comfee

家庭用

オーブンレンジ

CFM-DX211

取扱説明書



この製品は、海外ではご使用になれません
FOR USE IN JAPAN ONLY

保　証　書　付　（裏表紙）

- このたびは、お買い上げいただき、まことにありがとうございます。
- ご使用になる前に、必ずこの取扱説明書をよくお読みいただき、正しくお使いください。
- お読みになったあとは、大切に保管してください。

もくじ

安全上のご注意 …… 1
使用上のご注意 …… 6
加熱のしくみ …… 7
使える容器・使えない容器 …… 8
各部の名称 …… 9
はじめてお使いになる前に …… 11
使いかた …… 12
・基本の操作 ……12
自動メニュー
・自動メニュー一覧 ……13
・1あたため（クイックあたため）……14
・2冷凍ご飯／9お弁当あたため ……15
・3牛乳／4酒 ……15
・5ひき肉解凍／6魚解凍／7肉塊解凍／8さしみ解凍 ……17
・10果菜・葉果菜／11根菜 ……19
・12パンあたため／13冷凍パンあたため ……20
・14トースト ……21
・15焼きそば ……22
・基本操作（16赤飯・おこわ～32ロールケーキ）……23
手動メニュー
・レンジを使う ……24
・グリルを使う ……27
・オーブン（予熱なし）を使う ……28
・オーブン（予熱あり）を使う ……30
・オーブン（発酵）を使う ……32
お手入れ …… 33
故障かな？と思ったら …… 34
仕様 …… 35
保証とアフターサービス …… 36
お料理集（自動メニュー 16赤飯・おこわ～32ロールケーキ）…… 37
保証書 …… 裏表紙

1. 安全上のご注意

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、安全に関する重要な内容ですので、必ずお守りください。
その表示と意味は、次のようになっています。

● **この表示を無視して、誤った使いかたをしたときに生じる内容を、3つに区分しています。**

⚠ **危険**	人が死亡または重傷を負う可能性が高い内容
⚠ **警告**	人が死亡または重傷を負う可能性が想定される内容
⚠ **注意**	人が傷害を負う可能性および物的損害のみの発生が想定される内容

● **お守りいただく内容を、図記号で区分して説明しています。**

してはいけない 「**禁止**」の内容	必ず実行していただく 「**強制**」の内容	⚠ 「**注意をうながす**」内容

⚠ 危険

分解禁止

分解・修理・改造をしない
火災・感電・けがの原因になります。修理技術者以外の方が修理を行うことは危険です。
修理については、お買い上げの販売店にご相談ください。

吸気口・排水口や製品のすきま、庫内の開口部に異物を入れない
火災・感電・けがの原因になります。
異物が入ったときは、お買い上げの販売店にご相談ください。

⚠ 警告

電源プラグ・電源コードは

電源プラグのほこりは定期的にとる
ほこりがたまると、湿気などで絶縁不良となり、火災・感電の原因になります。

電源プラグはコンセントの奥まで確実に差し込む
ショートによる火災・感電の原因になります。

電源は交流100V、定格15A以上のコンセントを単独で使う
火災の原因になります。

お手入れや点検、移動の際は、必ず電源プラグをコンセントから抜く
感電やけがの原因になります。
ただし、使用後1分は冷却のため、電源プラグを抜かないでください。

ぬれ手禁止

ぬれた手で電源プラグの抜き差しをしない
感電・やけど・けがの原因になります。

電源コードや電源プラグが傷んだり、コンセントの差し込みがゆるいときは使わない
ショートによる火災・感電の原因になります。電源コードが破損したときは、お買い上げの販売店へお問い合わせください。

電源コードをたばねて通電しない
過熱してやけど・火災の原因になります。電源コードは、必ずのばして使用してください。

持ち運び時や収納時に電源コードを引っ張らない
火災・感電の原因になります。

電源コードを傷つけない
傷つける、加工する、無理に曲げる、引っ張る、ねじる、重いものをのせる、挟み込むなどしないでください。
電源コードが破損し、火災・感電の原因になります。

アースは

アースを必ず接続

アースは必ず取り付ける（5ページ参照）
故障したり漏電したりしたときに、感電のおそれがあります。
次のような場所で使用する場合は、法律でアース工事（D種接地工事）が義務付けられています。

- **湿気の多い場所**
  土間・コンクリート床・貯蔵室など
  飲食店の厨房など
- **水気のある場所**
  洗い場など水を扱うところ
  水滴が飛び散るところ
  地下室など結露しやすいところ

水気の多いところで使用する場合は、漏電遮断器を設置する
水気の多いところに設置する場合は、アースの他に漏電遮断器の設置が義務付けられています。
（ご家庭の分電盤に設置されていることがあります。）
詳しくは、お買い上げの販売店または電気工事店にご相談ください。

アース線は、ガス管や水道管、電話線や避雷針のアース線には絶対に接続しない
爆発・火災の原因になります。

調理をするときは

繊維質の多い食材・小さく切った食材・少量の食材は発火することがあるので、注意する
ラップをする、加熱し過ぎないなど注意して調理してください。

調理中はそばを離れない
食材が発煙・発火することがあるので、注意してください。

レンジ加熱をするときは

卵は必ず黄身まで割りほぐしてから加熱する

殻や膜付きの食材は必ず切れ目を入れる

びんや密封容器のふたは必ず外してから加熱する
破裂して、けがややけどの原因になります。

乳幼児用のミルクやベビーフード、介護食などをあたためるときは、加熱後かき混ぜて温度を確認する
やけどのおそれがあります。

缶詰・びん詰め・袋詰め・レトルト食品・真空パック食品は加熱しない
破裂のおそれがあります、必ず別容器に移し替えてから加熱してください。

ゆで卵、目玉焼きなどは加熱しない
爆発して大変危険です。

飲み物などを加熱するときは

加熱し過ぎないように注意する

加熱前・加熱後はスプーンなどでかき混ぜる
飲み物や油脂分の多い液体（生クリームなど）は、加熱後取り出すときに突然沸騰して飛び散ることがあり、やけどの原因になります。加熱し過ぎたときは、庫内で冷ましてから取り出してください。

その他

吸気口・排気口をふさがない
火災の原因になります。

屋外で使用しない

壁や家具、カーテンなど、燃えやすいものの近くで使用しない

畳・じゅうたん・テーブルクロスなど熱に弱いものの上で使用しない
火災の原因になります。


水ぬれ禁止

水まわり、風呂場など湿気のある場所では絶対に使用しない


水ぬれ禁止

本体を水につけたり、本体に水をかけたりしない
火災・感電の原因になります。

スプレーをかけない（殺虫剤、整髪料、潤滑油など）

引火性のもの（灯油・ガソリン・シンナーなど）、可燃性のもののそばで使わない

油煙の舞う場所や近くで使用しない
火災の原因になります。

子供など取り扱いに不慣れな人だけで使わせたり、幼児に触れさせたりしない

のったり寄りかかったりしない
感電・やけど・けがなどの原因になります。

ドアに無理な力を加えない
変形して電波漏れにより人体に被害を及ぼしたり、火災の原因になります。


プラグを抜く

異常・故障時には直ちに使用を中止し、電源プラグをコンセントから抜く
発煙・火災・感電のおそれがあります。

〔異常の例〕

- 異常な音やにおいがする
- 電源コードを動かすと、通電したりしなかったりする
- 電源プラグ・電源コードが異常に熱くなる
- 運転中時々電源が切れる
- 触れるとビリビリ電気を感じる

➡使用を中止し、お買い上げの販売店へお問い合わせください。

⚠注意

安全に設置する

水平で安定した場所で使用する
不安定な場所で使用すると、落下・転倒してけがや火災の原因になります。

壁・家具・カーテンなどから規定の距離を離して設置する（5ページ参照）
壁・家具・カーテンの損傷・汚損、さらにせまい場所に設置すると、加熱・火災の原因になります。
風通しがよく、水などのかからないところに設置してください。

肩より高い位置に設置しない
食材を取り出すときに不安定になり、けがややけどの原因になります。

本体の上や下にものを置かない
火災の原因になります。

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

ドアが損傷したときは使用しない
感電や電波漏れによる人体への被害のおそれがあります。点検・修理は、お買い上げの販売店へご依頼ください。

ドアにものをはさんだまま使用しない
誤作動して電波漏れにより人体に被害を及ぼしたり、過熱して火災の原因になります。

電源プラグ・電源コードは



電源プラグを抜くときは、電源コードを持たずに必ず電源プラグを持って引き抜く
電源コードが破損し、火災・感電の原因になります。



長期間使わないときは、必ず電源プラグをコンセントから抜く
絶縁低下により、火災・感電の原因になります。

電源コードは本体の下を通さない
火災の原因になります。

加熱禁止

レンジで金属容器や金串は使用しない
放電・火花・過熱・やけどの原因になります。アルミホイルを使用する場合は、庫内壁面に近づけないよう注意してください。

鮮度保持材（脱酸素剤）を入れたまま加熱しない
火災の原因になります。

庫内が空のまま加熱しない
過熱して火災の原因になります。

衣類の乾燥や、ふきん・テーブル拭きなどの乾燥・消毒・殺菌など、調理以外の用途に使用しない
火災や異常動作の原因になります。

業務など家庭用以外で使用しない
本製品は家庭用として設計されています。業務など家庭用以外の用途に使用すると、火災などの原因になります。

加熱中・加熱後は



高温になっている部分にさわらない
加熱中・加熱後しばらくは、容器・ドア・庫内などが熱くなっていることがあるので、やけどのおそれがあります。
食器を取り出すときは、ミトンやふきんなどを使用してください。



ラップを外すときは注意する
蒸気でやけどするおそれがあります。

食材が発煙・発火した場合は

ドアを開けない
食材が発火した場合は、すぐに調理を中止し、電源プラグを抜いて、炎が消えるまでドアを開けないでください。
空気が流れ込み、炎が大きくなります。また、ドアに水をかけないでください。ガラス窓が割れることがあります。

その他

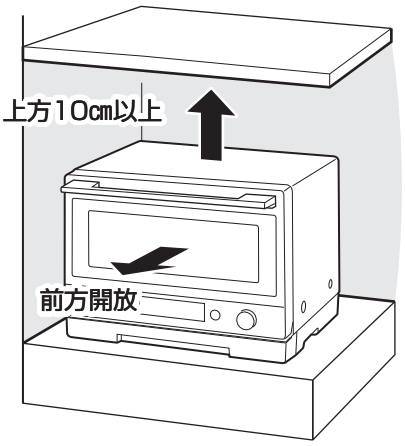
庫内は常にきれいにする
発火するおそれがあります。また、庫内が損傷すると、電波漏れなど危険な状態になるおそれがあります。

設置場所について

ご使用になる場所の安全を確認し、本体上面、壁との間は下表以上の距離を確保する

過熱により壁などが焦げたり、変形・発火・故障の原因になります。

- 水平で丈夫な床の上に置いてください。
- 燃えやすいものの近くに置かないでください。
- カーテンの開閉や揺らぎにご注意ください。
- 本体の上に腰掛けたり、ものをのせないでください。
- 上方からの落下物のおそれのないところでご使用ください。



場　所	上方	左方	右方	前方	後方	下方
離隔距離(cm)	10	0	0	開放	0	0

【消防法 基準適合 組込形】

アース線の接続について

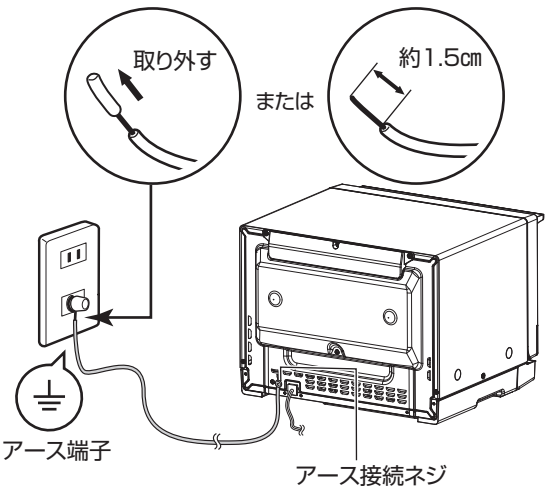
アースを必ず接続

アースは必ず取り付けて使用する

- **コンセントにアース端子がある場合**

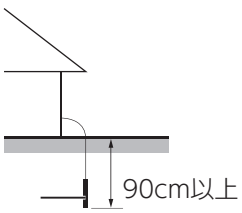
①アース線先端の被覆を外します。または線の先端の被覆を約1.5㎝むきます。

②アース付きコンセントのアース端子にしっかり接続します。



- **コンセントにアース端子がない場合**

アース棒の設置が必要です。
販売店または電気工事店にご相談ください。



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

2. 使用上のご注意

- **ラジオやテレビに近づけないでください。**
  ラジオやテレビにノイズが入る場合があります。
- 無線LAN機器から離してください。
  無線LAN通信機能が低下する場合があります。
- **本製品は家庭用として設計されています。**
  業務用など家庭用以外の用途に使用すると、短時間での破損・故障の原因になります。

廃棄について

- 製品や梱包材の廃棄については、お住まいの自治体の取り決めにしたがって処理してください。

お願い

- **加熱終了後、ファンが回っているときは、電源プラグを抜かないでください。**
  加熱終了後、本体が高温になっているときは、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。
- **自動メニューで調理後、加熱が足りないときは、手動メニューで様子を見ながら追加加熱してください。➡「手動メニュー（24〜32ページ）」**

3. 加熱のしくみ

● 本製品は、「レンジ加熱」・「ヒーター加熱（グリル・オーブン）」の加熱機能であたため調理を行います。

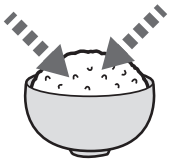
レンジ加熱のしくみ

電波（高周波）で食品を内と外から同時に加熱します。

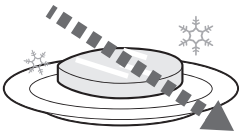
● 電波（高周波）が食品に当たると食品の水分に吸収され、水の分子に摩擦運動が起きます。この摩擦運動による熱で、食品は内と外から加熱されます。

電波の特性

水分のある食品は、吸収されます。



水分が凍っていると、電波が吸収されにくくなります。



耐熱性のあるガラス容器、陶器などは、透過します。



金属製の器などは、反射します。



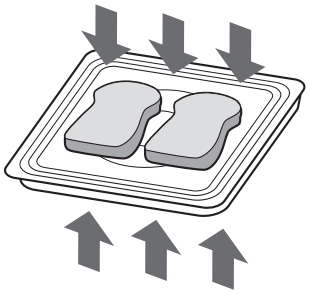
※火花が出ることがあります。

ヒーター加熱のしくみ

庫内の上・下ヒーターを使用して加熱します。

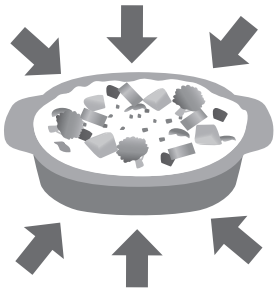
グリル加熱

上ヒーターを使用し、高温で焼き上げます。
表面に焼き色をつけたり、火の通りやすい食品を調理するときに使用します。



オーブン加熱

庫内全体を上下のヒーターで一定に保ち、じっくり焼き上げます。中まで熱を通すときに使用します。

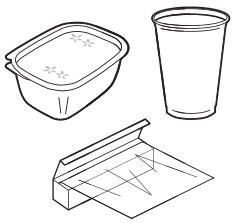
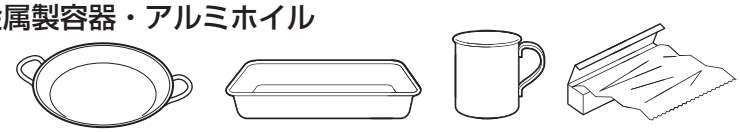


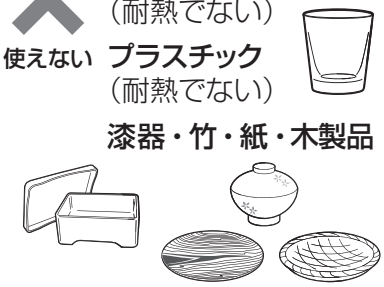
レンジ加熱＋ヒーター加熱のしくみ

電波（高周波）とヒーターを使用して加熱します。

4. 使える容器・使えない容器

● 本製品で使用できる容器と使用できない容器があります。ご使用前に下の表をご確認の上、正しくお使いください。「加熱方法」について詳しくは、「加熱のしくみ」➡7ページをご参照ください。

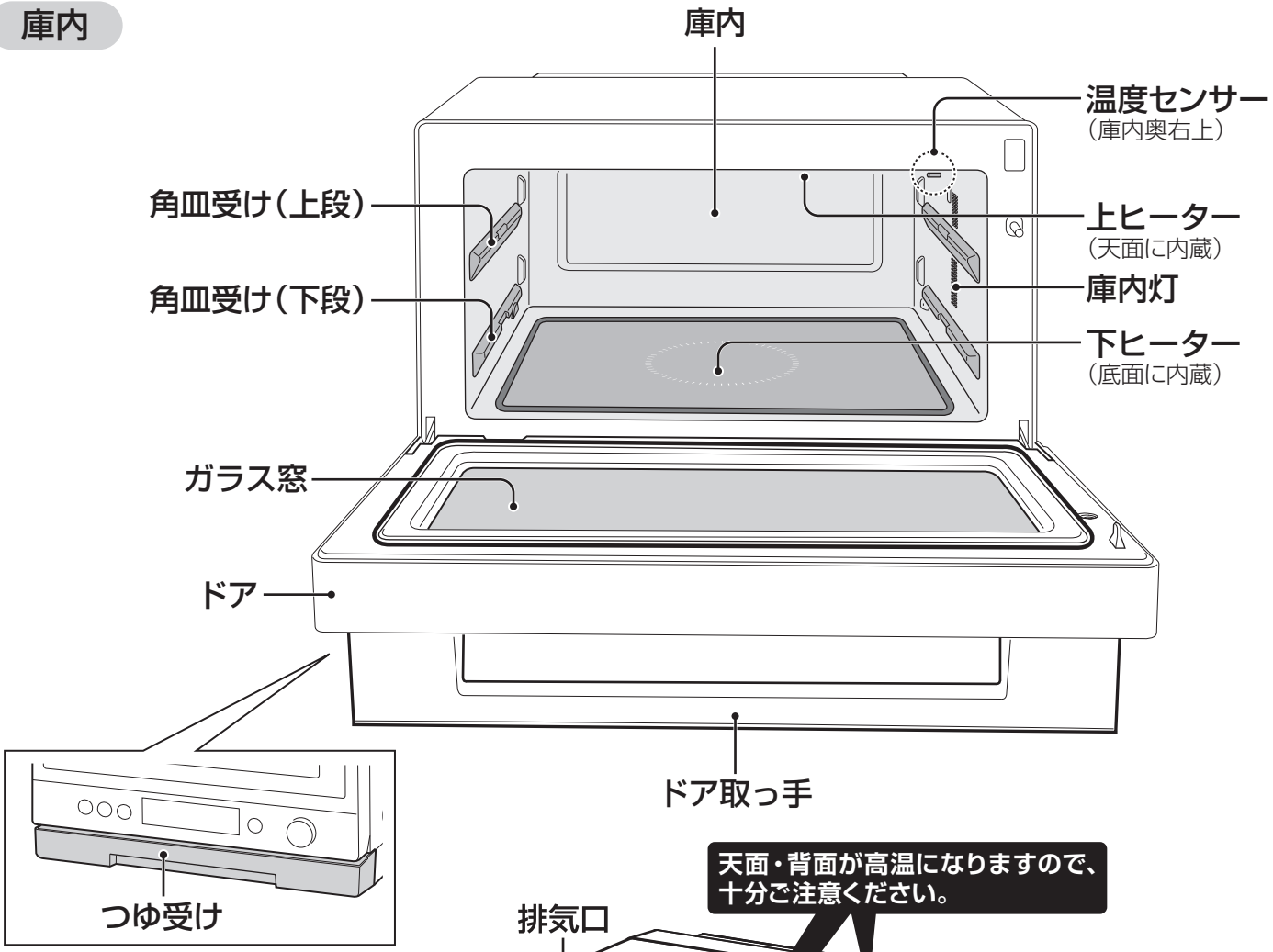
加熱方法	○ 使える容器	
レンジ加熱 と ヒーター加熱	○ 使える **耐熱ガラス** 	●耐熱ガラス容器は、電子レンジに最適です。ただし、急冷・急熱で割れることがあります。
レンジ加熱	○ 使える **耐熱プラスチック** **陶器・磁器** **耐熱性のあるラップ** 	●耐熱プラスチックは耐熱温度が140℃以上または「電子レンジ使用可能」の表示があるもの。油脂の多い食品などは高温になるため使えません。また、ふたは熱に弱いものがありますのでご注意ください。 ●ふだんお使いの陶磁器はあらゆる料理のあたためや調理にお使いいただけます。ただし、金粉、銀粉のほどこされているものは器を傷めたり、火花が飛ぶことがありますので使わないでください。 ●耐熱性のあるラップは、耐熱温度が140℃以上のもの。油脂の多い食品などは高温になるため使えません。
ヒーター加熱 （オーブン またはグリル）	○ 使える **金属製容器・アルミホイル** 	

加熱方法	✕ 使えない容器	
レンジ加熱 と ヒーター加熱	✕ 使えない **一般ガラス・強化ガラス** （耐熱でない） **プラスチック** （耐熱でない） **漆器・竹・紙・木製品** 	●一般ガラスは、耐熱性がないので割れます。強化ガラスも使えません。 ●プラスチックは、溶けたり、燃えたりするので使えません。ポリスチレン・フェノール・メラミン・ユリアなども使えません。 ●漆器・竹・紙・木製品は、耐熱性がないので、塗りがはがれたり、ひび割れを起こすことがあります。特に、針金などを使用しているものは発火（スパーク）することがあります。ただし、オーブンシートは使えます。
レンジ加熱	✕ 使えない **金属製容器・金属の絵付けをされた陶磁器・磁器** **アルミホイル** 	●金属製容器・金属の絵付けをされた陶磁器は、電波を反射し、調理ができません。
ヒーター加熱 （オーブン またはグリル）	✕ 使えない **耐熱プラスチック** **陶器・磁器** **耐熱性のあるラップ** 	●耐熱プラスチックは、原則使えません。ただし、「オーブン・トースト・グリル使用可」の表示のあるものは使えます。 ●陶磁器は、原則使えません。ただし、耐熱性のある陶磁器やグラタン皿などは使えます。 ●ラップは溶けたり、燃えたりするので使えません。

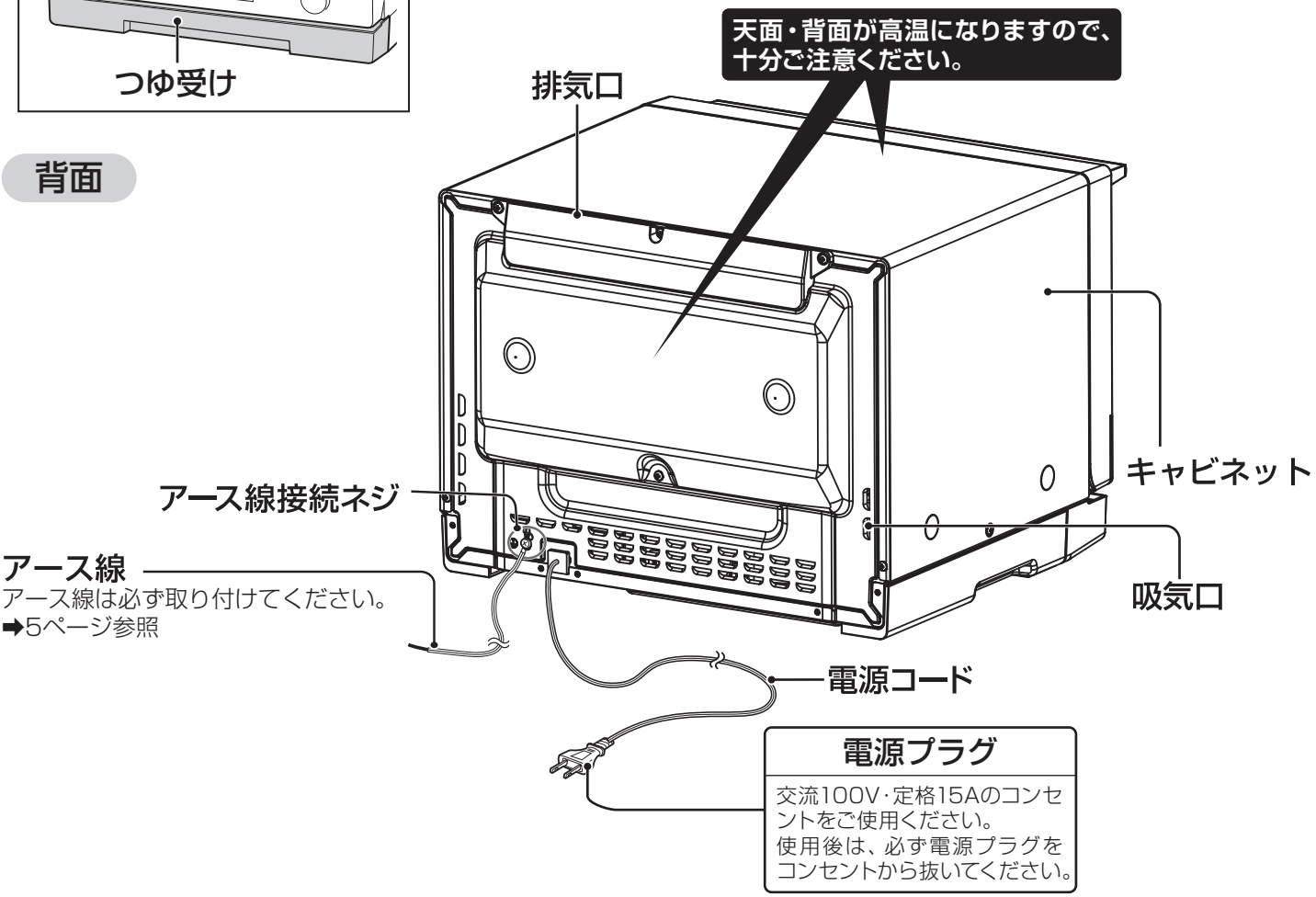
*レトルト容器などの食品によっては電子レンジで調理できる場合があります。食品の容器の表示に従って調理してください。

5. 各部の名称

庫内


庫内
温度センサー
（庫内奥右上）
角皿受け（上段）
上ヒーター
（天面に内蔵）
角皿受け（下段）
庫内灯
下ヒーター
（底面に内蔵）
ガラス窓
ドア
ドア取っ手
つゆ受け

背面


天面・背面が高温になりますので、
十分ご注意ください。
排気口
キャビネット
アース線接続ネジ
アース線
アース線は必ず取り付けてください。
➡5ページ参照
吸気口
電源コード
電源プラグ
交流100V･定格15Aのコンセントをご使用ください。
使用後は、必ず電源プラグをコンセントから抜いてください。

操作部

※説明のためすべての文字を表示しています。



表示部

●出力や調理時間などを表示します。
表示部に"0"が表示されていないときは、待機状態(省エネ)のため操作できません。ドアを開閉して「**電源入り**」の状態にしてください。

あたためスタート・決定ボタン

●加熱を開始(再開)するときや、操作を決定するときに使用します。

温度／仕上がり調節ボタン

●自動メニューで、仕上がりの強弱を5段階で調節します。

メニュー・時間・温度ダイヤル

●自動メニュー「2～32」を選択したり、手動メニューで出力・時間・温度・分量を選択するときに使用します。
●クイック600Wレンジで加熱するときは、"0"を表示中に回します。➡26ページ参照

とりけしボタン

●設定を間違えたときや、加熱を途中でとりけしたいときに使います。
●長押しすると操作音の「**切**／**入**」を変更できます。➡12ページ参照

自動メニューボタン

●自動メニュー「2～32」を選択するときに使います。➡13～23、37～45ページ参照

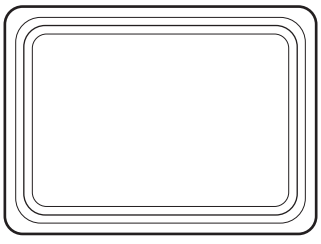
ワンタッチ解凍ボタン

●自動メニューの「5.ひき肉解凍」・「6.魚解凍」・「7.肉塊解凍」・「8.さしみ解凍」を選択するときに使います。➡17ページ参照

モード切替ボタン

●手動メニューで加熱方法や時間・温度を設定して調理するときに使います。➡24～32ページ参照

付属品



角皿（1枚）

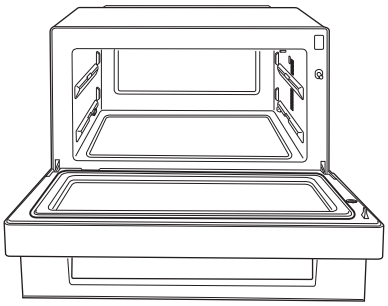
※電波を使用するレンジ加熱調理では、ご使用できません。

お願い ●**ご使用時には、庫内や角皿に付着した汚れや水分をよく拭きとってください。発煙・発火のおそれがあります。**

6. はじめてお使いになる前に

空焼きを行う　※初めて使う前に、油やにおいを取り除くため空焼きを行ってください。

1 庫内に何もセットせずにドアを閉める



2 電源プラグをコンセントに差し込む

3 ドアを開閉し表示部に“0”を表示する



4 モード切替 を3回押し、「オーブン」に設定する

- 押すたびに、「レンジ」➡「グリル」➡「オーブン」➡「オーブン（予熱）」➡「オーブン（発酵）」➡「レンジ」…と表示が切り替わります。



5 メニュー・時間・温度ダイヤルを回し、「200℃」に設定する

- 温度は、100℃～230℃の範囲で10℃刻みで設定できます。



6 あたためスタート・決定ボタンを押す

- 時間設定表示に切り替わります。



7 メニュー・時間・温度ダイヤルを回し、「20分」に設定する



8 あたためスタート・決定ボタンを押す

- 庫内灯が点灯し、残り時間が表示されます。

※ 空焼き中は冷却ファンが自動で「ON/OFF」します。

※ 空焼きを途中で停止するときは、「**とりけし**」ボタンを押してください。



9 「ピー…」とお知らせ音が鳴り、空焼き完了

- 庫内灯が消え、表示部には“0”を表示します。

※ 続けて調理を行う場合は、ドアを開け庫内を十分に冷やしてから行ってください。



お願い
- 換気のために、窓を開けたり換気扇を回したりしてください。
- 油の焦げるにおいや煙が出たりすることがありますが、異常ではありません。
- 空焼きは連続して行わないでください。
- 空焼き後に庫内底面に汚れやしみなどが出る場合があります。庫内が冷めてからお手入れを行ってください。
- 空焼きをせずに調理を行ってしまった場合でも食品には影響はありません。

7. 使いかた 基本の操作

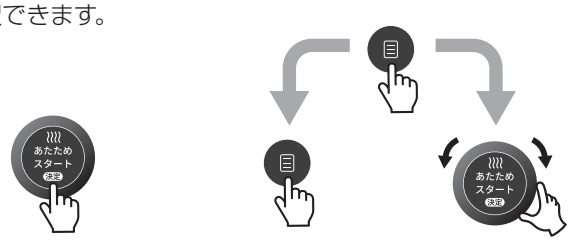
電源の入れかた

- ドアを開けると電源が入り、表示部に“0”を表示します。
- ドアを閉めたあと、無操作状態が約5分間継続すると電源が切れ、表示部が消灯します。



自動メニュー（1〜32）の選択のしかた

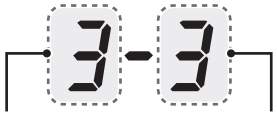
- 表示部に“0”を表示中、あたためスタート・決定ボタンを押すと自動メニュー「1（クイックあたため）」で加熱を開始します。
- 自動メニュー「2」〜「32」は、自動メニューボタンを1回押したあと、自動メニューボタンを押すか、メニュー・時間・温度ダイヤルを回して選択してください。
- 自動メニュー「5」〜「8」は、ワンタッチ解凍ボタンを押しても選択できます。



自動メニュー「1」　　**自動メニュー「2」〜「32」**

自動メニューの表示について

自動メニュー「3.牛乳」で牛乳3杯をあたためる場合



自動メニュー番号を表示します。　　**分量や数量（人数）を表示します。**

クイック600Wレンジで加熱するとき

- クイック600Wレンジで加熱するときは、表示部に“0”を表示中にメニュー・時間・温度ダイヤルで時間を設定し、あたためスタート・決定ボタンを押してください。（26ページ参照）



時間設定

操作を取り消すとき／加熱を停止するとき

- 操作を取り消すときや加熱を停止するときは、「**とりけし**」ボタンを押してください。



加熱を一時停止するとき

- 加熱中にドアを開けると、加熱を一時停止します。
- 加熱を再開するときは、ドアを閉め、「**あたためスタート・決定**」ボタンを押してください。

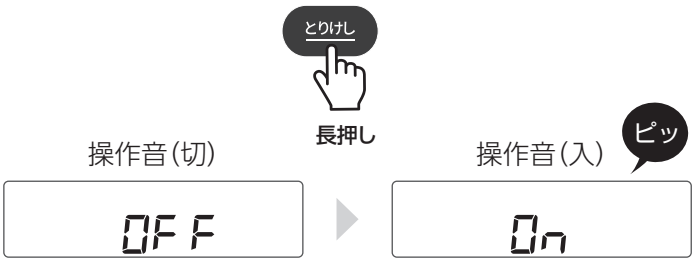


取り忘れ防止機能

- 本製品は取り忘れ防止のために、調理終了後ドアを開けないと、“ピー…”とお知らせ音が鳴ります。
- お知らせ音は1分ごとに5回くり返し、5分後に電源が切れます。
- 取り忘れ防止機能は、ドアを開けると解除されます。

操作音・お知らせ音を消すとき

- 表示部に“0”が表示されているときに、「**とりけし**」ボタンを3秒以上長押ししてください。長押しするたびに操作音（入／切）が切り替わります。
- 停電等から復旧したあとも設定を記憶しています。



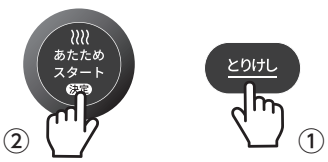
※3秒経過すると、表示部は「0」表示に切り替わります。

チャイルドロック機能

- お子様のいたずらや誤操作防止のため、チャイルドロックをかけることができます。
- チャイルドロックをかけると、チャイルドロック解除以外の操作ができなくなります。
- チャイルドロック機能は、停電等から復旧したあとも設定を記憶しています。

チャイルドロックのかけかた

①「とりけし」ボタンを押しながら、
②「あたためスタート・決定」ボタンを押す。



チャイルドロック状態

チャイルドロック解除のしかた

上記の「チャイルドロックをのかけかた」と同じ操作で解除してください。



チャイルドロック解除状態

自動メニュー　自動メニュー一覧

●基本の操作については、12、23ページをご参照ください。
●自動メニューの調理ついては、14～23、37～45ページをご参照ください。

表示	加熱メニュー	一度に調理できる分量(目安)	加熱方法	角皿	参照ページ
—	あたため(クイックあたため)	150g～450g	レンジ	×	P.14
2	冷凍ご飯	150g～450g	レンジ	×	P.15
3	牛乳	1 杯(200g)～3 杯	レンジ	×	P.16
4	酒	1 合～3 合	レンジ	×	P.16
5	ひき肉解凍	100g～500g	レンジ	×	P.17
6	魚解凍	100g～300g	レンジ	×	P.17
7	肉塊解凍	100g～300g	レンジ	×	P.17
8	さしみ解凍	100g～500g	レンジ	×	P.17
9	お弁当あたため	一人分(お弁当 1 個)	レンジ	×	P.15
10	果菜･葉果菜	100g～300g	レンジ	×	P.19
11	根菜	100g～500g	レンジ	×	P.19
12	パンあたため	100g～400g	レンジ	×	P.20
13	冷凍パンあたため	100g～400g	レンジ	×	P.20
14	トースト	1枚～4枚	グリル	○上段	P.21
15	焼きそば	2 人分	オーブン(予熱あり)	○下段	P.22
16	赤飯･おこわ	4 人分	レンジ	×	P.37
17	焼き野菜	1 人～4 人分	グリル	○上段	P.37
18	焼きいも	4 人分	オーブン	○下段	P.38
19	グラタン	4 人分	グリル	○上段	P.38
20	塩ざけ･塩さば	4 人分	オーブン(予熱あり)	○下段	P.39
21	鶏の照り焼き	4 人分	オーブン	○下段	P.39
22	ハンバーグ	4 人分	オーブン	○下段	P.40
23	から揚げ	4 人分	グリル	○上段	P.40
24	茶わん蒸し	4 人分	オーブン	○下段	P.41
25	パスタ	2 人分	レンジ	×	P.41
26	クッキー	35 枚分	オーブン(予熱あり)	○上段	P.42
27	スポンジケーキ	1 本分	オーブン(予熱あり)	○下段	P.42
28	ロールパン	9 個分	オーブン(予熱あり)	○下段	P.43
29	ピザ	直径約23cm × 1枚	オーブン(予熱あり)	○下段	P.43
30	冷凍ピザ	1枚(約340g)	オーブン(予熱あり)	○下段	P.44
31	プリン	4 人分	オーブン(予熱なし)	○下段	P.44
32	ロールケーキ	1 本分	オーブン(予熱あり)	○上段	P.45

自動メニュー　1 あたため（クイックあたため）

レンジで加熱します

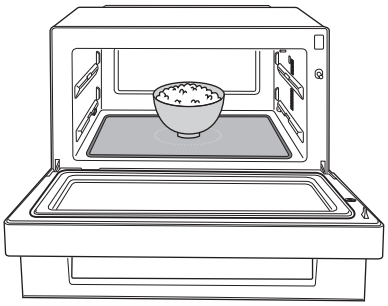
・付属の角皿・金属の容器・アルミホイルは使用できません。
☞「**使える容器・使えない容器** (8ページ) 参照」

⚠ 警告

- 飲み物を加熱しすぎないでください。また飲み物は、加熱前と加熱後にスプーンなどでかき混ぜてください。突沸の原因になります。
- お弁当をあたためるときは、調味料の容器・丸ごとの卵・アルミカップなどを取り出してから加熱してください。

1 食品を庫内に入れ、ドアを閉める

- ドアを開けると電源が入り、表示部に「0」を表示します。
- 食品は耐熱性の容器に入れ、庫内中央に均等に置いてください。



ワンポイント

・ご飯はラップをせずに加熱します。固めのご飯を加熱するときは、水をふりかけてから加熱します。

2 あたためスタート・決定ボタンを押す

- 庫内灯が点灯し、「600W」で加熱を開始します。





加熱を停止するときは

・加熱を途中で停止するときは、「**とりけし**」ボタンを押してください。

加熱を一時停止するときは

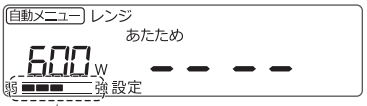
・加熱中にドアを開けると、加熱を一時停止します。
・加熱を再開するときは、ドアを閉め、「**あたためスタート・決定**」ボタンを押してください。加熱を再開します。

3 仕上がりを押して、お好みの仕上がりに調節する

- 仕上がりの強弱は、5段階で調節できます。

※仕上がり調節は、加熱開始後15秒以内に調節してください。





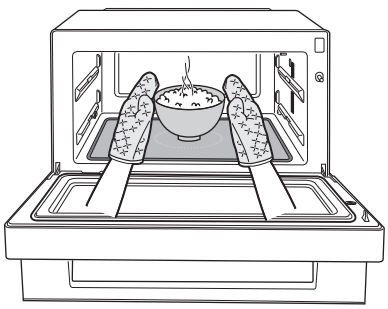


4 加熱終了

- 加熱が終了するとお知らせ音が鳴り、表示部には“0”を表示し“終了”が点滅します。

※加熱が足りないときは、手動メニューの「レンジ 600W（➡24 ページ）」で様子を見ながら加熱してください。





⚠ 注意

- 加熱中・加熱後しばらくは、ガラス窓や庫内壁面、容器が熱くなっていますので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。

自動メニュー　2 冷凍ご飯／ 9 お弁当あたため

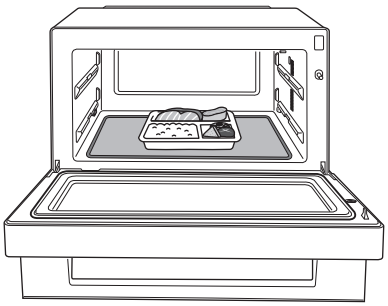
レンジで加熱します

・付属の角皿・金属の容器・アルミホイルは使用できません。
☞「**使える容器・使えない容器** (8ページ) 参照」

⚠ 警告	• お弁当をあたためるときは、調味料の容器・丸ごとの卵・アルミカップなどを取り出してから加熱してください。

1 食品を庫内に入れ、ドアを閉める

- ドアを開けると電源が入り、表示部に「0」を表示します。
- 食品は耐熱性の容器に入れ、庫内中央に均等に置いてください。



2 目 を押し、「2.冷凍ご飯」または「9.お弁当あたため」を選択する

- 自動メニューの選択のしかたは12ページをご参照ください。

2. 冷凍ご飯の場合



3 仕上がり を押して、お好みの仕上がりに調節する

- 仕上がりの強弱は、5段階で調節できます。

※仕上がり調節は、加熱開始後でも15秒以内で調節できます。





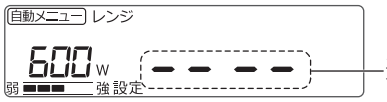
仕上がり調節表示(加熱開始時は「**中**」)

弱 → やや弱 → 中 → やや強 → 強

4 あたためスタート・決定ボタンを押す

- 庫内灯が点灯し、「600W」で加熱を開始します。
- 「-(バー)」を 連続表示したあと、加熱終了までの時間をカウントダウン表示します。





湿度センサーによる検知後



加熱を停止するときは

・加熱を途中で停止するときは、「**とりけし**」ボタンを押してください。

加熱を一時停止するときは

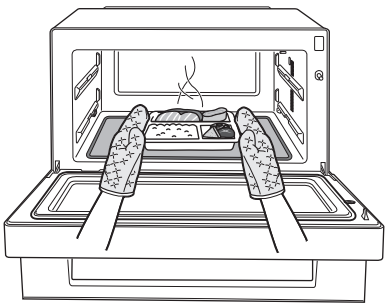
・加熱中にドアを開けると、加熱を一時停止します。
・加熱を再開するときは、ドアを閉め、「**あたためスタート・決定**」ボタンを押してください。加熱を再開します。

5 加熱終了

- 加熱が終了するとお知らせ音が鳴り、表示部には“0”を表示し“終了”が点滅します。

※加熱が足りないときは、手動メニューの「レンジ 600W (➡24 ページ)」で様子を見ながら加熱してください。





⚠ 注意	● 加熱中・加熱後しばらくは、ガラス窓や庫内壁面、容器が熱くなっていますので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。

自動メニュー　3 牛乳／ 4 酒

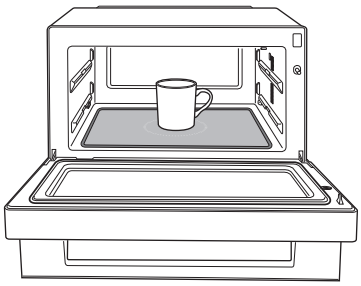
レンジで加熱します

・付属の角皿・金属の容器・アルミホイルは使用できません。
☞「**使える容器・使えない容器** (8ページ) 参照」

⚠ 警告	• 飲み物を加熱しすぎないでください。また飲み物は、加熱前と加熱後にスプーンなどでかき混ぜてください。突沸の原因になります。

1 食品を庫内に入れ、ドアを閉める

- ドアを開けると電源が入り、表示部に「0」を表示します。
- 食品は耐熱性の容器に入れ、庫内中央に均等に置いてください。



お願い
- 2杯(2本)以上を同時に加熱するときは分量をそろえてください。
- 低めの広口容器を使用し、容器の8分目まで入れてください。

2 目 を押し、「3.牛乳」または「4.酒」を選択する

- 自動メニューの選択のしかたは12ページをご参照ください。

3. 牛乳(1 杯)の場合



3. 牛乳

表 示	分 量 (目安)
3-1	1杯
3-2	2杯
3-3	3杯

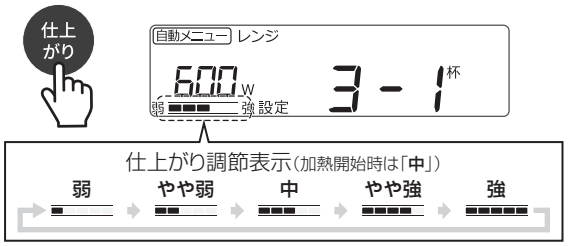
4. 酒

表 示	分 量 (目安)
4-1	1合
4-2	2合
4-3	3合

3 仕上がり を押して、お好みの仕上がりに調節する

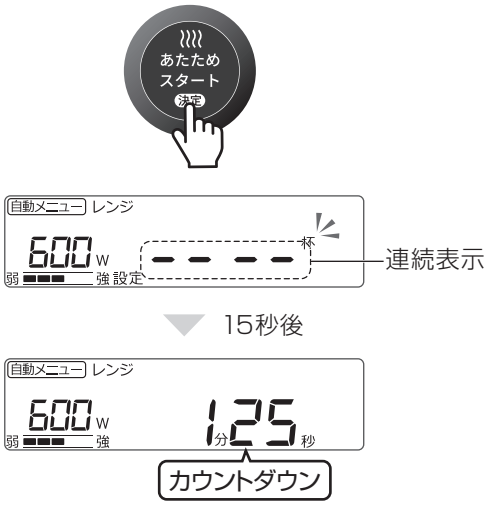
- 仕上がりの強弱は、5段階で調節できます。

※ 仕上がり調節は、加熱開始後でも15秒以内で調節できます。



4 あたためスタート・決定ボタンを押す

- 庫内灯が点灯し、「600W」で加熱を開始します。
- 「-(バー)」を 15 秒間連続表示したあと、加熱終了までの時間をカウントダウン表示します。



加熱を停止するときは

・加熱を途中で停止するときは、「**とりけし**」ボタンを押してください。

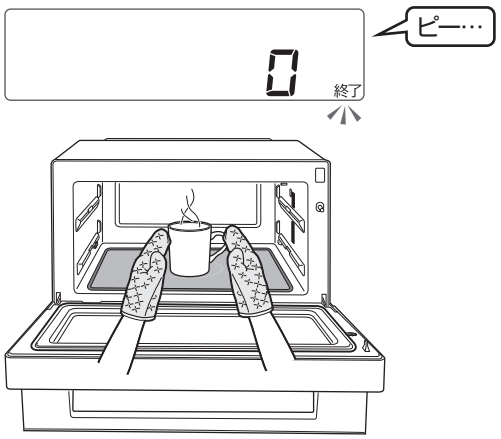
加熱を一時停止するときは

・加熱中にドアを開けると、加熱を一時停止します。
・加熱を再開するときは、ドアを閉め、「**あたためスタート・決定**」ボタンを押してください。加熱を再開します。

5 加熱終了

- 加熱が終了するとお知らせ音が鳴り、表示部には "0" を表示し "終了" が点滅します。

※ 加熱が足りないときは、手動メニューの「レンジ 600W (➡24 ページ)」で様子を見ながら加熱してください。



⚠ 注意	• 加熱中・加熱後しばらくは、ガラス窓や庫内壁面、容器が熱くなっていますので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。

自動メニュー 5 ひき肉解凍／ 6 魚解凍／ 7 肉塊解凍／ 8 さしみ解凍

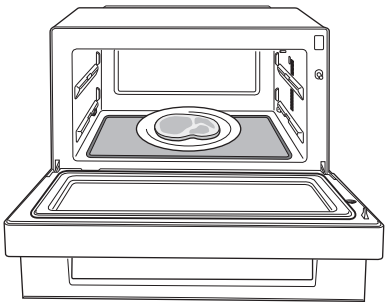
レンジで加熱します

・付属の角皿・金属の容器・アルミホイルは使用できません。
☞「**使える容器・使えない容器** (8ページ) 参照」

⚠ 注意	• 発泡スチロールのトレーは熱で溶けることがありますので、加熱のし過ぎにご注意ください。

1 食品を庫内に入れ、ドアを閉める

- ドアを開けると電源が入り、表示部に「0」を表示します。
- 食品は耐熱性の容器に入れ、庫内中央に均等に置いてください。



お願い

- 食材のラップは外し、発泡スチロールのトレーにのせたまま庫内に入れ、ドアを閉めてください。発泡スチロールのトレーがないときは、耐熱性の容器に入れてください。
- 食材の大きさ、厚さをそろえて冷凍しておくとムラなく解凍できます。
- 解凍しかかっている食材は仕上がりにむらが出て、一部が煮えてしまうことがあります。解凍する直前まで冷凍庫から出さないでください。
- 少量の食材（100g未満）は、煮えや変色のおそれがありますので解凍はできません。

2 を押し、自動メニューを選択する

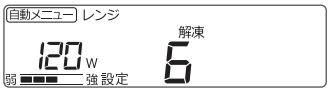
- 押すたびに「5.ひき肉解凍」➡「6.魚解凍」➡「7.肉塊解凍」➡「8.さしみ解凍」➡「5.ひき肉解凍」…と切り替わります。

※自動メニューボタンでも選択できます。

5. ひき肉解凍の場合



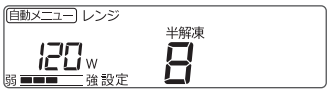
6. 魚解凍の場合



7. 肉塊解凍の場合



8. さしみ解凍の場合



3 あたためスタート・決定ボタンを押す

- 重量設定表示に切り替わります。



重量設定表示



4 メニュー・時間・温度ダイヤルを回し、重量を設定する

- 重量は、下記の範囲で100g単位で設定できます。

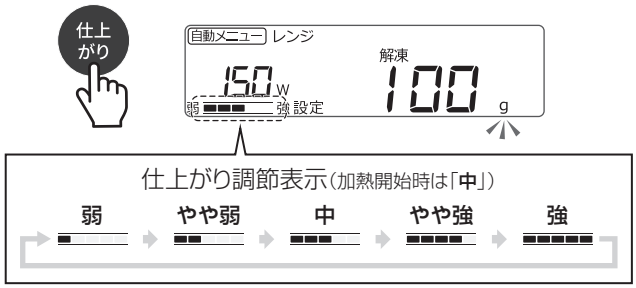


表 示	分 量（目安）
5	100g～500g
6	100g～300g
7	100g～300g
8	100g～500g

5 仕上がり を押して、お好みの仕上がりに調節する

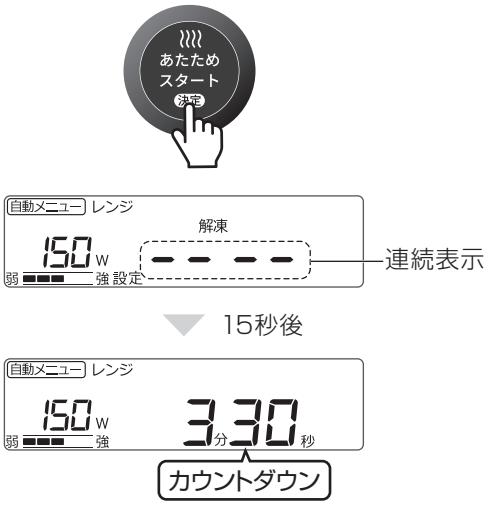
- 仕上がりの強弱は、5段階で調節できます。

※仕上がり調節は、加熱開始後でも15秒以内で調節できます。



6 あたためスタート・決定ボタンを押す

- 加熱を開始します。
- 「-（バー）」を 15 秒間連続表示したあと、加熱終了までの時間をカウントダウン表示します。



加熱を停止するときは

・加熱を途中で停止するときは、「**とりけし**」ボタンを押してください。

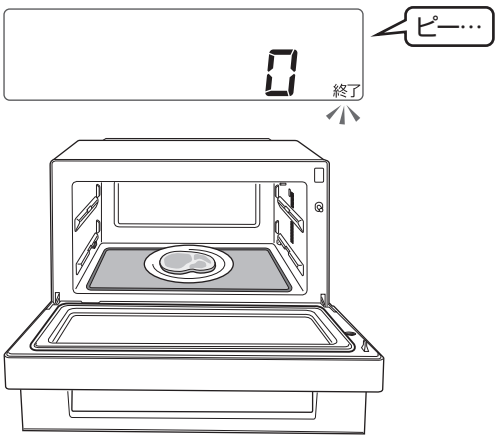
加熱を一時停止するときは

・加熱中にドアを開けると、加熱を一時停止します。
・加熱を再開するときは、ドアを閉め、「**あたためスタート・決定**」ボタンを押してください。加熱を再開します。

7 加熱終了

- 加熱が終了するとお知らせ音が鳴り、表示部には“0”を表示し“終了”が点滅します。

※加熱が足りないときは、手動メニューの「レンジ 200W（➡24 ページ）」で様子を見ながら加熱してください。



自動メニュー 10 果菜・葉果菜／11 根菜

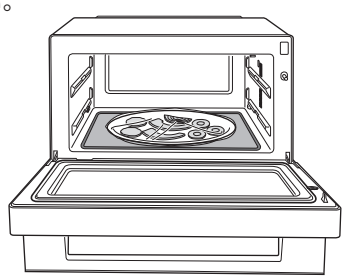
レンジで加熱します

・付属の角皿・金属の容器・アルミホイルは使用できません。
☞「**使える容器・使えない容器** (8ページ) 参照」

⚠ 注意	• 小さく切ったにんじんなどを少量だけ加熱すると、火花がでることがあります。100gより少ないときは、手動メニューで加熱してください。☞「**レンジ加熱の目安**(25～26ページ)」をご参照ください。

1 食品を庫内に入れ、ドアを閉める

- ドアを開けると電源が入り、表示部に「0」を表示します。
- 食品は耐熱性の容器に入れ、庫内中央に均等に置いてください。



お願い
- 食材は3cm以内に厚さをそろえてください。
- 食材は、耐熱皿にできるだけ重ならないように並べ、ラップで覆います。

※油分を含む食材を加熱するときは、ラップの耐熱温度を超えるおそれがありますのでご注意ください。

2 目 を押し、「10.果菜・葉果菜」または「11.根菜」を選択する

- 自動メニューの選択のしかたは12ページをご参照ください。

10. 果菜・葉果菜の場合

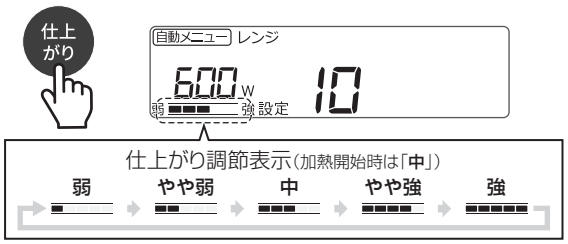


表 示	分 量（目安）
10	100g～300g
11	100g～500g

3 仕上がり を押して、お好みの仕上がりに調節する

- 仕上がりの強弱は、5段階で調節できます。

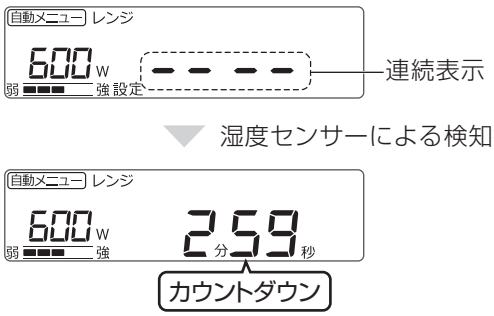
※ 仕上がり調節は、加熱開始後でも15秒以内で調節できます。



4 あたためスタート・決定ボタンを押す

- 庫内灯が点灯し、「600W」で加熱を開始します。
- 「-(バー)」を 連続表示したあと、加熱終了までの時間をカウントダウン表示します。





加熱を停止するときは

・加熱を途中で停止するときは、「**とりけし**」ボタンを押してください。

加熱を一時停止するときは

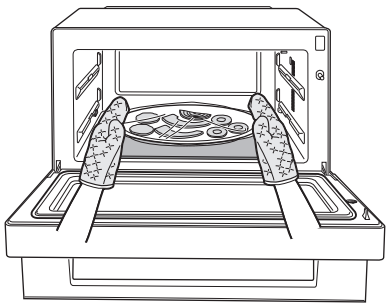
・加熱中にドアを開けると、加熱を一時停止します。
・加熱を再開するときは、ドアを閉め、「**あたためスタート・決定**」ボタンを押してください。加熱を再開します。

5 加熱終了

- 加熱が終了するとお知らせ音が鳴り、表示部には“0”を表示し“終了”が点滅します。

※ 加熱が足りないときは、手動メニューの「レンジ 600W (➡24 ページ)」で様子を見ながら加熱してください。





⚠ 注意	• 加熱中・加熱後しばらくは、ガラス窓や庫内壁面、容器が熱くなっていますので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。

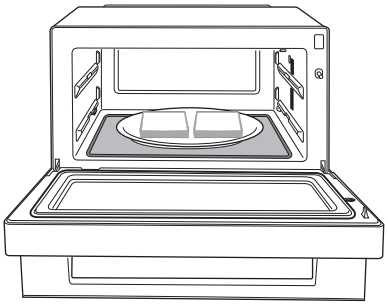
自動メニュー 12 パンあたため／13 冷凍パンあたため

レンジで加熱します

・付属の角皿・金属の容器・アルミホイルは使用できません。
☞「**使える容器・使えない容器** (8ページ) 参照」

1 食品を庫内に入れ、ドアを閉める

- ドアを開けると電源が入り、表示部に「0」を表示します。
- 食品は耐熱性の容器に入れ、庫内中央に均等に置いてください。



お願い
- 食材のラップは外してください。
- 解凍しかかっている食材は仕上がりにむらが出る原因になりますので、解凍する直前まで冷凍庫から出さないでください。

2 目 を押し、「12.パンあたため」または「13.冷凍パンあたため」を選択する

- 自動メニューの選択のしかたは12ページをご参照ください。

12. パンあたための場合



12. パンあたため

表 示	分 量（目安）
12-1	100g／1枚(個)
12-2	200g／1枚(個)
12-3	300g／1枚(個)
12-4	400g／1枚(個)

13. 冷凍パンあたため

表 示	分 量（目安）
13-1	100g／1枚(個)
13-2	200g／1枚(個)
13-3	300g／1枚(個)
13-4	400g／1枚(個)

3 仕上がり を押して、お好みの仕上がりに調節する

- 仕上がりの強弱は、5段階で調節できます。

※仕上がり調節は、加熱開始後でも15秒以内で調節できます。

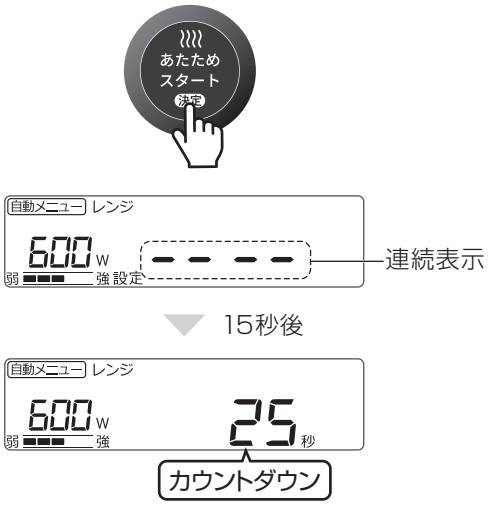


仕上がり調節表示(加熱開始時は「**中**」)

弱 ⇒ やや弱 ⇒ 中 ⇒ やや強 ⇒ 強

4 あたためスタート・決定ボタンを押す

- 庫内灯が点灯し、「600W」で加熱を開始します。
- 「-（バー）」を 15 秒間連続表示したあと、加熱終了までの時間をカウントダウン表示します。



加熱を停止するときは

・加熱を途中で停止するときは、「**とりけし**」ボタンを押してください。

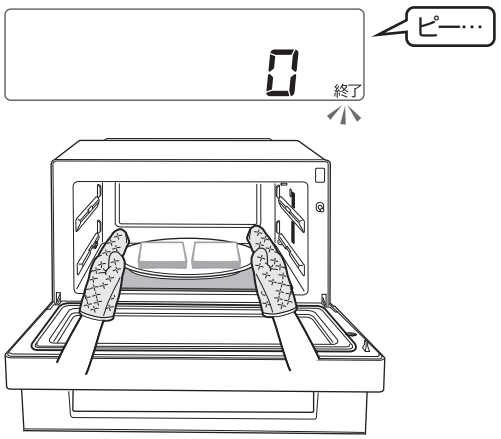
加熱を一時停止するときは

・加熱中にドアを開けると、加熱を一時停止します。
・加熱を再開するときは、ドアを閉め、「**あたためスタート・決定**」ボタンを押してください。加熱を再開します。

5 加熱終了

- 加熱が終了するとお知らせ音が鳴り、表示部には“0”を表示し“終了”が点滅します。

※加熱が足りないときは、手動メニューの「レンジ 600W (➡24 ページ)」で様子を見ながら加熱してください。



⚠ 注意
- 加熱中・加熱後しばらくは、ガラス窓や庫内壁面、容器が熱くなっていますので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。

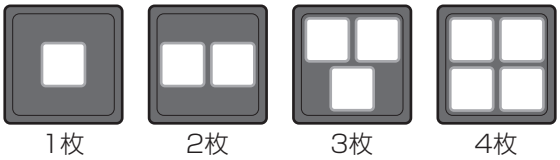
自動メニュー 14 トースト

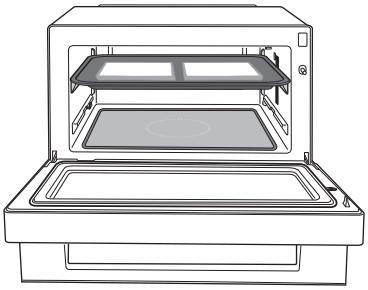
グリル（ヒーター）で加熱します

・付属の角皿を使用し、加熱途中でお知らせ音が鳴ったらパンを裏返します。

1 食パンを角皿にのせ、庫内上段に入れる

- ドアを開けると電源が入り、表示部に「0」を表示します。
- トーストは、付属の角皿の中央に均等に置いてください。





お願い ●トーストにバターやジャムなどを塗って焼かないでください。発火するおそれがあります。

2 を押し、「14.トースト」を選択する

- 自動メニューの選択のしかたは12ページをご参照ください。

14. トースト（2 枚）の場合

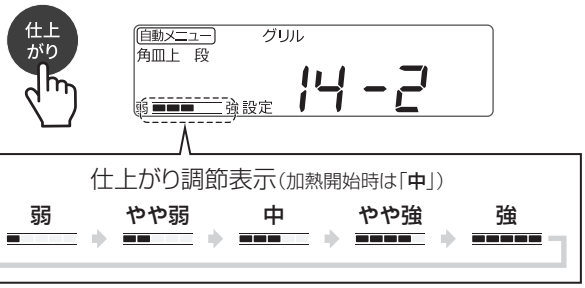


表 示	分 量（目安）
14-1	1枚
14-2	2枚
14-3	3枚
14-4	4枚

3 仕上がり を押して、お好みの仕上がりに調節する

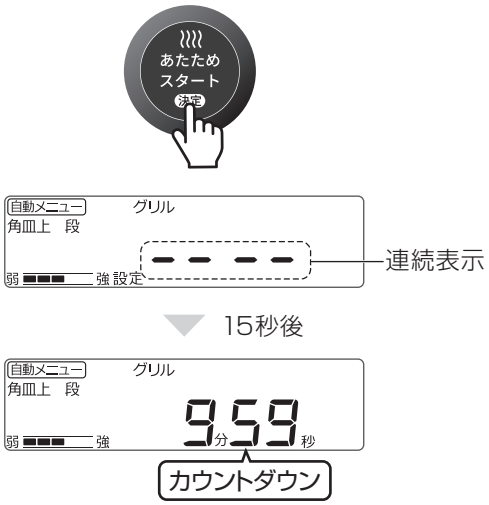
- 仕上がりの強弱は、5段階で調節できます。

※仕上がり調節は、加熱開始後でも15秒以内で調節できます。



4 あたためスタート・決定ボタンを押す

- 庫内灯が点灯し、加熱を開始します。
- 「-（バー）」を 15 秒間連続表示したあと、加熱終了までの時間をカウントダウン表示します。



加熱を停止するときは

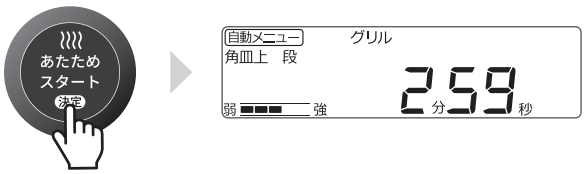
・加熱を途中で停止するときは、「**とりけし**」ボタンを押してください。

加熱を一時停止するときは

・加熱中にドアを開けると、加熱を一時停止します。
・加熱を再開するときは、ドアを閉め、「**あたためスタート・決定**」ボタンを押してください。加熱を再開します。

5 お知らせ音が鳴ったら裏返してあたためスタート・決定ボタンを押す

- お知らせ音の後、5分以内に裏返してあたためスタート・決定ボタンを押してください。



6 加熱終了

- 加熱が終了するとお知らせ音が鳴り、表示部には“0”を表示し“終了”が点滅します。

※加熱が足りないときは、手動メニューの「グリル（➡27ページ）」で様子を見ながら加熱してください。



⚠ 注意

- 加熱中・加熱後しばらくは、ガラス窓や庫内壁面、容器が熱くなっていますので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。

自動メニュー 15 焼きそば

オーブン（ヒーター）で加熱します

・付属の角皿を使用します。

1 目 を押し、「15.焼きそば」を選択する

● 自動メニューの選択のしかたは12ページをご参照ください。

15. 焼きそばの場合

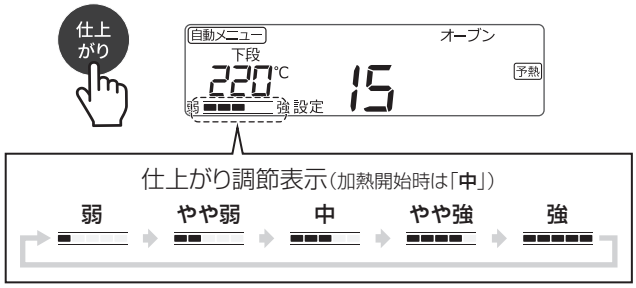


表 示	分 量（目安）
15	2人分

2 仕上がり を押して、お好みの仕上がりに調節する

● 仕上がりの強弱は、5段階で調節できます。

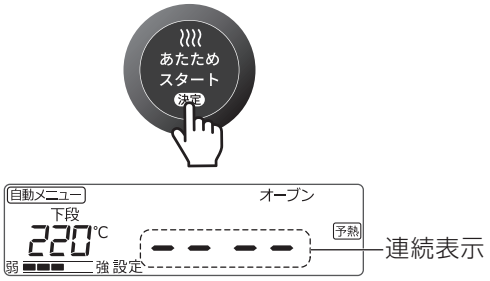
※ 仕上がり調節は、予熱開始後でも15秒以内で調節できます。



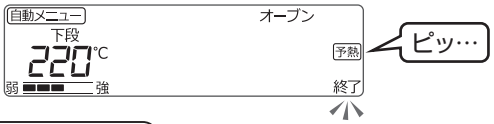
3 あたためスタート・決定ボタンを押す

● 庫内灯が点灯し、予熱を開始します。

● 予熱中は「-（バー）」が連続表示されます。



● 予熱が終了すると「ピッピッピッピッピッ」とお知らせ音が鳴り、“終了”が点滅します。



加熱を停止するときは

・加熱を途中で停止するときは、「**とりけし**」ボタンを押してください。

加熱を一時停止するときは

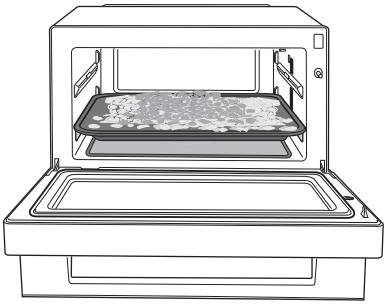
・加熱中にドアを開けると、加熱を一時停止します。

・加熱を再開するときは、ドアを閉め、「**あたためスタート・決定**」ボタンを押してください。加熱を再開します。

4 予熱が完了したら、焼きそばの材料を角皿にのせ、庫内下段に入れてドアを閉める

● 予熱終了後、10分以内に入れてください。

● 焼きそばの材料は、付属の角皿に広げて入れてください。



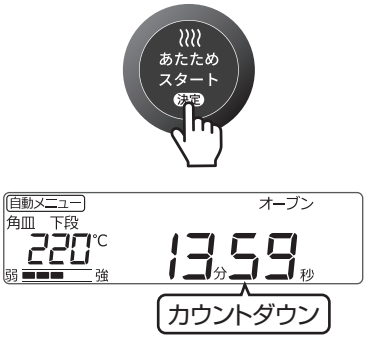
ワンポイント

・焼きそばの材料は、はじめに角皿に麺をほぐしながら入れ、野菜を置き、ソースをかけます。最後に肉を広げて並べます。

5 あたためスタート・決定ボタンを押す

● 庫内灯が点灯し、加熱を開始します。

● 加熱中は加熱終了までの時間をカウントダウン表示します。



6 加熱終了

● 加熱が終了するとお知らせ音が鳴り、表示部には“0”を表示し“終了”が点滅します。

※ 加熱が足りないときは、手動メニューの「オーブン（予熱なし）（➡28 ページ）」で様子を見ながら加熱してください。



⚠ 注意

● 加熱中・加熱後しばらくは、ガラス窓や庫内壁面、容器が熱くなっていますので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。

自動メニュー 16 赤飯・おこわ ～ 32 ロールケーキ

● 自動メニュー「**16. 赤飯・おこわ**（37 ページ）」～「**32. ロールケーキ**（45 ページ）」で調理するときは、下記の基本操作に従って調理してください。

1 食品を庫内に入れ、ドアを閉める

● ドアを開けると電源が入り、表示部に「0」を表示します。

※本製品で使用できる容器と使用できない容器があります。「**使える容器・使えない容器**（8ページ）」を参考に、調理に合わせて適切な容器を使用してください。

※**オーブン（予熱）で調理を行うときは、食品を入れないでください。**



電源「入」の状態

2 目 を押し、自動メニューを選択する

● 自動メニューの選択のしかたは12ページをご参照ください。

● 自動メニュー一覧は13ページをご参照ください。

● 操作を取り消すときは、「**とりけし**」ボタンを押してください。

21. 鶏の照り焼きの場合



3 仕上がり を押して、お好みの仕上がりに調節する

● 仕上がりの強弱は、5段階で調節できます。

※仕上がり調節は、加熱開始後でも15秒以内で調節できます。





仕上がり調節表示（加熱開始時は「**中**」）

弱 ▬ ▬ ▬

手動メニュー　レンジを使う

レンジで加熱します

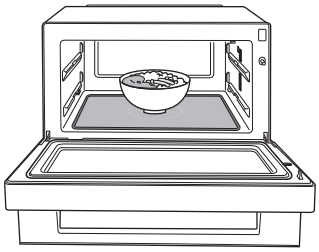
・付属の角皿・金属の容器・アルミホイルは使用できません。
☞「**使える容器・使えない容器** (8ページ) 参照」
・ラップの使いかたについては「**ラップの使いかた** (8、26ページ)」をご参照ください。
・量が多いときは、適量に分けて加熱してください。
・ご飯やカレーなどは、平たく均一に一人前ずつ冷凍しておくと、上手にあたためることができます。

⚠ 警告

- 飲み物を加熱しすぎないでください。また飲み物は、加熱前と加熱後にスプーンなどでかき混ぜてください。突沸の原因になります。

1 食品を庫内に入れ、ドアを閉める

- ドアを開けると電源が入り、表示部に「0」を表示します。
- 食品は耐熱性の容器に入れ、庫内中央に均等に置いてください。



- **クイック600Wレンジで加熱するときは、26ページをご参照ください。**

2 モード切替 を1回押し、「レンジ」に設定する

- 押すたびに、「レンジ」➡「グリル」➡「オーブン」➡「オーブン(予熱)」➡「オーブン(発酵)」➡「レンジ」…と表示が切り替わります。



3 メニュー・時間・温度ダイヤルを回し、レンジの出力を選択する

- 出力は、100W・200W・500W・600W・900Wから選択できます。



- 選択後、「**あたためスタート・決定**」ボタンを押してください。時間設定表示に切り替わります。



4 メニュー・時間・温度ダイヤルを回し、時間を設定する

- 右に回すと時間が増え、左に回すと時間が減ります。

※時間を設定したあとに出力を変更したい場合は、「**とりけし**」ボタンを押して、最初からやり直してください。

3分30秒に設定した場合



設定できる最大時間	設定できる時間単位
900W…　3分	0～　1分 ……5秒単位
600W… 30分	1～　5分 … 10秒単位
500W… 30分	5～10分 … 30秒単位
200W… 90分	10～30分 …… 1分単位
100W … 90分	30～90分 ……5分単位

5 あたためスタート・決定ボタンを押す

- 庫内灯が点灯し、加熱を開始します。
- 表示部に加熱終了までの時間をカウントダウン表示します。



途中で加熱時間を増減したいときは

・「**メニュー・時間・温度**」ダイヤルを回して加熱時間を設定してください。

※1 回の調理で設定できる時間は、増やせる時間を含め、最大設定時間までです。

加熱を停止するときは

・加熱を途中で停止するときは、「**とりけし**」ボタンを押してください。

加熱を一時停止するときは

・加熱中にドアを開けると、加熱を一時停止します。
・加熱を再開するときは、ドアを閉め、「**あたためスタート・決定**」ボタンを押してください。加熱を再開します。

6 加熱終了

- 加熱が終了するとお知らせ音が鳴り、表示部には“0”を表示し“終了”が点滅します。

※調理完了後は、本体が高温のとき、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。



⚠ 注意

- 加熱中・加熱後しばらくは、ガラス窓や庫内壁面、容器が熱くなっていますので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。

レンジ加熱の目安　※出力600Wで加熱する場合の目安です。

●食材の種類や加熱前の温度などで仕上がりが異なりますので、様子を見ながら加熱してください。
●食品の分量を2倍にした場合は、加熱時間を2倍にしてください。
●市販の冷凍食品を加熱するときは、商品に記載の出力･加熱時間をご参考ください。

⚠ 警告

- 食品は加熱し過ぎないでください。発火・発煙の原因になります。
- まんじゅう、あんまんの「あん」は高温になると発煙・発火します。
- 根菜類（ごぼう・にんじんなど）は、水分が少なくなり、発煙・発火の原因になります。
- 飲み物は加熱し過ぎないでください。加熱後取り出したあとに、突然の沸騰（突沸）による飛び散りなどでやけどのおそれがあります。
- 卵やイカなどははじけてやけどの原因になります。加熱時間を短くするか、小さく切ったり穴をあけるなどして調理してください。
- 乾燥した食材や水分の少ない食材は、発煙・発火するおそれがあります。
- 小さく切ったにんじんなどを少量だけ加熱すると火花が出ることがあります。100gより少ないときは、大きめの容器に野菜が浸るくらいの水を入れ、ラップをして加熱してください。

食　材	分　量	ラップ	加熱時間	ワンポイント
ハンバーグ	1個(80g)	―	約1分	
ハンバーグ（冷凍）	1個(80g)	する	約1分30秒	加熱後、2～3分ラップをしたまま蒸らす。
焼きとり	6本(150g)	―	約1分	照りを出すため、先にタレを塗る。
てんぷら・フライ	1人前(150g)	―	約1分	キッチンペーパーなどの上に重ならないように並べる。
フライ（冷凍）	4個(100g)	―	約1分30秒	角皿に並べる。
焼そば・スパゲッティ	1人前(200g)	―	約1分30秒	加熱後かき混ぜる。バサつきがあるときは、サラダ油かバターを少し混ぜる。
ピラフ（冷凍）	1人前(250g)	する	約4分30秒	あらかじめ、ほぐしておく。
ご飯（冷凍）	1杯(150g)	する	約2分30秒	
焼きおにぎり（冷凍）	1個(80g)	する	約1分	
おにぎり	1個(80g)	―	約30秒	
まんじゅう	1個(65g)	―	約20秒	あんが熱くなるため、控えめに加熱する。
肉まん・あんまん	1個(110g)	する	約40秒	底の紙がある場合は取り除き、さっと水にくぐらせたあと、1個ずつゆったりとラップに包む。
しゅうまい（冷凍）	1袋(230g)	する	約3分	上下両面に水をふりかけて加熱する。
みそ汁	1杯(150g)	する	約1分	加熱前と加熱後にかき混ぜる。
煮物	1人前(200g)	する	約1分30秒	
カレー・シチュー	1人前(200g)	する	約1分30秒	加熱後にかき混ぜる。
丼物	1人前(350g)	する	約2分	
牛乳（冷蔵）	1杯(200mL)	―	約1分30秒	加熱前と加熱後にかき混ぜる。
お酒（常温）	1本(180mL)	―	約1分	加熱前と加熱後にかき混ぜる。
茶わんむしのあたため	1個	―	30～60秒	様子を見ながら加熱する。
ロールパンのあたため	2個(80g)	―	約20秒	時間がたつと固くなるため、食べる直前に加熱する。
今川焼き（冷凍）	1個(90g)	する	約1分30秒	
ミックスベジタブル(冷凍)	100g	する	約1分30秒	
里いも（冷凍）	300g	―	約10分	

ゆで野菜　※出力600Wで加熱する場合の目安です。

⚠ 警告	• 繊維質の多い食材は、発煙・発火することがあります。ラップをする、加熱しすぎないなど、注意して調理してください。
⚠ 注意	• 加熱時間は目安であり、分量や調理状態により異なります。必要以上に加熱すると、発煙・発火の原因になりますのでご注意ください。

食　材	分　量	ラップ	加熱時間	ワンポイント
じゃがいも さつまいも	150g	する	約3分50秒	まるごと加熱する場合は、皿の中央を避けて置く。
にんじん	200g	する	約2分	• 用途に合わせて切っておく。 • 容器に入れ、浸るくらいの水を加える。
だいこん	200g	する	約3分30秒	大きさをそろえておく。
キャベツ・白菜	200g	する	約2分30秒	芯の太いものは、あらかじめ取り除く。
ほうれん草	100g	する	約1分50秒	葉と茎を交互に重ねてラップに包む。
カリフラワー ブロッコリー	100g	する	約1分30秒	• 小房に分けておく。 • あらかじめ食塩水に浸けておく。
グリーンアスパラガス	200g	する	約2分30秒	根元の固い皮を取り、軽く塩でもんでおく。

ラップの使いかた

• ラップをするもの

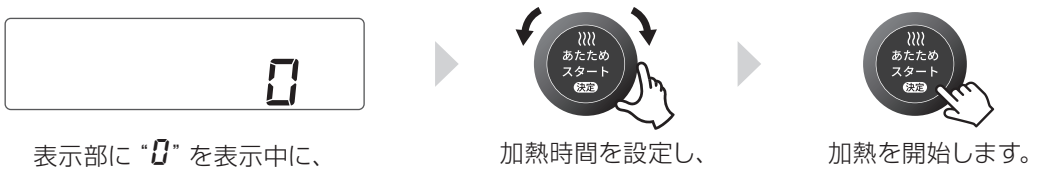
・煮物、蒸し物、汁物、調理済みの冷凍食品全般など、しっとり仕上げたい場合
・具の多いスープなど、はじけるおそれのあるもの

• ラップをしないもの

・ご飯もの、揚げ物、焼き物、炒め物など、水分を飛ばし気味にしたい場合

クイック600Wレンジについて

●お急ぎのときなど、手早く600Wで加熱したいときはクイック600Wレンジで加熱してください。クイック600Wレンジでは出力を600Wに固定し、加熱時間のみ設定して加熱します。
※設定できる最大加熱時間は30分です。



表示部に“0”を表示中に、　加熱時間を設定し、　加熱を開始します。

手動メニュー　グリルを使う

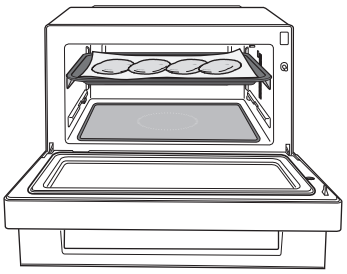
グリル（ヒーター）で加熱します

・付属の角皿を使用します。耐熱性のない容器・ラップなどは使用できません。
☞「**使える容器・使えない容器**（8ページ）参照」

お願い　● グリル加熱では温度の設定ができません。手動で時間を設定して、仕上がりを調節してください。

1 食品を角皿にのせ、庫内上段に入れる

● ドアを開けると電源が入り、表示部に「0」を表示します。
● 食品は耐熱性の容器に入れ、庫内中央に均等に置いてください。



2 モード切替 を2回押し、「グリル」に設定する

● 押すたびに、「レンジ」➡「グリル」➡「オーブン」➡「オーブン（予熱）」➡「オーブン（発酵）」➡「レンジ」…と表示が切り替わります。



3 メニュー・時間・温度ダイヤルを回し、時間を設定する

● 右に回すと時間が増え、左に回すと時間が減ります。
※ 操作を取り消すときは「**とりけし**」ボタンを押して、最初からやり直してください。



30分に設定した場合



設定できる最大時間	設定できる時間単位
30分	0～ 1分 ……5秒単位 1～ 5分 … 10秒単位 5～10分 … 30秒単位 10～30分 …… 1分単位

4 あたためスタート・決定ボタンを押す

● 庫内灯が点灯し、加熱を開始します。
● 表示部に加熱終了までの時間をカウントダウン表示します。



途中で加熱時間を増減したいときは

・「**メニュー・時間・温度**」ダイヤルを回して加熱時間を設定してください。
※1 回の調理で設定できる時間は、増やせる時間を含め、最大設定時間までです。

両面に焼き色をつけたいときは

・加熱中にドアを開け、食品を裏返してください。
※角皿や庫内が熱くなっていますので、ミトンなどを使用し、注意して取り出してください。

加熱を停止するときは

・加熱を途中で停止するときは、「**とりけし**」ボタンを押してください。

加熱を一時停止するときは

・加熱中にドアを開けると、加熱を一時停止します。
・加熱を再開するときは、ドアを閉め、「**あたためスタート・決定**」ボタンを押してください。加熱を再開します。

5 加熱終了

● 加熱が終了するとお知らせ音が鳴り、表示部には“0”を表示し“終了”が点滅します。
※ 調理完了後は、本体が高温のとき、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。ファン



⚠ 注意　● 加熱中・加熱後しばらくは、ガラス窓や庫内壁面、容器が熱くなっていますので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。

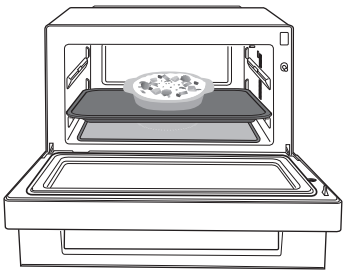
手動メニュー　オーブン（予熱なし）を使う

オーブン（ヒーター）で加熱します

・付属の角皿を使用します。耐熱性のない容器・ラップなどは使用できません。
☞「**使える容器・使えない容器** (8ページ) 参照」
・予熱をせずに加熱調理を開始します。調理後の庫内温度が上がっているときや、食品を低温から調理するときに使用します。

1 食品を角皿にのせ、庫内上段または下段に入れる

- ドアを開けると電源が入り、表示部に「0」を表示します。
- 食品は耐熱性の容器に入れ、庫内中央に均等に置いてください。



2 モード切替 を3回押し、「オーブン」に設定する

- 押すたびに、「レンジ」➡「グリル」➡「オーブン」➡「オーブン（予熱）」➡「オーブン（発酵）」➡「レンジ」…と表示が切り替わります。



3 メニュー・時間・温度ダイヤルを回し、温度を設定する

- 右に回すと温度が高くなり、左に回すと温度が低くなります。

※操作を取り消すときは「**とりけし**」ボタンを押して、最初からやり直してください。

230℃に設定した場合



設定できる温度	設定できる温度単位
100℃～230℃ ※庫内温度が高いときは、100℃～210℃	10℃単位

- 設定後、「**あたためスタート・決定**」ボタンを押してください。時間設定表示に切り替わります。



4 メニュー・時間・温度ダイヤルを回し、時間を設定する

- 右に回すと時間が増え、左に回すと時間が減ります。

30分に設定した場合



設定できる最大時間	設定できる時間単位
90分	0～ 1分 ……5秒単位 1～ 5分 … 10秒単位 5～10分 … 30秒単位 10～30分 …… 1分単位 30～90分 ……5分単位

5 あたためスタート・決定ボタンを押す

- 庫内灯が点灯し、加熱を開始します。
- 表示部に加熱終了までの時間をカウントダウン表示します。



途中で加熱時間を増減したいときは

・「**メニュー・時間・温度**」ダイヤルを回して加熱時間を設定してください。

※1 回の調理で設定できる時間は、増やせる時間を含め、最大設定時間までです。

両面に焼き色をつけたいときは

・加熱中にドアを開け、食品を裏返してください。

※角皿や庫内が熱くなっていますので、ミトンなどを使用し、注意して取り出してください。

加熱を停止するときは

・加熱を途中で停止するときは、「**とりけし**」ボタンを押してください。

加熱を一時停止するときは

・加熱中にドアを開けると、加熱を一時停止します。
・加熱を再開するときは、ドアを閉め、「**あたためスタート・決定**」ボタンを押してください。加熱を再開します。

6 加熱終了

- 加熱が終了するとお知らせ音が鳴り、表示部には“0”を表示し“終了”が点滅します。

※ 調理完了後は、本体が高温のとき、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。ファン



⚠ 注意	● 加熱中・加熱後しばらくは、ガラス窓や庫内壁面、容器が熱くなっていますので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。

手動メニュー　オーブン(予熱あり)を使う

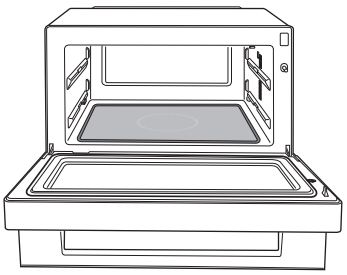
オーブン (ヒーター) で加熱します

・付属の角皿を使用します。耐熱性のない容器・ラップなどは使用できません。
☞「**使える容器・使えない容器** (8ページ) 参照」
・予熱をして庫内の温度を上げてから、調理します。

1 庫内に何も入ずに、ドアを閉める

● ドアを開けると電源が入り、表示部に「0」を表示します。

※庫内には何も入れない



2 モード切替 を4回押し、「オーブン(予熱)」に設定する

● 押すたびに、「レンジ」➡「グリル」➡「オーブン」➡「オーブン(予熱)」➡「オーブン(発酵)」➡「レンジ」…と表示が切り替わります。



3 メニュー・時間・温度ダイヤルを回し、温度を設定する

● 右に回すと温度が高くなり、左に回すと温度が低くなります。
※ 操作を取り消すときは「**とりけし**」ボタンを押して、最初からやり直してください。

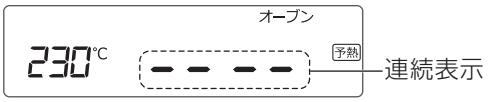


設定できる温度	設定できる温度単位
100℃～230℃ ※庫内温度が高いときは、100℃～210℃	10℃単位

4 あたためスタート・決定ボタンを押す

● 庫内灯が点灯し、予熱を開始します。
● 予熱中は「-(バー)」が連続表示されます。
※予熱開始後は、温度を変更できません。





加熱を停止するときは

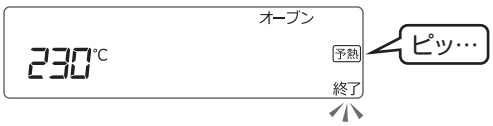
・加熱を途中で停止するときは、「**とりけし**」ボタンを押してください。

加熱を一時停止するときは

・加熱中にドアを開けると、加熱を一時停止します。
・加熱を再開するときは、ドアを閉め、「**あたためスタート・決定**」ボタンを押してください。加熱を再開します。

5 予熱終了

● 予熱が終了すると「ピッピッピッピッピッ」とお知らせ音が鳴り、“終了”が点滅します。

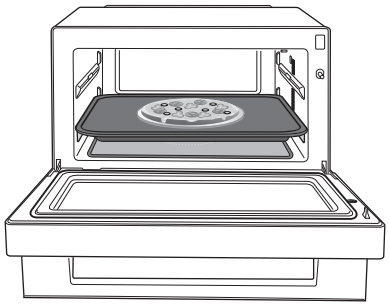


⚠ 注意

● 加熱中・加熱後しばらくは、ガラス窓や庫内壁面、容器が熱くなっていますので、やけどに注意してください。

6 予熱が完了したら10分以内に食品を庫内に入れ、ドアを閉める

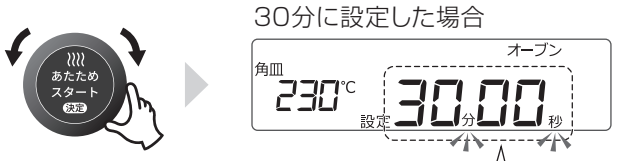
- 食品を耐熱容器に入れて角皿にのせ、上段または下段に入れてください。
- 食品はできるだけ庫内中央に、均等に配置してください。
- 加熱時間設定表示に切り替わります。





7 メニュー・時間・温度ダイヤルを回し、時間を設定する

- 右に回すと時間が増え、左に回すと時間が減ります。



設定できる最大時間	設定できる時間単位
90分	0～ 1分 ……5秒単位 1～ 5分 … 10秒単位 5～10分 … 30秒単位 10～30分 …… 1分単位 30～90分 ……5分単位

8 あたためスタート・決定ボタンを押す

- 庫内灯が点灯し、加熱を開始します。
- 表示部に加熱終了までの時間をカウントダウン表示します。



加熱を停止するときは

・加熱を途中で停止するときは、「**とりけし**」ボタンを押してください。

加熱を一時停止するときは

・加熱中にドアを開けると、加熱を一時停止します。
・加熱を再開するときは、ドアを閉め、「**あたためスタート・決定**」ボタンを押してください。加熱を再開します。

9 加熱終了

- 加熱が終了するとお知らせ音が鳴り、表示部には“0”を表示し“終了”が点滅します。

※調理完了後は、本体が高温のとき、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。ファン



⚠ 注意

- 加熱中・加熱後しばらくは、ガラス窓や庫内壁面、容器が熱くなっていますので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。

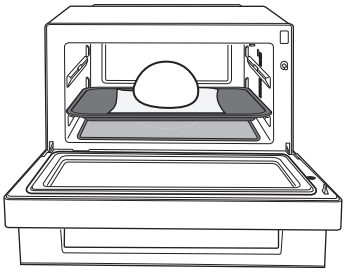
手動メニュー　オーブン(発酵)を使う

オーブン (ヒーター) で加熱します

・付属の角皿を使用します。使用できる容器については、「**使える容器・使えない容器**(8ページ)をご参照ください。

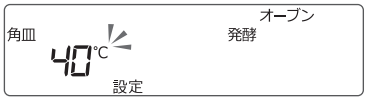
1 食品を角皿にのせ、庫内上段または下段に入れる

- ドアを開けると電源が入り、表示部に「0」を表示します。
- 食品は霧吹きなどが必要な場合は済ませ、乾燥しないようにラップなどをかぶせてください。
- 食品は発酵するとふくらみます。間隔をあけ、均等に配置してください。



2 モード切替 を5回押し、「オーブン(発酵)」に設定する

- 押すたびに、「レンジ」➡「グリル」➡「オーブン」➡「オーブン(予熱)」➡「オーブン(発酵)」➡「レンジ」…と表示が切り替わります。



3 メニュー・時間・温度ダイヤルを回し、温度を設定する

- 右に回すと温度が高くなり、左に回すと温度が低くなります。

※操作を取り消すときは「**とりけし**」ボタンを押して、最初からやり直してください。



35℃に設定した場合



設定できる温度
35℃または40℃

- 設定後、「**あたためスタート・決定**」ボタンを押してください。時間設定表示に切り替わります。



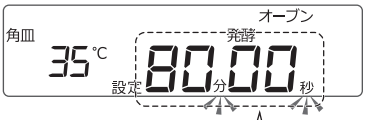


4 メニュー・時間・温度ダイヤルを回し、時間を設定する

- 右に回すと時間が増え、左に回すと時間が減ります。

80分に設定した場合





設定できる最大時間	設定できる時間単位
90分	0～ 1分 ……5秒単位 1～ 5分 … 10秒単位 5～10分 … 30秒単位 10～30分 …… 1分単位 30～90分 ……5分単位

5 あたためスタート・決定ボタンを押す

- 庫内灯が点灯し、加熱を開始します。
- 表示部に加熱終了までの時間をカウントダウン表示します。





カウントダウン

途中で加熱時間を増減したいときは

・「**メニュー・時間・温度**」ダイヤルを回して加熱時間を設定してください。

※1 回の調理で設定できる時間は、増やせる時間を含め、最大設定時間までです。

加熱を停止するときは

・加熱を途中で停止するときは、「**とりけし**」ボタンを押してください。

加熱を一時停止するときは

・加熱中にドアを開けると、加熱を一時停止します。
・加熱を再開するときは、ドアを閉め、「**あたためスタート・決定**」ボタンを押してください。加熱を再開します。

庫内温度が高いときは

・庫内温度が高いときは、「**高温注意**」が点滅表示され、加熱は開始されません。「**高温注意**」が表示されたときは、「**とりけし**」ボタンを押して、庫内が十分冷えてから再度加熱を開始してください。



6 加熱終了

- 加熱が終了するとお知らせ音が鳴り、表示部には“0”を表示し“終了”が点滅します。

※調理完了後は、本体が高温のとき、電子部品を冷却するため一定時間ファンが回る場合があります。ファン



⚠ 注意

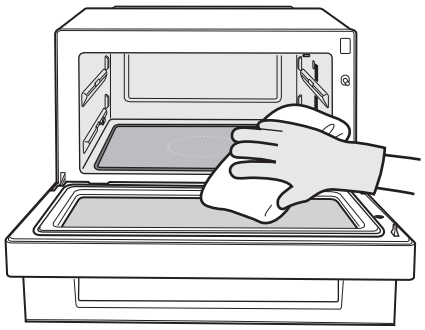
- 加熱中・加熱後しばらくは、ガラス窓や庫内壁面、容器が熱くなっていますので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。

8. お手入れ

⚠ 注意	• お手入れを行うときは、必ず電源プラグをコンセントから抜いて、冷めてから行ってください。感電・やけど・けがをする原因になります。 • ガソリン、シンナー、ベンジン、アルカリ性洗剤、灯油、ベンゾール、アルコール、みがき粉などで拭かないでください。樹脂や塗装部分が、変色・変質する原因になります。 • 食材の残りや汚れが残ったまま放置しないでください。火災の原因になります。

本体 外側

本体外側は柔らかい乾いたふきんなどで拭いてください。
汚れがひどいときは、水で薄めた台所用中性洗剤を含ませた柔らかいふきんで拭いたあと、よく拭きとってください。



吸気口・排気口

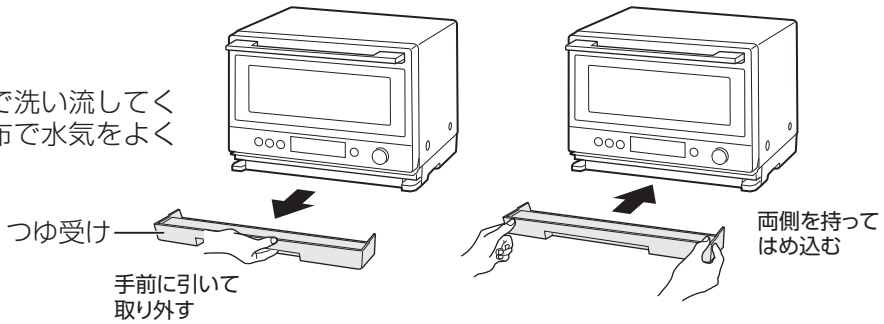
柔らかい乾いたふきんなどで拭いてください。
ほこりが吸気口などに入り込んでいる場合は、掃除機のノズルなどを使ってほこりを吸い取ります。

電源プラグ

柔らかい乾いたふきんなどで拭いてください。ぬれたふきんで拭いたり、液体は使わないでください。

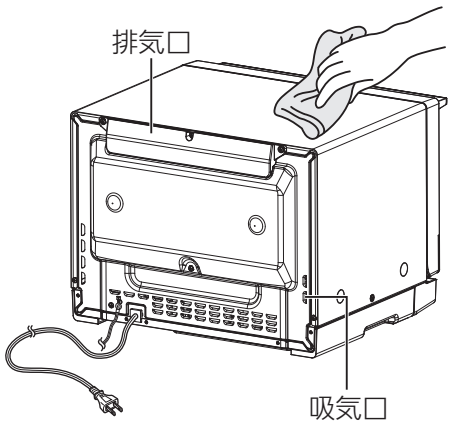
つゆ受け

つゆ受けに溜まった水を捨て、汚れを水で洗い流してください。洗ったあとは、柔らかい乾いた布で水気をよく拭き取ってください。



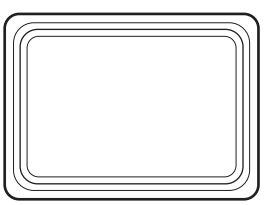
本体 庫内

●庫内は、かたくしぼったぬれふきんで拭いてください。
●汚れが取れにくいときは、ぬれたふきんを汚れの上に置き、30分程度ふやかしてから拭き取ってください。
●汚れがひどいときは、水で薄めた台所用中性洗剤を含ませた柔らかいふきんで拭いたあと、固くしぼったふきんなどで洗剤分を拭き取ってください。
●庫内のにおいが気になるときは、11ページに従って空焼きを行ってください。
※庫内塗装面や周囲のシリコンパッキンが傷付かないようにお手入れを行ってください。



角 皿

柔らかいスポンジで汚れを落としたあと、柔らかい乾いたふきんで水気をよく拭きとってください。汚れが落ちにくい場合は、ぬるま湯につけ置きしてから洗ってください。
※調理後、急激に冷やさないでください。蒸気や熱湯が飛びはね、やけどをするおそれがあります。また、角皿が変形する原因になります。
※お手入れのあとは水気を十分に拭き取ってください。ぬれたまま保管するとさびの原因になります。


角皿

9. 故障かな？と思ったら

ご使用中に異常が生じた場合は、修理を依頼される前に本書をよくお読みのうえ、以下の点をご確認ください。

こんなとき	おたしかめください
まったく動かない	●電源プラグが抜けていませんか？ ●停電ではありませんか？ ●ブレーカーが切れていませんか？ ●調理中にドアを開閉しませんでしたか？
ボタンを押しても何も反応がない	●表示部に“0”を表示していますか？　**➡電源がOFF（待機状態）になっている場合はドアを開閉し“0”表示が出てから操作してください。** ●チャイルドロックが設定されていませんか？ **➡チャイルドロックの設定を解除してください。**
あたためスタート・決定ボタンを押しても加熱しない	●ドアが正しく閉まっていますか？　**➡再度ドアを閉めなおしてください。** ●メニューは選びましたか？（出力、時間の設定はしましたか？） ●チャイルドロックが設定されていませんか？ **➡チャイルドロックを解除してください。**
すぐに加熱が止まる	●庫内が熱いときは、温度センサーが働き加熱を止めることがあります。 **➡ドアを開けて庫内を冷ましてから加熱してください。**
食品があたたまらない	●金属容器やアルミホイルを使っていませんか？
レンジ調理のときに火花が出る	●金属容器やアルミホイルを使っていませんか？ ●金粉、銀粉などの飾りのついた容器を使っていませんか？
煙が出る いやなにおいがする	●購入後に空焼きされましたか？ ●庫内やドアに、調理物や煮汁などの油、液体がついていませんか？ ●調理の設定時間が長くないですか？ ●少量の食品を加熱してないですか？
加熱中に「カチカチ」と音がする	●機械のスイッチ切り替え音です。故障ではありません。
加熱中に庫内から「ボコン」と鳴ったり、きしむような音がする	●ヒーター（グリル／オーブン）加熱をしているとき、熱で庫内壁面が膨張すると音がすることがあります。
ドアがくもり水滴が落ちる	●食品から水分や水蒸気が出ることがありますが本体には影響ありません。
加熱終了後に「ブーン」と音がする	●冷却用のファンが回っている音です。電源プラグを抜かないでください。

■エラー表示（エラー音が鳴ります。）

E00 ※「00」には、エラー番号が表示されます。	●製品が故障している場合があります。 **➡ご使用を中止して電源プラグを抜き、お買上げの販売店、または弊社サービスセンターへご相談ください。**

点検後、異常がある場合は、お客様ご自身で修理せずにお買上げの販売店、または弊社サービスセンターへご相談ください。詳しくは、下記の「保証とアフターサービス」をご参照ください。

10. 仕様

品　　番		CFM-DX211
定 格 電 圧		AC 100V
定 格 周 波 数		50-60Hz 共用
外 形 寸 法 (約)		幅 440 × 奥行き 379 × 高さ 326 mm
庫内有効寸法(約)		幅 365 × 奥行き 302 × 高さ 180 mm
製 品 質 量 (約)		15.3kg(角皿を含む)
電源コードの長さ(約)		1.5m
電子レンジ	消 費 電 力	1380W
	高 周 波 出 力	900W
	発 振 周 波 数	2450MHz
オーブン	消 費 電 力	1350W
	高 周 波 出 力	100 ～ 230℃／ 35・40℃ (発酵)
グリル	消 費 電 力	1350W
区　分　名※2		D
電子レンジ機能の年間消費電力量※3		56.2kWh ／年 (50-60Hz)
オーブン機能の年間消費電力量※3		13.1kWh ／年 (50-60Hz)
年間待機時消費電力量※3		0.0kWh ／年 (50-60Hz)
年間消費電力量※3		69.3kWh ／年 (50-60Hz)
付　属　品		角皿(1 枚)

※1　庫内総容量とは、JISの判定基準にもとづき算出された容量です。
※2　区分名は、家庭用品品質表示法および省エネ法にもとづき、機能・加熱方式・庫内容量の違いで分かれています。
※3　年間消費電力量は、省エネ法特定機器「電子レンジ」測定法により測定した数値です。実際に使用する年間消費電力量は、周囲環境・使用回数・使用時間・食材の量によって左右されます。
電源プラグをコンセントに接続した状態で、表示部が消灯しているとき（待機時）の消費電力は0Wです。
※この製品は、海外ではご使用になれません。FOR USE IN JAPAN ONLY
※商品の仕様は予告なく変更することがあります。

11. 保証とアフターサービス

● **必ずお読みください。**

■ 保証書

お買い上げの際に、所定の事項が記入されている保証書をお買い上げの販売店より必ずお受け取りください。
保証書がありませんと、無料修理保証期間内でも代金を請求される場合がありますので、大切に保管してください。

■ 保証期間

保証期間は、お買い上げ日より2年間です。
保証期間内に故障した場合は、保証規定にしたがって修理させていただきます。

■ 保証期間経過後の修理

お買い上げの販売店にご相談ください。
修理により製品の機能が維持できる場合は、ご要望により有料にて修理いたします。

■ 補修用性能部品の保有期間について

当社はこの製品の補修用性能部品を製造打ち切り後、8年間保有しています。
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。

■ アフターサービスについて

ご不明な点はお買い上げの販売店にお問い合わせください。

12. お料理集 自動メニュー

16 赤飯・おこわ



角 皿	加熱方法	加熱時間（目安）
使用できません	レンジ	23分

材 料（4人分）

もち米……320g
あずきのゆで汁+水……350mL
あずき……30g

作りかた

①もち米は洗ってざるにあげ、水気をよく切る。

②あずきを約20分鍋でゆで、十分に冷ましてゆで汁を別々に取っておく。

③耐熱ガラス製ボウル（直径22cm程度）にもち米とあずきを入れ、あずきのゆで汁と水を合わせて350mL加え、ラップをして1時間ひたす。

④ラップを外して容器を庫内中央に置き、自動メニュー「16」を選択して「あたためスタート・決定」ボタンを押す。
※お知らせ音が鳴ったら、5分以内に混ぜ合わせて「あたためスタート・決定」ボタンを押してください。

⑤加熱が終了したら、取り出して混ぜ合わせる。

17 焼き野菜



角 皿	加熱方法	加熱時間（目安）
上 段	グリル	16分30秒（4人分）

材 料（4人分）

パプリカ……大1個（200g）
生しいたけ……4枚（60g）
さつまいも……小1/2個（100g）
かぼちゃ……120g

A
オリーブ油……大さじ1・1/2
塩……少々
こしょう……少々

作りかた

①パプリカは縦4等分に切り、しいたけは軸の部分を切り取る。

②さつまいもとかぼちゃもは、皮はむかずに約1cmの厚さに切り、竹ぐしで穴をあける。

③②のさつまいもを水につけ、アクを抜く。

④Aを混ぜ合わせておく。

⑤③の野菜の水分をふき取り、すべての野菜を合わせてAに漬け込む。

⑥⑤を角皿に並べ上段にセットし、自動メニュー「17」を選択して「あたためスタート・決定」ボタンを押す。

18 焼きいも



角 皿	加熱方法	加熱時間（目安）
下 段	オーブン	50分

材 料（4人分／4本）

さつまいも（1本約250g）……4本

作りかた

① さつまいもは皮にフオークで穴をあけるか、包丁で切り目を入れ、角皿に並べて下段にセットする。

② 自動メニュー「18」を選択して「あたためスタート・決定」ボタンを押す。

19 グラタン



角 皿	加熱方法	加熱時間（目安）
上 段	グリル	12分30秒

材 料（4人分）

マカロニ……50g
牛乳……270mL
ナチュラルチーズ（ピザ用）……80g
コーン……40g
コンソメスープ……150mL

A
玉ねぎ（薄切り）……中1/2個（100g）
むきえび……100g
オリーブオイル……大さじ1
マッシュルーム（薄切り）……40g
バター……5g

B
バター……30g
薄力粉……30g

作りかた

① マカロニを柔らかくなるまでゆで、水気を切る。

② 耐熱ガラス製ボウルにAを入れ、庫内中央に置き、手動メニュー「レンジ600W」で5分加熱する。

③ 別の耐熱ガラス製ボウルにBを入れ、庫内中央に置いて、手動メニューの「レンジ600W」で1分30秒加熱し、取り出して泡立て器でよく混ぜ合わせる。

④ ③に牛乳とコンソメスープを少しずつ加え、さらに混ぜ合わせる。

⑤ ④を庫内中央に置き、手動メニューの「レンジ600W」で、だまにならないように途中2〜3回混ぜ合わせながら5分加熱する。

⑥ ⑤に、②とマカロニ、コーンを加えて、混ぜ合わせてグラタン皿に等分に入れる。

⑦ チーズをのせ、角皿に並べて下段にセットし、自動メニュー「19」を選択して「あたためスタート・決定」ボタンを押す。

20 塩ざけ・塩さば



角 皿	加熱方法	加熱時間（目安）
下 段	オーブン 予熱あり	16分

材 料（4人分）

【塩ざけ】
塩ざけの切り身
（甘塩・1切れ約80g）
……4切れ

【塩さば】
塩さば（1切れ約100g）
……4切れ

作りかた

①皮面を下にして並べて下段にセットし、自動メニュー「20」を選択して「あたためスタート・決定」ボタンを押す。

21 鶏の照り焼き



角 皿	加熱方法	加熱時間（目安）
下 段	オーブン	26分

材 料（4人分）

とりもも肉…… 2枚（500g）
みりん……大さじ2
しょうゆ……大さじ2
酒……大さじ1

作りかた

①とりもも肉を厚みが均一になるように切り開き、フォークなどで皮に穴をあけておく。

②①を、しょうゆ・みりん・酒につけ、冷蔵庫で30分置く。

③角皿にクッキングシートを敷き、②の皮を上にして並べ、下段にセットする。

④自動メニュー「21」を選択して「あたためスタート・決定」ボタンを押す。

22 ハンバーグ



角 皿	加熱方法	加熱時間（目安）
下 段	オーブン	25分

材 料（4人分）

合びき肉……300g
パン粉……25g
玉ねぎ……小1個（150g）
牛乳……大さじ2

A
卵……1個
ナツメグ……少々
塩……小さじ1/2
こしょう……少々

作りかた

①みじん切りにした玉ねぎを耐熱ガラス製ボウルに入れ、ラップをかけずに庫内中央にき、手動メニューの「レンジ600W」で4分加熱し、冷ましておく。

②パン粉は牛乳で湿らせておく。

③ボウルに、合びき肉と①、②、Aを入れ、ねばりが出るまでよく混ぜ合わせる。

④③を4等分にし、厚さ2cmの小判形に整える。

⑤角皿にクッキングシートを敷き、④を並べて下段にセットし、自動メニュー「22」を選択して「あたためスタート・決定」ボタンを押す。

23 から揚げ



角 皿	加熱方法	加熱時間（目安）
上 段	グリル	14分

材 料（4人分）

とりもも肉……500g
市販の唐揚げ粉……袋記載の分量

作りかた

①とりもも肉を一口大（1個約30g）に切り、唐揚げ粉をまぶす。10分ほどおいて、粉っぽさがなくなるまでなじませる。

②角皿にクッキングシートを敷き、①の皮を上にして並べ、上段にセットする。

③自動メニュー「23」を選択して「あたためスタート・決定」ボタンを押す。

24 茶わん蒸し



角 皿	加熱方法	加熱時間（目安）
下 段	オーブン	35分

材 料（4個分）

- 卵……2個
- 酒……小さじ1
- しいたけ……2枚
- ぎんなん（缶詰）……8個
- とりもも肉……40g
- えび……4尾
- かまぼこ（3mm厚）……4枚
- 水菜……適量

A
- だし汁……350mL
- みりん……大さじ1/2
- うすくちしょうゆ…大さじ1/2
- 塩……小さじ1/2

作りかた

①卵を割りほぐし、Aを加えて泡立て器でよく混ぜ合わせ、裏ごしをする。

②とりもも肉を2cm角に切り、酒につけておき、えびは、尾を残して殻をむき背わたを取る。しいたけは4つ切りにする。

③それぞれの具と①を4等分して茶わん蒸しの容器に8分目まで入れ、ふたをする。

④③を角皿に並べ下段にセットし、自動メニュー「24」を選択して「あたためスタート・決定」ボタンを押す。

⑤加熱終了後、取り出して、水菜を載せてふたをし、5分ほど蒸らす。

25 パスタ



角 皿	加熱方法	加熱時間（目安）
使用できません	レンジ	16分

材 料（2人分）

- パスタ（市販品）……200g
- 塩……適宜
- 水……500mL
- ウインナー……3〜4本
- ピーマン（30g）……2個

A
- ケチャップ……大さじ4
- コンソメ顆粒……小さじ1

【卵液】
- 卵（Mサイズ）……2個
- 牛乳……大さじ2
- ピザ用チーズ……60g

作りかた

①ピーマンは、種とワタを取り除き、5mm幅に切る。ウインナーは薄い斜め切りにする。

②パスタ（市販品）を半分に折り、耐熱ガラス製ボウルに入れ、①、塩、水を入れ、自動メニュー「25」を選択して「あたためスタート・決定」ボタンを押す。

③お知らせ音が鳴ったらドアを開けて②をかき混ぜる。混ぜ終わったらドアを閉め、「あたためスタート・決定」ボタンを押して加熱を再開する。
※やけどに注意しながら混ぜてください。

④水気がなくなりスパゲティに火が通ったら、Aを加え、全体になじむまで混ぜ合わせる。

⑤別の耐熱ガラス製ボウルに卵を入れて溶きほぐし、残りの卵液の材料を入れる。

⑥⑤を庫内中央に置いて手動メニューの「レンジ600W」で1分ほど加熱し、一度かき混ぜてから、卵液がトロトロになるまでさらに20秒ほど追加加熱してよく混ぜる。

⑦器に④を盛り付け、⑥をのせる

26 クッキー



角 皿	加熱方法	加熱時間（目安）
上 段	オーブン 予熱あり	15分

材 料（35枚分）

薄力粉……110g
砂糖……35g
バター……50g
卵……1/2個

作りかた

①薄力粉をふるっておく。

②室温で柔らかくしておいたバターに砂糖を加え、なめらかになるまでよくすり混ぜる。

③②に溶いた卵、ふるった薄力粉の順に、混ぜながら加えていく。

④ひとまとめにした生地をラップに包み、冷蔵庫で20分ほど休ませる。

⑤麺棒で生地を5mm程度の厚さにのばし、直径5cmくらいの丸型で抜く。

⑥自動メニュー「26」を選択して「あたためスタート・決定」ボタンを押し、予熱を開始する。

⑦角皿にクッキングシートを敷いて⑤を並べ、お知らせ音が鳴って予熱が完了したら上段にセットし、「あたためスタート・決定」ボタンを押す。

⑧焼きあがったら、網などの上で冷ます。

27 スポンジケーキ



角 皿	加熱方法	加熱時間（目安）
下 段	オーブン 予熱あり	32分

材 料（直径18cm）

薄力粉……90g
砂糖……90g
バター……15g
卵……3個
牛乳……大さじ1
バニラエッセンス……少々

作りかた

①直径18cmの金属製型の底と周りにバター（分量外）を薄く塗り、クッキングシートを敷く。

②バターと牛乳を耐熱容器に入れ、手動メニューの「レンジ200W」で1分加熱する。

③別の容器で、室温に戻した卵を泡立てながら、砂糖を2回に分けて加える。文字が書けるような固さになったら、バニラエッセンスを加えてきめを整える。

④③に薄力粉をふるい入れ、粉がなくなるまでへらでさっくりと混ぜてから②を加えて手早く混ぜる。

⑤自動メニュー「27」を選択して「あたためスタート・決定」ボタンを押し、予熱を開始する。

⑥④を型に流し込んだら、型ごと10cmの高さから数回落として空気を抜く。

⑦⑥を角皿にのせ、お知らせ音が鳴って予熱が完了したら、下段にセットし、「あたためスタート・決定」ボタンを押す。

⑧焼きあがったら、すぐに20〜30cmの高さから落として空気を抜き、底を上にして網などの上に取り出す。
お好みでフルーツやホイップクリームなどで飾る。

28 ロールパン



角 皿	加熱方法	加熱時間（目安）
下 段	オーブン 予熱あり	16分

材 料（9個分）

牛乳……110mL
無塩バター……30g
卵……1/2個
溶き卵……適量

A
強力粉……200g
塩……2g
砂糖……20g
ドライイースト……3g

作りかた

①ボウルにAを入れて混ぜる。別の容器に牛乳と卵を入れて混ぜ、Aに加えて混ぜる。べたつきがなくなったら、室温に戻したバターを加えて、なじむまでこねる。

②さらに、強力粉（分量外）をふるった台の上に取り出し、たたきつけながら生地に透明感が出るくらいまでこねる。

③丸くまとめて、大きめのボウルなどに入れる。表面に霧を吹いてラップし、角皿に載せて下段にセットし、手動メニューの「発酵35℃」で50～60分1次発酵をする。指に強力粉をつけ、生地の中央を押して穴がそのまま残れば取り出す。

④生地を手で押してガス抜きをし、9等分にして表面がなめらかになるように丸め、皿に載せてラップをかぶせ20分休ませる。

⑤生地を手で円錐状にし、麺棒で三角形にのばして広い方から丸める。巻き終わりは下にして置く。

⑥角皿にクッキングシートを敷いて生地を並べ、表面に霧を吹いて下段にセットする。手動メニューの「発酵40℃」で30～40分2次発酵をする。

⑦角皿ごと取り出し、自動メニュー「28」を選択して「あたためスタート・決定」ボタンを押し、予熱を開始する。

⑧生地表面に溶き卵を薄く塗り、お知らせ音が鳴って予熱が完了したら、下段にセットして「あたためスタート・決定」ボタンを押す。

⑨焼きあがったら、網などの上で冷ます。

29 ピザ



角 皿	加熱方法	加熱時間（目安）
下 段	オーブン 予熱あり	15分

材 料（直径23cm）

玉ねぎ……50g
サラミソーセージ……適量
ピザソース……50g
マッシュルーム……20g
ピーマン……20g
ナチュラルチーズ（ピザ用）……100g

【生地】
強力粉……120g
ドライイースト……2
サラダ油……大さじ1/2
砂糖……小さじ2
塩……1g
ぬるま湯……60～70mL

作りかた

①ボウルに生地の材料を入れて混ぜ、丸くまとめる。

②①を大きめの容器に入れて角皿にのせ、下段にセットする。手動メニューの「発酵40℃」で30分発酵させる。

③玉ねぎ・マッシュルーム・サラミソーセージ・ピーマンは薄切りにする。

④発酵が終了したら、強力粉をふった台の上に取り出し、手で押してガス抜きをし、麺棒で直径23cmの円形にして形を整える。

⑤自動メニュー「29」を選択して「あたためスタート・決定」ボタンを押し、予熱を開始する。

⑥角皿にクッキングシートを敷き、④を載せてピザソースを塗り、具を並べて最後にチーズをのせる。

⑦お知らせ音が鳴って予熱が完了したら、下段にセットして「あたためスタート・決定」ボタンを押す。

30 冷凍ピザ



角 皿	加熱方法	加熱時間（目安）
下 段	オーブン 予熱あり	13分30秒

材 料（1枚／340g）

冷凍ピザ（市販品）
…… 1枚（340g）

作りかた

①包装しているラップをはずし、角皿に載せて下段にセットする。

②自動メニュー「30」を選択して「あたためスタート・決定」ボタンを押す。

※食品メーカーや食材、種類などにより、仕上がりが異なることがあります。加熱が足りないときは、様子を見ながら追加加熱してください。

31 プリン



角 皿	加熱方法	加熱時間（目安）
下 段	オーブン 予熱あり	60分

材 料（4人分）

牛乳……500mL
卵（Mサイズ）……4個
砂糖……80g
バニラエッセンス……少々

【カラメルソース】
砂糖……40g
湯……大さじ1
水……大さじ1

作りかた

①鍋に砂糖と水を入れて加熱し、茶色になったら火からおろし湯を加える。
※飛び散ることがあるのでやけどにご注意ください。

②金属製プリン型（直径6cm、高さ5.5cm程度）に①のカラメルソースを等分に入れる。

③牛乳と砂糖を耐熱容器に入れ、手動メニューの「レンジ600W」で3分30秒加熱する。加熱終了後、かき混ぜて砂糖を溶かす。

④室温に戻した卵を、泡立て器で白身が残らないようによく溶き、③を少しずつ加え、よく混ぜる。最後にバニラエッセンスを加える。

⑤④をこし、②の容器に等分に入れ、アルミホイルでふたをする。角皿に載せて下段にセットし、自動メニュー「31」を選択して「あたためスタート・決定」ボタンを押す。

⑥加熱終了後、そのまま庫内で5分蒸らす。粗熱を取ったら、冷蔵庫へ入れる。

※卵液の温度が低いとうまく固まりません。室温や卵液の温度が低い場合は、「温度／仕上がり調節」ボタンで仕上がりを強めに調整してください。
※容器の形状や材質によって、仕上がりが異なることがあります。
※柔らかい仕上がりの場合、型から外すとくずれることがあります。

32 ロールケーキ



角 皿	加熱方法	加熱時間（目安）
 上 段	オーブン 予熱あり	27分

材 料（1本分）

【スポンジケーキの生地】
- 薄力粉……90g
- 卵（Mサイズ）……5個
- 砂糖……100g
- バニラエッセンス……少々
- 牛乳……大さじ2

【ホイップクリーム】
- 生クリーム……200mL
- 砂糖……大さじ2
- バニラエッセンス……少々
- ブランデー……少々
- お好みのフルーツ……適量

作りかた

①角皿の内側に薄くバター（分量外）を塗ってクッキングシートを敷く。

②室温に戻した卵を泡立てながら、砂糖を2回に分けて加える。文字が書けるような固さになったら、バニラエッセンスを加えてきめを整える。

③②に薄力粉をふるい入れ、粉がなくなるまでへらでさっくりと混ぜたあと、牛乳を加える。

④自動メニュー「32」を選択して「あたためスタート・決定」ボタンを押し、予熱を開始する。

⑤①の角皿に③の生地を流し入れて表面をならし、空気を抜く。

⑥お知らせ音が鳴って予熱が完了したら、⑤の角皿を上段にセットし、「あたためスタート・決定」ボタンを押す。

⑦焼きあがったら、角皿から、クッキングシートをつけたままの生地を取り出し、粗熱をとる。

【ホイップクリームの作りかた】
ボウルにあらかじめ冷やしておいた生クリームと砂糖を入れ、氷水でボウルごと冷やしながら泡立てる。とろみがつけば、バニラエッセンスとブランデーを加えてさらに泡立てる。

⑧生地の粗熱がとれたら裏返してクッキングシートをはがし、再度裏返してクッキングシートにのせ、表面にホイップクリームを塗って巻く。

⑨巻き終わったらクッキングシートで包み、さらにラップで包んで、冷蔵室に約30分入れてなじませる。

お料理メモ

オーブンレンジ 保証書

持込修理

品　　番	CFM-DX211	
保証期間	本　体	お買い上げ年月日　　年　　月　　日より2年間
お客様	お名前 ご住所	様　電話（　　） 〒
販売店	店　名 住　所	電話（　　） 印

本書は、本書記載内容で無料修理を行うことをお約束するものです。
上記「保証期間」中に故障が発生した場合は、商品と本書をご持参ご提示のうえ、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。

- 所定記入欄が空欄のままですと、本書は有効とはなりません。記入のない場合は直ちにお買上げの販売店にお申し出ください。
- 本書は再発行いたしませんので紛失しないように大切に保管してください。

〈無料修理規定〉

1.取扱説明書、本体添付ラベル等の注意書に従った正常な使用状態で、保証期間内に故障した場合は、無料修理いたします。
2.ご転居、ご贈答品等で修理依頼ができない場合には、下記に記載の連絡先までご相談ください。
3.保証期間内でも、次のような場合には有料修理となります。
　(イ)使用上の誤りや不当な修理、改造による故障及び損傷。
　(ロ)お買い上げ後の転倒、使用場所の移動、輸送、落下等による故障及び損傷。
　(ハ)火災、地震、風水害、ガス害、落雷、その他天災地変、公害や異常電圧その他の外部要因による故障及び損傷。
　(ニ)一般家庭用以外（業務用、車両、船舶への搭載）に使用された場合の故障及び損傷。
　(ホ)本書のご提示がない場合。
　(ヘ)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かえられた場合。
4.本書は日本国内においてのみ有効です。This warranty is valid only in Japan.

＊お客様にご記入いただいた個人情報(保証書控)は、保証期間内の無料修理対応及びその後の安全点検活動のために利用させていただく場合がございますのでご了承ください。
＊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。従ってこの保証書によって、保証書を発行している者（保証責任者）、及びそれ以外の事業者に対する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等について、ご不明の場合はお買い上げの販売店に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は取扱説明書をご覧ください。

**本書に記載の内容とは異なる方法や目的で使用されますと、保証の対象外となります。
また、生じた損害についても弊社は一切責任を負いません。**

商品の修理サービスについてのご相談

●修理、お取り扱いなどのご相談は、まずは、お買上の販売店にお申し付けください。
●転居や贈答品などでお困りの場合は、弊社のサービスセンターへお問合せください。

お電話でのお問合せ
日本美的サービスセンター
受付時間：午前10時～12時・午後1時～6時
0120-547-032（無料）
・PHS、IP電話など一部の電話からのご利用はできません。
・土日・祝日、年末年始、お盆期間は休業とさせていただきます。

Eメールでのお問合せ
cs_jp@feelcomfee.com
お問合せの際は、商品名・品番・ご相談内容・お名前・電話番号をご記入ください。

販売元：日本美的株式会社
大阪府大阪市港区弁天1-2-1大阪ベイタワー10F