

保証書

マイコン離乳食メーカー 無料修理保証書 持込修理

保証期間内に取扱説明書、本体表示などの注意書きに従って正常な使用状態で使用して故障した場合には、保証書の記載内容にもとづき、お買い上げの販売店が無料修理致します。お買い上げの日から下記の期間内に故障した場合は、商品と本書をお持ちいただき、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。なお、お客様宅での出張修理をご希望の場合は、出張に要する実費を申し受けます。

品 番	EGC-03D		
保証対象部品	無料修理保証期間	部 品 代	工料など
本 体	1 年	無	料
※お買い上げ日		年	月 日
※お客様	ご芳名	様	
	ご住所		
	TEL	()	
販売店	※店名住所	TEL ()	

※印欄に記入のない場合は無効となりますから必ずご確認ください。

1. 保証期間内でも次の場合には有料修理になります。

- (イ) お取り扱い上の不注意・天災・火災・公害・異常電圧・指定外の使用電源による故障、損傷及び部品の当然の消耗などの場合。
- (ロ) ご自分で不当な修理・調整・分解・改造などをされたもの及び取扱説明書、本体表示などの禁止事項での使用による故障及び損傷。
- (ハ) お買い上げ後の輸送・移動・落下などによる故障及び損傷。
- (ニ) 一般家庭用以外(たとえば業務用など)に使用された場合の故障および損傷。
- (ホ) 本書にお買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合あるいは字句を書き換えられた場合。
- (ヘ) 本書のご提示がない場合。

- 2. ご転居、ご贈答などで、お買い上げの販売店に修理が依頼できない場合は、別紙のお問い合わせカードに記載の象印マホービン株式会社・各支店・営業所へお問い合わせください。
- 3. 本書は日本国内においてのみ有効です。
This warranty is valid only in Japan.
- 4. 本書は盗難・火災などの不可抗力以外で紛失された場合は、再発行いたしませんので大切に保管してください。

- この保証書は、本書に明示した期間・条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。したがって、この保証書によってお客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間経過後の修理などについてご不明の場合は、お買い上げの販売店又は、別紙のお問い合わせカードに記載の象印マホービン株式会社・各支店・営業所へお問い合わせください。
- 保証期間経過後の修理・補修用性能部品の保有期間について詳しくは、アフターサービスについての項をご覧ください。

修理メモ

象印マホービン株式会社

〒530-8511 大阪市北区天満1丁目20番5号
TEL.06(6356)2391

ZOJIRUSHI

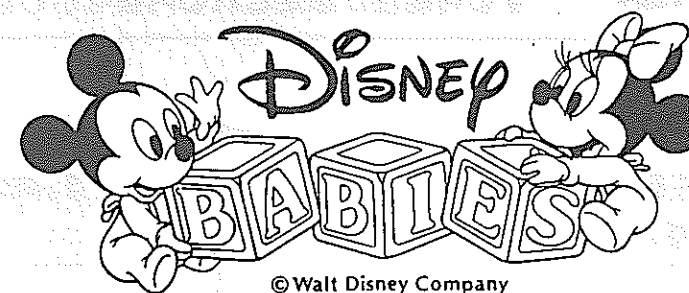
マイコン 離乳食メーカー

赤ちゃんのごはん

品番 EGC-03D

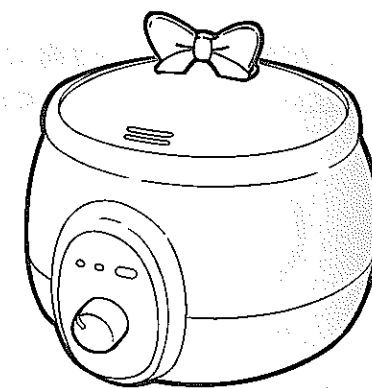
取扱説明書

保証書つき



特長

- 少量の離乳食でも上手に炊けます。
- 間接加熱方式(外なべに水を入れる)なのでミルクがゆやプディングも上手にできます。
- 便利な12時間予約タイマーつきで炊き上がりまでの時間をセットできます。(4~12時間)
- 使用しないときは、電源コードを底部にすっきり収納できます。



もくじ

安全上のご注意.....	1~4	修理を依頼される前に・仕様.....	8
各部のなまえ.....	5	お手入れ・こんな表示をしたときは.....	9
おかゆを炊く.....	6	アフターサービスについて.....	10
タイマーを使って炊く.....	7	保証書.....	裏表紙

安全上のご注意

ご使用の前に

※ここに示した注意事項は、あなたや他の人々への危害や損害を未然に防止するためのもので、「警告」「注意」の2つに分けてお知らせしています。
いずれも安全に関する重要な内容ですので、必ずお守りください。



警告

取り扱いを誤ると、死亡または重傷などを負う可能性が想定される内容を示します。



注意

取り扱いを誤ると、傷害または物的損害が発生する可能性が想定される内容を示します。

記号について

- △記号は、警告・注意を促す内容があることを告げるものです。具体的な注意内容が描かれています。



感電注意

- ⊘記号は、禁止の行為であることを告げるものです。図の中や近傍に具体的な禁止内容が描かれています。



接触禁止

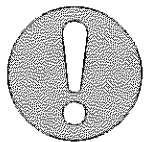


分解禁止



水場での使用禁止

- 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です。図の中に具体的な指示内容が描かれています。



差込みプラグを抜く

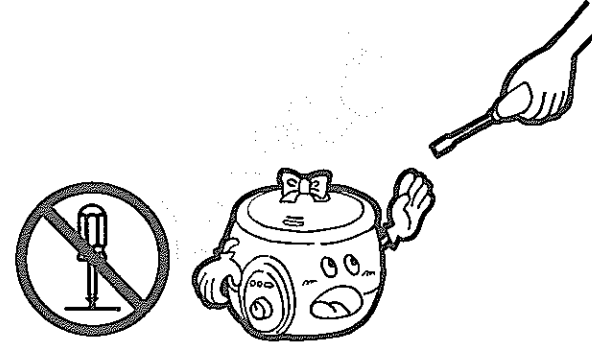


一般的な指示

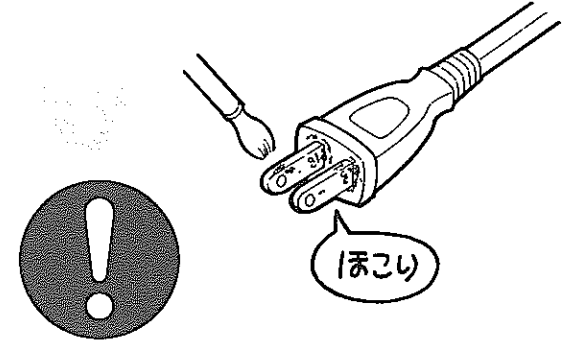
※お読みになった後は、お使いになる方がいつでも見られるところに必ず保管してください。

警告

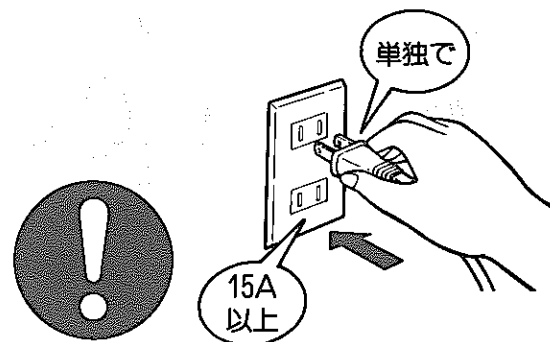
- 修理技術者以外の方は、絶対に分解したり修理・改造は行わないでください。発火したり、異常動作してけがをすることがあります。また、故障の原因になります。



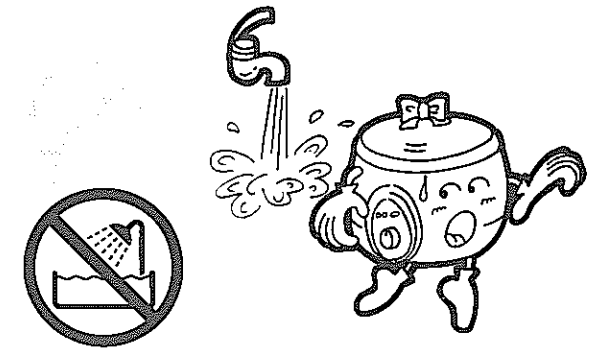
- 差込みプラグは、刃(プラグの先端)及び刃の取付面にほこりが付着している場合はよく拭いてください。火災の原因になります。



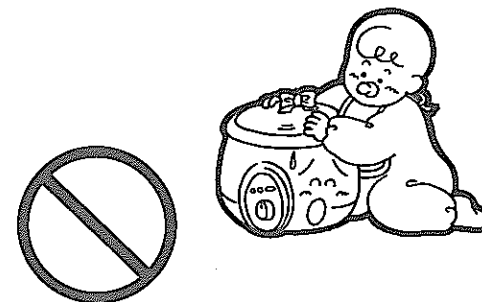
- 定格15A以上のコンセントを単独で使ってください。他の器具と併用すると分岐コンセント部が異常発熱して発火することがあります。



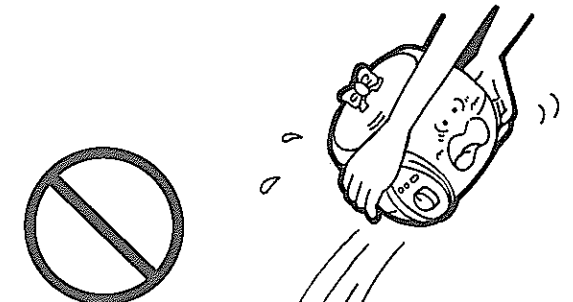
- 水につけたり、水をかけたりしないでください。ショート・感電の恐れがあります。



- 子供だけで使わせたり、幼児の手の届くところで使わないでください。やけど・感電・けがをすることがあります。



- 本体を傾けたり、ゆすったりすべらせしないでください。又大きくゆすって持ち運ばないでください。湯が流れてやけどの恐れがあります。



⚠ 注意

- 差し込みプラグを抜くときは、電源コードを持たずに必ず先端の差し込みプラグを持って引き抜いてください。

感電やショートして発火することがあります。



- 電源コードや差し込みプラグが傷んでいたり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しないでください。

感電・ショート・発火の原因になります。



- 水のかかるところや、火気の近くでは使用しないでください。

感電・漏電や変形の原因になります。



- 電源コードを傷つけたり、破損したり、加工したり、無理に曲げたり、引張ったり、ねじったり、たばねたりしないでください。

また、重い物を載せたり、挟み込んだり、加工したりすると、電源コードが破損し、火災・感電の原因となります。



- 交流100V以外では使用しないでください。

火災・感電の原因となります。



- 不安定な場所や熱に弱い敷物の上では使用しないでください。

火災の原因となります。



- 蒸気口に手を触れないでください。

やけどをすることがあります。

特に乳幼児にはさわらせないようにご注意ください。



- 使用時以外は、差し込みプラグをコンセントから抜いてください。

けがややけど、絶縁劣化による感電・漏電火災の原因になります。



- 使用中や使用直後は、高温部に触れないでください。

高温ですのでやけどの原因となります。



- 不安定な置き場所には置かないでください。

転倒すると湯が流れでてやけどの恐れがあります。



- 外なべの水位目盛以上の水を入れしないでください。

湯がふきこぼれややけどの恐れがあります。

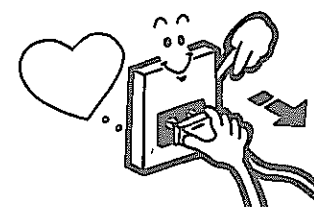


お願い

火災・感電・やけど・故障などを防ぐため、次のことは必ずお守りください。

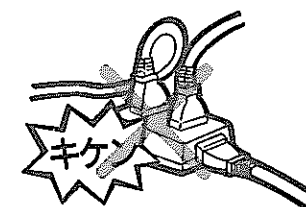
- 電源は正しく配線されたコンセントをご使用ください。

● 感電や火災の恐れがあります。



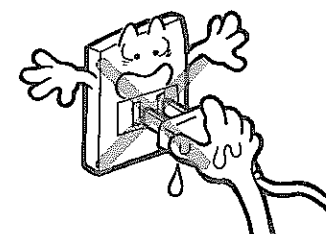
- タコ足配線はしないでください。

● 火災の原因になります。



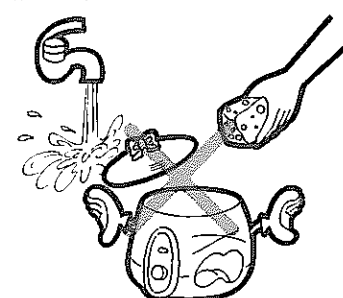
- 差し込みプラグの先端をぬれた手でコンセントに差し込まないでください。

● 感電の恐れがあります。



- 外なべに、じゃ口から直接水を入れて洗ったり、本体の丸洗い、流し洗いをしないでください。

● 感電や故障の原因になります。



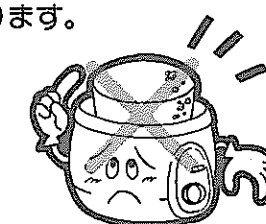
- やけどにご注意

● 蒸気口付近は高温になっていますのでご注意ください。

ふたを開けるときは、蒸気にご注意ください。

- おかゆを炊いているときは、絶対にふたを開けないでください。

● やけどをする恐れがあります。



- 異物(ごはんつぶや米粒など)がついたまま使わないでください。

● うまく炊けない原因になります。

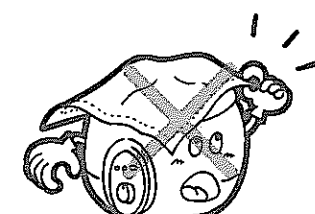
- 取り扱いがていねいにしてください。

● 強い衝撃を与えると、故障の原因になります。

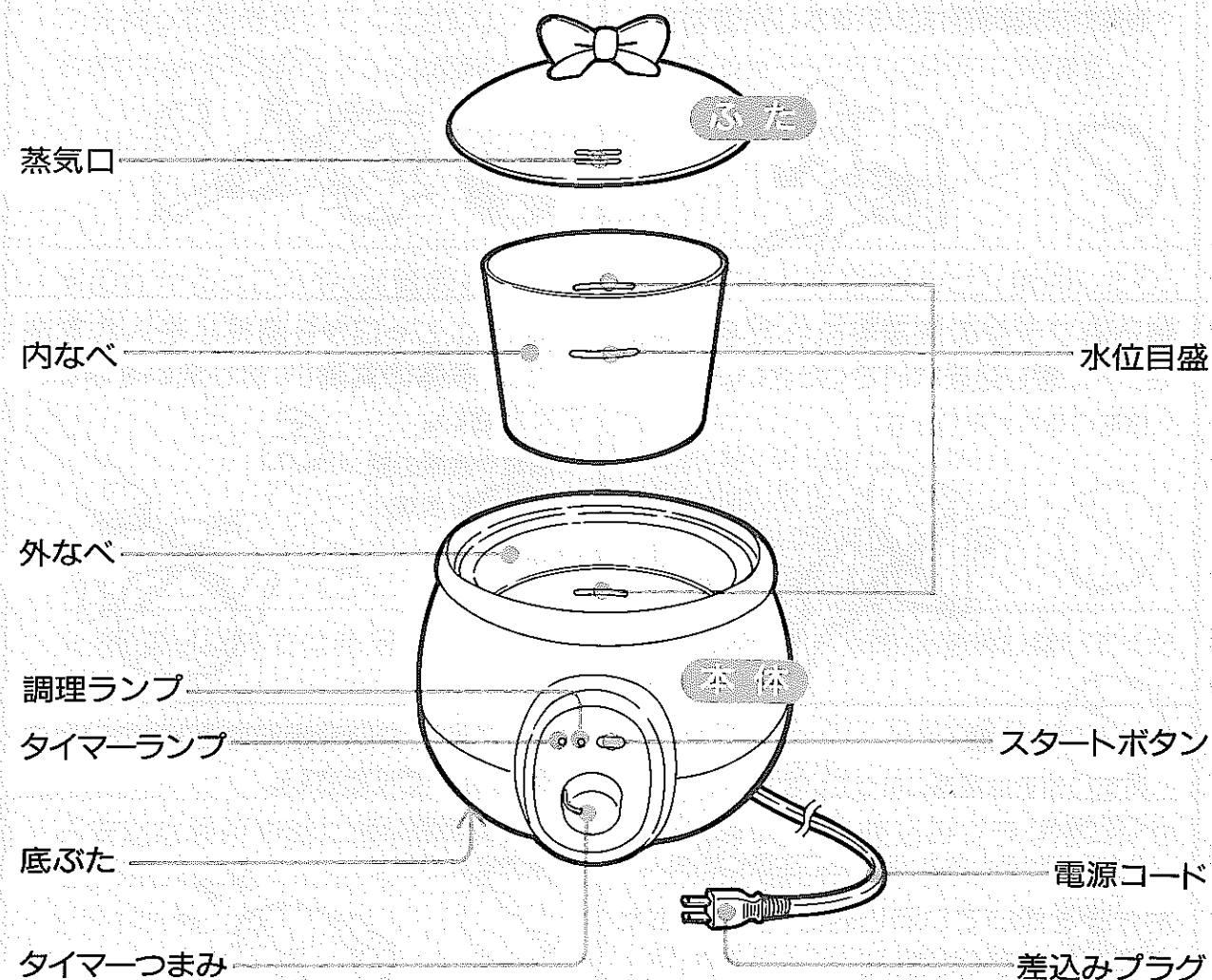


- 本体(特に蒸気口)にふきんなどをかけないでください。

● 本体やふたの変形、変色の原因になります。



各部のなまえ



付属品		電源コードの収納方法 (巻き付けて収納します。)	
スプーン S (4.5mL) L (14mL) 計量カップ (約180mL)	お料理ノート	底ふたをあけた状態 電源コード	底ふた

おかゆを炊く

離乳食の詳しい調理方法は、「お料理ノート」を参照してください。(離乳食以外にも大人約2人分の全がゆ・七分がゆ・三分がゆもできます。)

1 米を計って洗い、内なべに入れる

分量表

	離乳食 (少量のおかゆを炊く場合)		離乳食以外 (おかゆ2人分を炊く場合)		
	全がゆ	つぶしがゆ	全がゆ	七分がゆ	三分がゆ
米	スプーン(L) 2杯 (28g)		2/3カップ (約100g)	1/2カップ (約75g)	1/3カップ (約30g)

※ 離乳食は、付属のスプーン(L)、離乳食以外は付属の計量カップで計ります。

- 米は、水平にならしてください。
- お米は、夏場30分、冬場で1〜2時間水に浸します。

2 内なべと外なべに分量の水を入れる

分量表

		離乳食 (少量のおかゆを炊く場合)		離乳食以外 (おかゆ2人分を炊く場合)		
		全 が ゆ	つぶしがゆ	全 が ゆ	七分がゆ	三分がゆ
水	内なべ	¾カップ	1 カップ	水位目盛まで		
	外なべ	水位目盛まで				

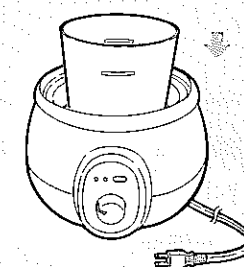
※ 離乳食は付属の計量カップで計ります。

※ 内なべの目盛は、おかゆ(2人分)を炊くときの目盛です。1人分のときは、外なべに水約170mL (水位目盛どおり) 入れ、内なべに水約250mLと米約50gをめやすに調節してください。

- 内なべ、外なべにお湯を入れないでください。(空だき報知状態となり、おかゆが炊けません。)
- 水を外なべに入れるときは、水位目盛以上に入れないでください。

3 内なべを本体に入れ、ふたをセットする

※ 離乳食 (少量のおかゆ) の場合
内なべが浮き気味になりますがそのまふたをしてご使用ください。



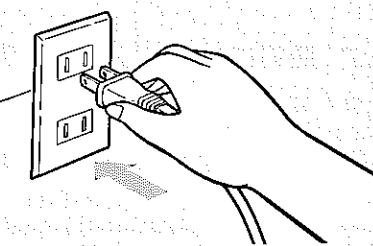
● 炊く前に塩などの調味料を内なべに入れないでください。

● おかゆを再度炊く場合、必ず外なべを十分冷やしてから水位目盛まで水を入れてください。

● タイマーつまみが「切」の位置にあるときは、ブザーが「ピッ」となります。

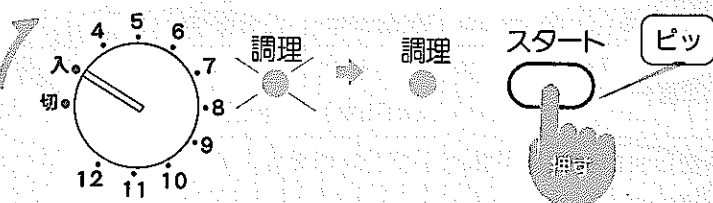
4 通電する

きっちりと...



5 炊飯する

タイマーつまみを「入」に合わせて、スタートボタンを押します。(調理ランプは点滅から点灯に変わります。)



6 炊き上がり⇒かきまぜる

メロディで炊き上がりをお知らせします。

※パンプキンブディングと卵豆腐は、メロディが鳴るまでにタイマーつまみを「切」にします。(詳しくは、お料理ノートを参照してください。)

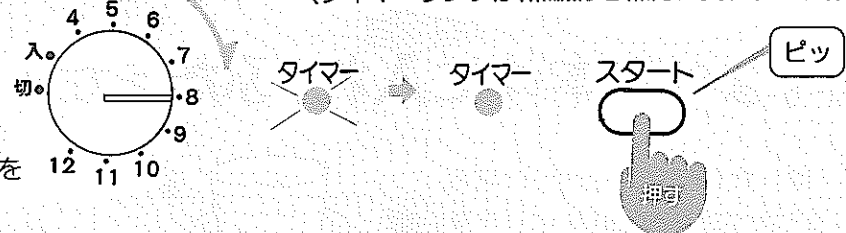
7 使用後は

差し込みプラグを持ってコンセントから抜きます。

タイマーを使って炊く (炊き上がりタイマー)

1 食べたい時刻にタイマーを合わせます。2 スタートボタンを押し、タイマーをスタートさせます。

(タイマーランプは、点滅から点灯に変わります。)



※8時間後の炊き上がりをセットした場合

◎セットした時間を変更したいとき又は、やめたいときは…

一度タイマーつまみを「切」にしてセットしなおします。

●「切」にしないで時間をセットしなおした場合、ブザーが“ピッピッ”と2回鳴ります。このときは、変更した時間通りには炊き上がりません。(最初にセットした時間に炊き上がります。)

◎誤ってタイマーつまみを回してしまって、最初にセットした時間がわからないときは…

ブザーが“ピッピッ”と鳴らない位置までタイマーつまみを回します。

●ブザーが“ピッピッ”と鳴っている時間の位置は、最初にセットした時間ではありません。

※調理によりタイマーが使用できないものがあります。(詳しくは、お料理ノートを参照してください。)

炊き上がりの時間のめやす

離乳食	パンプキンブディング 卵豆腐 上記以外	約15～20分 約40～50分
	離乳食以外(全がゆ・七分がゆ・三分がゆ)	約60分

●調理時間は、具の種類や量・水温・水かげん・電圧などにより多少変わります。

●にんじんがゆを調理するとふたが変色することがありますので使用後はすぐにお手入れしてください。

●おかゆは、時間がたつと、のり状になりますので早めにお召し上がりください。なおこの製品には保温機能はありません。

●蒸気口から蒸気が出ますのでやけどなどしないようご注意ください。

ごはんを炊く場合

①米を計量カップ(1カップ180mL)で2カップ計って洗い、ザルに上げます。

②水をよく切ってから内なべに入れ、水を約380mL加え、30分以上浸します。

③外なべに水位目盛まで水を入れます。

④「おかゆを炊く」の3～7の手順と同じです。

◎炊き上がり時間は約60分です。

※内なべはフッ素加工していませんので、ごはんがこびりつく場合があります。このときは、湯にひたしてこびりつきを落としてください。

修理を依頼される前に

「故障かな?」と思ったときは、次の点をお調べください。

お調べいただくこと		米・水の量をまちがった。	フタをセットしていない。
こんなとき			
おかゆが	炊けない	○	○
	吹きこぼれる	○	—

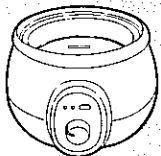
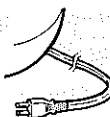
●上記のいずれの場合にもあてはまらない場合は、お近くの象印製品販売店又は、当社の相談窓口までお問い合わせください。

仕様

品番	EGC-03D
炊飯容量 (全がゆ)	0.12L (5/8カップ)
定格	100V 250W
電源コード	長さ 1.4m
外形寸法(cm)	幅約19.5×奥行約21.5×高さ約19
重量	約0.7kg

お手入れ

- いつもおいしく炊いて、いやなにおいを付けないために……
- 差込みプラグをコンセントより抜き、製品が冷えてから始めてください。

ふた・内なべ 	湯又は、水にひたし、スポンジで洗う。 (特に内なべは、使用ごとに湯にひたしてきれいに洗ってください。)
本体の外側 本体の内側(外なべ) 	本体の外側 湯で薄めた台所用洗剤を柔らかい布に含ませ、固くしぼり汚れをふき取る。 本体の内側(外なべ) 湯又は、水にひたし、スポンジで洗う。(外なべにじゃ口から直接水を入れて洗ったりタイマー部分に水をかけないでください。)
電源コード・差込みプラグ 	乾いた柔らかい布でふく。

ご注意

- シンナー・みがき粉・たわし類(ナイロン・金属製など)・漂白剤などは、お手入れに使用できません。
- ふた・本体の外側に化学ぞうきんを使用する場合は、強くふいたり長時間触れさせたりしないようにしてください。

こんな表示をしたときは

症 状	警 告	処 置
タイマーランプが点滅し、ブザーが鳴る。(ピーが連続)	空 だ き	内なべ及び外なべに必要量の水を入れてください。
調理ランプが点滅し、ブザーが鳴る。(ピッが連続)	サーミスタ断線	製品の故障と思われます。お買い上げの販売店にご相談ください。

アフターサービスについて

1. 保証書の内容のご確認と保存のお願い。

必ず「販売店印及びお買い上げ日」をご確認のうえ、お買い上げの販売店から受け取り、内容をよくお読みのうえ、大切に保存してください。

2. 保証期間は、お買い上げ日より1年間です。

3. 修理を依頼されるとき

《保証期間中》

製品に保証書を添えて、お買い上げの販売店にご持参ください。保証書の記載内容に基づき修理をさせていただきます。

《保証期間を経過しているとき》

お買い上げの販売店にご相談ください。修理によって機能が維持できる場合は、お客様の要望により有料修理させていただきます。

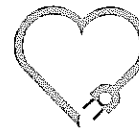
- 販売店にご依頼にならない場合には、お近くの別紙相談窓口にご連絡ください。

4. 当社は、マイコン離乳食メーカーの補修用性能部品を製造打切後、最低5年保有しています。

- 性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品です。

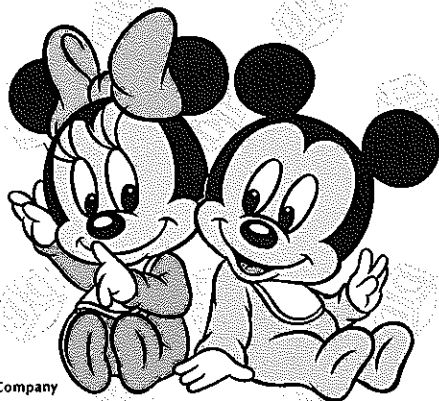
5. 上記の内容についての詳細・贈答・転居の場合など、その他、製品に関する問い合わせ、ご質問がございましたら、お買い上げの販売店、又は別紙相談窓口までお気軽にご相談ください。

※お客様ご自身で修理されたり、手を加えたりすることは危険です。絶対にしないでください。

愛情点検	長年ご使用のマイコン離乳食メーカーの点検を!	
	ありませんか こんな症状は ● ご使用中、電源コード・差込みプラグが異常に熱くなる。 ● こげくさいにおいがする。 ● 外なべや内なべが変形している。 ● その他の異常や故障がある。	お願い こんな症状のときは、故障や事故の防止のため、必ず販売店に点検(有料)をご相談ください。

ワンポイントアドバイス

離乳食を始める前に!



© The Walt Disney Company

A 赤ちゃんの成長や好みに合わせて!

離乳期には、赤ちゃんの成長に従って消化力や食べ方が変化します。また食べ物の舌ざわり、歯ざわり、かみごたえなどに対する好みも変わってきます。赤ちゃんの成長や好みに合わせた固さや大きさの離乳食をすすめましょう。

B 無理せずゆつくりと!

赤ちゃんの発育能力以上に先を急いで離乳食をすすめると、ものをよくかめない子、しっかり飲みこめない子になってしまいます。無理せずゆつくり赤ちゃんのペースと発育に合わせて離乳食をあげましょう。

C スタートは赤ちゃんの調子のよい日の午前中に!

離乳食のスタートは赤ちゃんの調子のよい日の午前中に始めましょう。ミルク以外の食べ物の結果がその日のうちの便に出て、離乳食をすすめてよいかがわかります。

D 食事は楽しい!

お田さんがゆったりした気持ちであげると、赤ちゃんも楽しく食べてくれます。食事は楽しいということを赤ちゃんに覚えてもらいましょう。

E 味つけはうす味で!

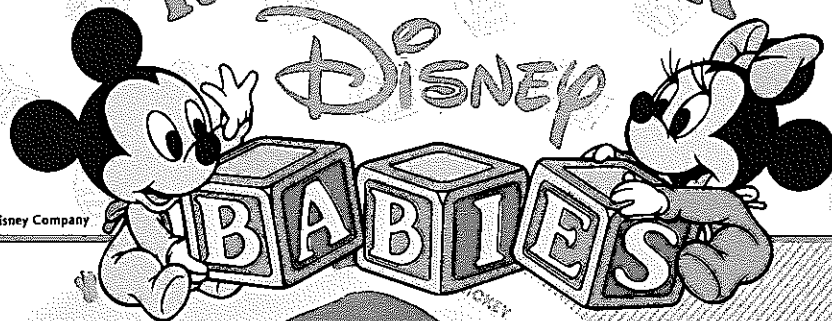
味つけはうす味で、赤ちゃんのときから成人病の予防をしましょう。

F 手をきれいに洗い、清潔な器具で!

離乳食を作るときや、赤ちゃんに食べさせるときは、必ず手をきれいに洗い、清潔な器具を使いましょう。

RECIPE BOOK

Disney



© The Walt Disney Company

赤ちゃんのごはん・お料理ノート



●「離乳食を始める前に!」を必ずお読みください。

●ご注意:このお料理ノートで使用している計量単位

1カップ 180ml

スプーン(L) 14ml

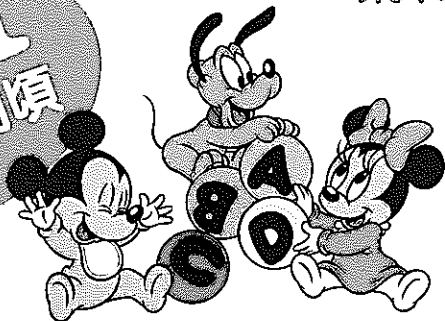
スプーン(S) 4.5ml

果汁の味に慣れ、スプーンに親しんできたら、さあ始めましょう

離乳食は、おっぱいの味にいちばん近いおかゆからが基本

STEP 1
4～5カ月頃

つぶしがゆ



離乳初期の おかゆの与え方

★おかゆはよくつぶして、1さじからスタートしてください。その後、赤ちゃんの様子を見ながら、2～3日ごとに1さじずつ増やしてください。

★おかゆをつぶすときはイチゴのスプーンが便利です。赤ちゃんに食べさせる時は、プラスチックのスプーンを使いましょう(赤ちゃんがスプーンになれるまで)。

★始めはつぶしながらスタート。慣れてきたら、にんじんがゆ・ミルクがゆを食べさせてください。

材料

調理時間：約40～50分

米 スプーン(L)2杯
水 1カップ

作り方

- ①米は洗って内なべに入れ、分量の水を加えます。
- ②外なべに水位目盛まで水を入れ、内なべをセットします。
- ③タイマーつまみを(入)に合わせ、調理ランプが点滅したら(スタート)ボタンを押します。
- ④メロディーが鳴れば、炊きあがりです。
- ⑤食べる量だけスプーンでつぶし、1さじずつ与えます。

にんじんがゆ



材料

調理時間：約40～50分

米 スプーン(L)2杯
にんじん(すりおろす)・スプーン(L)1杯
水 1カップ

作り方

- ①米は洗って内なべに入れ、分量のにんじん・水を加えます。
- ②外なべに水位目盛まで水を入れ、内なべをセットします。
- ③タイマーつまみを(入)に合わせ、調理ランプが点滅したら(スタート)ボタンを押します。
- ④メロディーが鳴れば、炊きあがりです。
- ⑤食べる量だけスプーンでつぶし、1さじずつ与えます。

★ふたが変色することがありますので使用後はすぐにお手入れしてください。

ミルクがゆ

◆タイマーは使用しないでください。



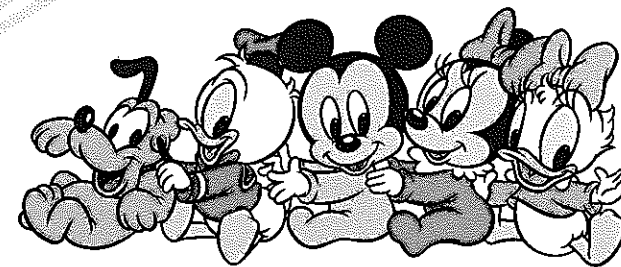
材料

調理時間：約40～50分

米 スプーン(L)2杯
牛乳 ½カップ
水 ½カップ

作り方

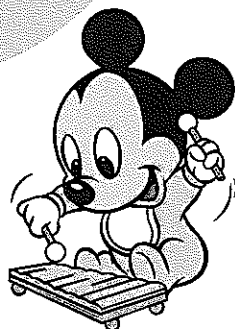
- ①米は洗って内なべに入れ、分量の牛乳・水を加えます。
- ②外なべに水位目盛まで水を入れ、内なべをセットします。
- ③タイマーつまみを(入)に合わせ、調理ランプが点滅したら(スタート)ボタンを押します。
- ④メロディーが鳴れば、炊きあがりです。
- ⑤食べる量だけスプーンでつぶし、1さじずつ与えます。



STEP 2

6～8カ月頃

全がわ



材料 調理時間: 約40～50分

米 スプーン(L)2杯
水 ¼カップ

作り方

- ①米は洗って内なべに入れ、分量の水を加えます。
- ②外なべに水位目盛まで水を入れ、内なべをセットします。
- ③タイマーつまみを(入)に合わせ、調理ランプが点滅したら(スタート)ボタンを押します。
- ④メロディーが鳴れば、炊きあがりです。

★バリエーション

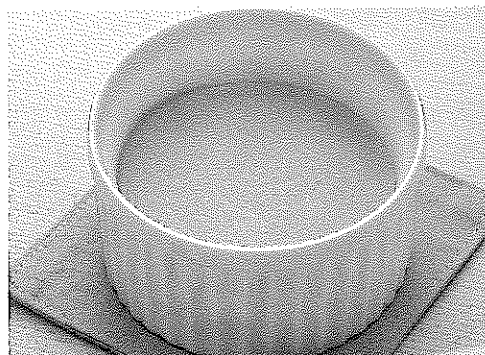
しらすぼし(お湯をかけて塩抜きし細かく刻む)や粉チーズ、とろろ昆布などを加えます。

離乳食の進め方に余裕がでてきたら、さあモグモグ期

とろりと口当たりのやわらかなメニューは

パンブキンブディンク

◆タイマーは使用しないでください。



材料 調理時間: 約20分

かぼちゃ 40g
砂糖 スプーン(S)1杯
卵 ½個
牛乳 ¼カップ
バター 少々

作り方

- ①かぼちゃは皮をむき、蒸して裏ごしし、砂糖を加えます。
 - ②卵はよく溶きほぐして、牛乳と合わせて裏ごしし、①に少しずつ加えて、かぼちゃをよく溶き、バターをぬった器に入れます。
 - ③内なべに水½カップを入れ、②の器を入れます。
 - ④外なべに水位目盛まで水を入れ、内なべをセットします。
 - ⑤タイマーつまみを(入)に合わせ、調理ランプが点滅したら(スタート)ボタンを押します。
 - ⑥約20分で、できあがりです。(タイマーつまみを「切」にしてください。加熱しすぎると、すぐ入りますのでご注意ください。)
- ★冷凍かぼちゃを使う場合は、室温に戻してから皮を取り裏ごしします。

赤ちゃん大好き

卵豆腐

◆タイマーは使用しないでください。



材料 調理時間: 約15分

卵 ½個
だし汁 ¼カップ
塩 少々

作り方

- ①卵はよく溶きほぐして、だし汁・塩を合わせて裏ごしし、器に入れます。
 - ②内なべに水½カップを入れ、①の器を入れます。
 - ③外なべに水位目盛まで水を入れ、内なべをセットします。
 - ④タイマーつまみを(入)に合わせ、調理ランプが点滅したら(スタート)ボタンを押します。
 - ⑤約15分で、できあがりです。(タイマーつまみを「切」にしてください。加熱しすぎると、すぐ入りますのでご注意ください。)
- ★STEP3では、具を入れて茶碗蒸しにします。



☆器を使用する調理は、外径80mm 深さ70mm以内の器をご使用ください。

自身魚のチーズ蒸し

◆タイマーは使用しないでください。



材料 調理時間: 約40～50分

白身魚(ひらめ、たらなど) ... ½切れ
スライスチーズ ½枚
玉ねぎ ½個
じゃがいも ½個
バター 少々
パセリ(みじん切り) 適量

作り方

- ①白身魚は骨と皮を取り1cm角に切りまします。チーズ・玉ねぎは細かく刻みます。じゃがいもは皮をむき、ゆでてあらくつぶします。
 - ②器にバターをぬり、玉ねぎ・じゃがいも・白身魚・チーズの順に入れます。
 - ③内なべに水½カップを入れ、②の器を入れます。
 - ④外なべに水位目盛まで水を入れ、内なべをセットします。
 - ⑤タイマーつまみを(入)に合わせ、調理ランプが点滅したら(スタート)ボタンを押します。
 - ⑥メロディーが鳴れば、できあがりです。仕上げに、パセリをふります。
- ★できあがりには、塩・こしょう・レモン汁で味をととのえると大人向きのメニューになります。

STEP 3

9～12カ月頃

2回食をしっかり食べられる様になったら、カミカミの練習

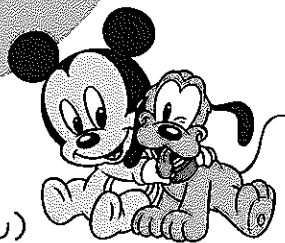
バランスの良いメニューで心と体を育てます



幼児期の食事

幼児期の食事では、材料を離乳期より大きめ(2cm角程度)に切ります。

軟飯(なんはん)



チーズ蒸しパン

◆タイマーは使用しないでください。

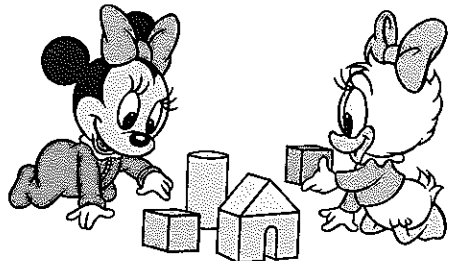


材料 調理時間:約40～50分

ご飯……………スプーン(L)5杯
水…………… $\frac{1}{2}$ カップ

つくり方

- ①分量のご飯・水を内なべに入れます。
- ②外なべに水位目盛まで水を入れ、内なべをセットします。
- ③タイマーつまみを④に合わせ、調理ランプが点滅したら(スタート)ボタンを押します。
- ④メロディーが鳴れば、炊きあがりです。



材料 調理時間:約40～50分

チーズ……………40g
レーズン……………スプーン(L)2杯
ホットケーキミックス……80g
④ { 砂糖……………スプーン(S)2杯
牛乳…………… $\frac{1}{2}$ カップ

つくり方

- ①④をまぜ合わせ、細かく刻んだチーズ・レーズンを加えてまぜます。
- ②内なべにラップをしき、①を流し込みます。
- ③外なべに水位目盛まで水を入れ、内なべをセットします。
- ④タイマーつまみを④に合わせ、調理ランプが点滅したら(スタート)ボタンを押します。
- ⑤メロディーが鳴れば、できあがりです。
☆レーズンの代わりに、さつまいもを加えてもできます。

ベビー・ポトフ

◆タイマーは使用しないでください。



材料 調理時間:約40～50分

鶏むね肉……………30g
にんじん……………2cm
じゃがいも…………… $\frac{1}{8}$ 個
キャベツ…………… $\frac{1}{8}$ 枚
セロリ……………1cm
白ねぎ……………2cm
水…………… $\frac{1}{2}$ カップ

つくり方

- ①鶏肉は皮を取り1cm大に切ります。にんじん・じゃがいもは皮をむき1cm角に切ります。キャベツは1cm角に切り、セロリ・白ねぎは小口切りにします。
- ②内なべに材料をすべて入れます。
- ③外なべに水位目盛まで水を入れ、内なべをセットします。
- ④タイマーつまみを④に合わせ、調理ランプが点滅したら(スタート)ボタンを押します。
- ⑤メロディーが鳴れば、できあがりです。
☆夏には、冷やしてどうぞ。

煮込みうどん

◆タイマーは使用しないでください。



材料 調理時間:約40～50分

うどん(ゆでたもの)…………… $\frac{1}{2}$ 玉
にんじん……………2cm
白ねぎ(斜め切り)……………5切れ
花麩……………3個
だし汁…………… $\frac{1}{2}$ カップ
塩・しょうゆ……………少々
④ { ゆで卵(薄切り)……………2枚
ほうれん草(葉先)……………適量

つくり方

- ①うどんは短めに切り、にんじんはいちよう切り、白ねぎの斜め切りはさらに四つ切りにします。ほうれん草はゆでて細かく刻みます。
- ②内なべに④以外の材料をすべて入れます。
- ③外なべに水位目盛まで水を入れ、内なべをセットします。
- ④タイマーつまみを④に合わせ、調理ランプが点滅したら(スタート)ボタンを押します。
- ⑤メロディーが鳴れば、できあがりです。
仕上げに、④のをせます。