軽く落として空気を抜き、ターンテーブルにのせてオープン(予熱なし)160℃で焼く。(加熱時間左図参照)



- ⑧ 型ごと30cmくらいの高さから落として焼き縮みを防ぐ。

ポイント

- * オープンシートがないときは、型にバターをぬり、薄力粉を薄くふりかけておきます。
- * 卵白と卵黄はしっかりと泡立ててください。
冬場などは湯せんをしながら泡立て人肌くらいの温度になったら湯せんからはずします。
- * 粉やバターを加えてからは混ぜすぎないようにしてください。
泡がつぶれて上手にふくらまないことがあります。

りんごのジャム

無添加のやさしい味わい。

使用キー	付属品
 レンジ200W レンジ600W	
加熱時間	約30分

材料

りんご	正味400g
④砂糖	200g
レモン汁	大さじ1

作りかた

- ① りんごは芯を取ってすりおろす。
- ② 深めの耐熱容器に④と①を入れて軽く混ぜ合わせる。
- ③ レンジ600Wで約15分加熱して混ぜ、レンジ200Wで約15分加熱する。



お手入れ

■汚れはこまめにふき取り、いつも清潔にご使用ください。

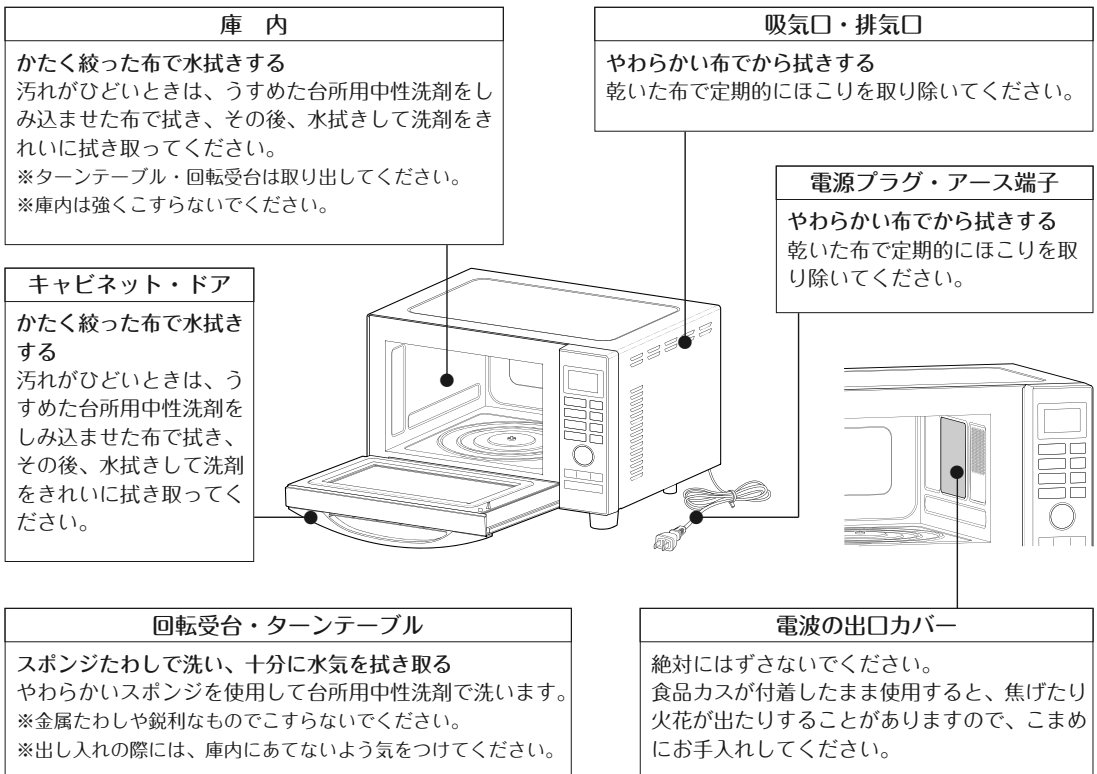
庫内や付属品が汚れたまま使用すると、汚れがこびりついたりさびや腐食・悪臭のもとになります。また食品カスや汁・油などがついたまま使用すると、火花や発火・発煙の原因になります。レンジ本体の周辺も清潔にしてください。

■長時間ご使用にならないときは、電源プラグをコンセントから抜いて各部のお手入れをし、湿気やほこりがかからない状態にしておいてください。



お手入れは、電源プラグをコンセントから抜き、レンジ本体や付属品が冷めてから行うやけどや感電・けがのおそれがあります。

ぬれた手で電源プラグを抜き差ししない
感電のおそれがあります。



⚠ 注意

⊘ お手入れに、金属たわし・金属ブラシは使用しない

破損の原因になります。

⊘ 食品カスや水・洗剤などを、庫内底面の軸部やレンジ本体のすき間に入れない

故障の原因になります。

⊘ お手入れのときは台所用中性洗剤を使い、次のものは使用しない

変形・変色・故障などのおそれがあります。

- アルカリ性洗剤・弱アルカリ性洗剤
- 酸性洗剤・弱酸性洗剤
- スプレー式の洗剤
- オープンクリーナー・ガラスクリーナー
- クレンザー・漂白剤
- アルコール・ベンジン・シンナー

仕様

入 力 電 源	単相100V、50Hz／60Hz共用	
外 形 寸 法	幅450×奥行366×高さ290mm	
庫 内 有 効 寸 法	幅280×奥行312×高さ156mm	
タ ー ン テ ー ブ ル 直 径	270mm	
コ ー ド 長 さ	約1.4m	
質 量(重 量)	約13kg	
電 子 レ ン ジ	消 費 電 力	930W (50Hz) / 1,280W (60Hz)
	高 周 波 出 力	600W・200W相当
	発 振 周 波 数	2,450MHz
グ リ ル	消 費 電 力	1,260W
オ ー プ ン	消 費 電 力	1,260W
	温 度 調 節 範 囲	40℃、100～200℃
区 分 名	B	
電子レンジ機能の年間消費電力量	65.3 kWh/年	
オープン機能の年間消費電力量	7.9 kWh/年	
年間待機時消費電力量	0.0 kWh/年	
年間消費電力量	73.2 kWh/年	

※年間消費電力量(kWh/年)は省エネ法・特定機器「電子レンジ」新測定法による数値です。

※「区分名」も法に基づき、機能・加熱方式および庫内容積の違いで分けています。

※実際にお使いになるときの年間消費電力量は周囲環境、使用回数、使用時間、食品の量によって変化します。

※この製品は、日本国内用に設計されています。電源電圧や電源周波数の異なる外国では使用できません。

また、アフターサービスもできません。

アフターサービスについて

■本体内部には高圧配線がしてありますので、ご家庭での修理はおやめください。

保証書(別途添付)

- 保証書は外装箱に添付しております。
- 保証書は販売店から受け取っていただき、「お買い上げ日・販売店名」などの記入をお確かめのうえ、内容をよくお読みのあと大切に保管してください。

保証期間はお買い上げ日から1年間です。

- ただし、マグネトロンのみ2年間です。
- 一般家庭用以外に使用される場合は除きます。

補修用性能部品の保有期間

- 電子レンジの補修用性能部品は、製造打ち切り後8年保有しています。
- 補修用性能部品とは、その商品の機能を維持するために必要な部品です。

ご転居のときは

- この製品は50Hz／60Hz共用ですので、電源周波数の異なる地域へお引越されても、そのままお使いいただけます。
- ご使用の際には、必ずアース線を取り付けてください。

修理を依頼されるときは

- 24～25ページの項目を調べていただき、なお異常があるときは、電源プラグをコンセントから抜いて、お買い上げの販売店にご連絡ください。

保証期間中は

- 保証書の記載内容により、お買い上げの販売店が修理いたします。
- その他詳細は、保証書をご覧ください。

保証期間が過ぎたあとの修理は

- 修理により使用できる場合は、お客様のご要望により有料修理いたします。
- 詳しくは、お買い上げの販売店にご相談ください。

修理料金のしくみ

- 修理料金は技術料・部品代などで構成されています。

技術料	故障した商品を正常に修復するための料金です。
部品代	修理に使用した部品代金です。


お客様ご相談窓口

■まずはお買い上げの販売店へ

修理のご依頼やご相談は、お買い上げの販売店にお申し出ください。

■転居や贈答品でお困りの場合は、下記の相談窓口にお問い合わせください。

山善 サポートセンター

ナビダイヤル  0570-002-112

受付時間：平日(月曜～金曜) 10:00～17:00

※PHS、IP電話など一部の電話からのご利用はできません。

Eメールでの相談は… support@qriom.com

※「お買い求めの商品名」「形名」「ご相談内容」「お客様のお名前」

「お電話番号」をご記入のうえ、お問い合わせください。

お客様サービス係よりご連絡させていただきます。

お客様ご相談窓口におけるお客様の個人情報のお取扱いについて

お客様ご相談窓口でお受けしたお客様のお名前・ご住所・お電話番号などの個人情報は適切に管理いたします。また、お客様のご同意がない限り、業務委託の場合および法令に基づき必要とされる場合を除き、第三者への開示は行いません。なお、お客様が当社にお電話でご相談・ご連絡いただいた場合には、お客様のお申し出を正確に把握し、適切に対応するために通話内容を録音させていただくことがあります。

利用目的

お客様ご相談窓口でお受けした個人情報は、商品・サービスに関わるご相談・お問い合わせおよび修理の対応のみを目的として用います。なお、この目的のために株式会社 山善 および関係会社で上記個人情報を利用することがあります。

業務委託の場合

上記目的の範囲内で対応業務を委託する場合、委託先に対しては当社と同等の個人情報保護を行わせるとともに、適切な管理・監督をいたします。

愛情点検

長年ご使用の電子レンジの点検を！



こんな症状はありませんか

- ・電源コードや電源プラグが異常に熱くなる。
- ・スタートしても食品が加熱されない。
- ・異常なおいがしたり煙が出る。
- ・電子レンジにさわると電気を感じる。
- ・ドアや庫内に著しい変形がある。
- ・自動的に切れないときがある。
- ・その他の異常・故障がある。



ご
使
用
中
止

故障や事故の防止のため電源プラグをコンセントから抜き、必ずお買い上げの販売店に点検をご依頼ください。点検・修理についての費用など詳しいことはお買い上げの販売店にご相談ください。