



レンジでどはん^{カップ} (1合)

取扱説明書 & レシピブック



和平フレイズ株式会社

〒959-1292 新潟県燕市物流センター2丁目16番地

0256-66-8511 [アフターサービス係]

<http://www.wahei.co.jp>

受付時間 9:00~12:00 / 13:00~18:00 (土日・祝日は除く)



電子レンジ専用

※ヤケドには十分ご注意ください。

【500W・600W対応】



ラップ使用不可

※本体が高温になるため
ラップは使用できません。

※ご使用前に必ず取扱説明書をお読みください。

電子レンジでごはんが炊ける土鍋です！

火を使わないから安心・安全！

本格的な
炊飯土鍋と
同じ2重蓋

中蓋

片手で持てる
ハンドル付

上蓋

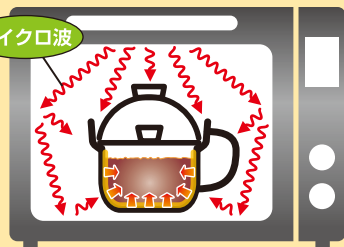
本体

上蓋は
茶碗としても使えます

1人分にちょうど良い
1合サイズ

本体の内面は
電子レンジの
マイクロ波で
熱を発生する
特殊材料調合

マイクロ波



マイクロ波と陶器の熱でごはんを炊き上げます！
さらに、レンジ加熱が終わっても、余熱で調理が進みます。



電子レンジ専用

※ヤケドには十分ご注意ください。
【500W・600W対応】



ラップ使用不可

※本体が高温になるため
ラップは使用できません。

電子レンジで簡単調理！ ⚠ ヤケドに注意！

《基本の使い方》

1



本体に米と水を入れます。

2



蓋をして電子レンジで加熱します。

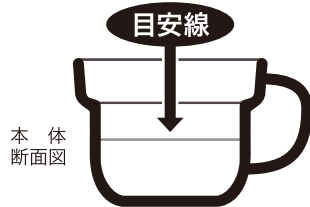
3



蒸らしてから全体を混ぜて
できあがり。

- 家庭用電子レンジ500・600W対応です。
(600Wで調理する場合は、加熱時間をレシピの約9割に調節してください。)
 - 基本出力が700Wのみの単機能電子レンジをご使用の場合は、加熱時間をレシピの約8割に調節してください。
 - 750Wを超える出力の電子レンジでは使用できません。本製品の特性上、高温になると破損する場合があります。
- ※調理する食材を増減する場合は、レシピを基本にして加熱時間を調節してください。
※食材の個体差及び電子レンジの機種や機能の差により、出来栄えが多少異なる場合があります。仕上がりが具合を確認しながら、加熱時間を調節してください。

本体の内面に付いている線は目安線です。
お好みの分量で炊くときの目安として
ご利用ください。



※詳しい調理方法は、お料理レシピのページをご覧ください。

※本製品は、一般家庭用に販売しておりますので、 業務用(高出力)の電子レンジには使用できません。

取扱い上の注意

- ご使用前に必ず各部に異常がないか事前に確認してください。
- 製品本来の使用目的以外には使用しないでください。
- 小さな傷やヒビは割れの原因になりますのでご使用を中止してください。
- 電子レンジ専用です。それ以外の熱源では絶対に調理しないでください。
- 加熱中、加熱後は非常に熱くなっています。厚手のミトン（耐熱200℃超）更にふきんを重ね、使用してください。
- 調理直後の取り出しの際、ヤケドには十分注意してください。
- あらかじめ調理後の置く場所の準備をしてから取り出してください。薄い布等は焦げる場合があります。
- 耐熱効果の高い鍋敷き(木製や金属製等)を使用してください(耐熱200℃超)。
- 木製品やカラーボード等に直接置いた場合変色する恐れがあります。
- ラップは発熱した本体の熱で溶けますので絶対に使用しないでください。
- 本体や蓋が冷めるまでは、素手で触らないでください。特にお子様が触る可能性が無い所に置いてください。
- 本体が高温の時に液体調味料やソースをかけると、飛び散る場合がありますので十分注意してください。
- 長時間の空炊きはしないでください。電子レンジの破損や本体のヒビ、割れの原因になります。
- 本体や蓋が高温の時に水等をかけて急冷しないでください。ヒビ、割れの原因になります。
- 刃物や先端が鋭利なものはあてないでください。傷やヒビ、割れの原因になります。
- 高い所から落とす等、急激な衝撃を与えないでください。破損の原因になります。
- 破損した場合は修理や改造等せずに使用を中止してください。
- 乳幼児の手の届かない所に保管してください。

材料の種類／耐熱陶器

MADE IN CHINA

お手入れ方法

- 最初に使用する時やご使用後は食器用中性洗剤を付けて、やわらかいスポンジで洗い、水気を十分に拭き取ってください。

お手入れ上の注意

- 本体や蓋は常温に冷めてから洗ってください。急冷はヒビ、割れの原因になります。
- 研磨剤入りたわし、金属たわしやクレンザー等を使用しないでください。
- 酸性、アルカリ性の洗剤は劣化の原因になります。
- 水分が残った状態での加熱はヒビ、割れの原因になります。洗った後の水分は十分に拭き取り乾燥をしてください。拭き取り後に電子レンジ(500W)で1分程度加熱すると、手早く乾燥ができます。その際、本体から水分が染み出る場合がありますが、調理中に吸水した調理汁なので問題ありません。再度水洗いし、水気を拭き取った後、自然乾燥してください。風通しの良い場所に収納してください。
- 調理物を本体に放置しないでください。長時間（1日以上）放置した場合は、しみ、ニオイの原因になります。調理物はこまめに他の容器に移してください。ニオイが気になる場合は緑茶の茶葉小さじ1＋水300mlを本体に入れ、電子レンジ（500W）で2分程度加熱するとニオイ取りに効果的です。
- 本体や蓋に水分や調理カスが残っている場合は、ニオイやカビの原因になります。
- 本体の焦げ付きが取りにくい場合は、お湯を満たしてふやかした後、固めのスポンジでていねいにこすってください。
- 食器洗浄機や食器乾燥器をご使用の際は、機種種の取扱説明書にそって正しく使用してください。乾燥が不十分の場合、自然乾燥を追加してください。

電子レンジのお手入れについて

- 庫内に調理カス等が残らないよう、しっかり拭き取ってください。その際、電子レンジの取扱説明書にそって、お手入れを行ってください。
- 庫内のニオイが気になる時、電子レンジの脱臭機能がある場合は使用してください。又、緑茶100mlを耐熱容器に入れ、500Wで3分程度加熱し、その後ふきん等で拭き取るとニオイ取りに効果的です。



白米



※本体や蓋が熱くなっていますので取り出す時や蓋を開ける時にはミトンを使い、ヤケドしないように気を付けてください。

※米の質・種類、電子レンジの機種等により、炊飯時間や水分量が多少異なるので、何度かお試しになり、お好みの炊き加減をお楽しみください。

※600Wで調理する場合は、加熱時間をレシピの約9割に調節してください。

材料

白米…………… 1合(180ml)
水…………… 200ml

作り方

- ①白米を洗ってザルに上げ、水気を切ります。
- ②ボール等に①と水を入れ、30分以上浸します。
(気温や水温の低い季節は1時間以上)
- ③本体に②を入れ、中蓋と上蓋をし、電子レンジ(500W)で4分30秒程度加熱し、更に電子レンジ(200W)で5分程度加熱します。
- ④加熱が終了したら、そのまま電子レンジ庫内で15分程度蒸らします。
- ⑤しゃもじ等で混ぜます。

※再度蓋をして5分程度蒸らすとより美味しくなります。

※200Wの設定がない電子レンジの場合は解凍モードでお試ください。

赤飯



※本体や蓋が熱くなっていますので取り出す時や蓋を開ける時にはミトンを使い、ヤケドしないように気を付けてください。

※米の質・種類、電子レンジの機種等により、炊飯時間や水分量が多少異なるので、何度かお試しになり、お好みの炊き加減をお楽しみください。

※600Wで調理する場合は、加熱時間をレシピの約9割に調節してください。

材料

もち米…………… 1合(180ml)
ささげ豆…………… 20g
水(作り方①で使用) …………… 150ml
水(作り方②で使用) …………… 適宜

作り方

- ①ささげ豆をよく洗い、耐熱容器に水と共に入れ、電子レンジ(500W)で8分程度加熱します。
- ②加熱が終了したら、そのまま電子レンジ庫内で5分程度置いた後、ささげ豆はザルに上げ、茹で汁は180mlになるまで水を足し人肌程度まで冷まします。
- ③もち米を洗ってザルに上げ、水気を切ります。
- ④ボール等に②の茹で汁と③を入れ、3時間程度浸します。
(気温や水温の低い季節は5時間以上)
- ⑤本体に②のささげ豆と④を入れて軽く混ぜ、中蓋と上蓋をし、電子レンジ(500W)で15分程度加熱します。
- ④加熱が終了したら、そのまま電子レンジ庫内で15分程度蒸らします。
- ⑤しゃもじ等で混ぜます。

※再度蓋をして5分程度蒸らすとより美味しくなります。

※お好みでごま塩等をふりかけてお召し上がりください。

玄米ごはん



材料

玄米…………… 1合(180ml)
水…………… 300ml

作り方

- ①玄米を洗ってザルに上げ、水気を切ります。
- ②ボール等に①と水を入れ、8時間以上浸します。※
- ③本体に②を入れ、中蓋と上蓋をし、電子レンジ(500W)で18分程度加熱します。
- ④加熱が終了したら、そのまま電子レンジ庫内で15分程度蒸らします。
- ⑤しゃもじ等でよく混ぜます。
- ⑥再度蓋をして10分程度蒸らします。

※気温や水温の低い季節は10時間以上浸します。

気温や水温が高い季節は炊く前に水を交換すると美味しく炊きあがります。水を交換する際は捨てる水と同量の水を入れ替えてください。

※本体や蓋が熱くなっていますので取り出す時や蓋を開ける時にはミトンを使い、ヤケドしないように気を付けてください。

※米の質・種類、電子レンジの機種等により、炊飯時間や水分量が多少異なるので、何度かお試しになり、お好みの炊き加減をお楽しみください。

※600Wで調理する場合は、加熱時間をレシピの約9割に調節してください。

炊き込みごはん



※本体や蓋が熱くなっていますので取り出す時や蓋を開ける時にはミトンを使い、ヤケドしないように気を付けてください。

※米の質・種類、電子レンジの機種等により、炊飯時間や水分量が多少異なるので、何度かお試しになり、お好みの炊き加減をお楽しみください。

※600Wで調理する場合は、加熱時間をレシピの約9割に調節してください。

材料

白米	1合(180ml)	A
水	180ml	
ごぼう	10cm(20g)	
しいたけ	1枚	
にんじん	20g	
油揚げ	1/2枚	
鶏もも肉	40g	
酒	大さじ1	
しょうゆ	大さじ1/2	A
塩	小さじ1/2	

作り方

- ①白米を洗ってザルに上げ、水気を切ります。
- ②ボール等に①と水を入れ、30分以上浸します。
(気温や水温の低い季節は1時間以上)
- ③ごぼうは細めの笹がきにし、さっと水でさらしてザルに上げます。しいたけは薄切り、にんじん、油揚げは3cm程度の長さの千切りにします。鶏もも肉は1cm角程度に切ります。
- ④②にAを加えてよく混ぜ、本体に入れ、③をまんべんなく乗せ、中蓋と上蓋をします。
- ⑤電子レンジ(500W)で10分程度加熱します。
- ④加熱が終了したら、そのまま電子レンジ庫内で15分程度蒸らします。
- ⑤しゃもじ等で混ぜます。

※再度蓋をして5分程度蒸らすとより美味しくなります。

お粥



※本体や蓋が熱くなっていますので取り出す時や蓋を開ける時にはミトンを使い、ヤケドしないように気を付けてください。

※米の質・種類、電子レンジの機種等により、炊飯時間や水分量が多少異なるので、何度かお試しになり、お好みの炊き加減をお楽しみください。

※600Wで調理する場合は、加熱時間をレシピの約9割に調節してください。

材料 (茶碗軽く2杯分)

米……………0.5合(90ml)

水……………450ml

作り方

- ①米を洗ってザルに上げ、水気を切ります。
- ②ボール等に①と水を入れ、30分以上浸します。
(気温や水温の低い季節は1時間以上)
- ③本体に②を入れ、中蓋と上蓋をせず、電子レンジ(500W)で7分程度加熱し、更に電子レンジ(200W)で13分程度加熱します。
- ④加熱が終了したら、そのまま電子レンジ庫内で10分程度蒸らします。
- ⑤しゃもじ等で混ぜます。
- ⑥中蓋をして5分程度蒸らします。

※200Wの設定がない電子レンジの場合は解凍モードでお試しください。