



calluna^{カ ル ナ}

カルーナ
家庭用 両手圧力鍋 3.0L
(ZCDA30)



取扱説明書

カルーナ 家庭用 両手圧力鍋 3.0L (ZCDA30)

calluna^{カ ル ナ}

この取扱説明書をよくお読みの上、正しくご使用下さい。
読んだ後は必ず保管してください。

掃除ピン

お客様相談室

圧力なべ協議会 会員
株式会社ワンダーシェフ

〒561-0825 大阪府豊中市二葉町1丁目19-19
ホームページ: <http://www.wonderchef.jp/>
Eメール: web@wonderchef.jp

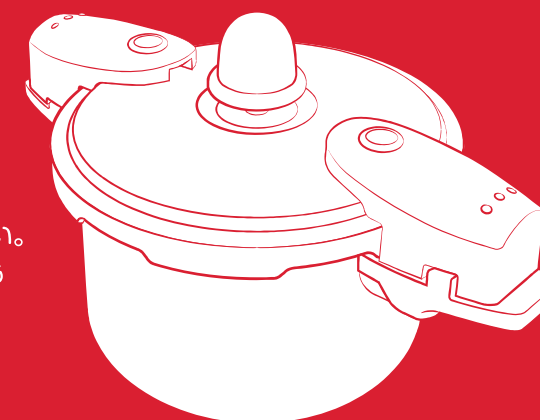
電話 06(6334)4349
FAX 06(6334)4343
受付時間 / 午前 9:00~正午 12:00
午後 1:00~午後 5:00
(土、日、祝祭日、年末年始、盆休みを除く)
アフターフォローは日本国内に限ります。



- 圧力鍋は、各メーカー、各商品によって、仕様及び使用方法が全く異なります。
- 本書の諸事項を守らないで万一事故が発生した場合は、使用者の責任となります。
- 保証書は30ページにございます。
「お買い上げ日・販売店名」を販売店に記入して頂いてください。
記入が無い場合はレシートと共に大切に保管してください。
- 別途付属の取扱説明書、注意書きがある場合は、そちらも必ずお読み頂き、大切に保管してください。



このマークは、製品安全協会が、製品安全を図るために定めた基準に合格したことを証明する表示です。万一製品の欠陥により、人身事故が発生した場合、協会が損害を賠償します。「消費生活用製品安全法」に基づく特定製品として、認証されている製品に貼られます。



この圧力鍋の作動圧は、
80キロパスカルの普通圧タイプです。
調理の際、加圧時間にご注意ください。

もくじ

各部の名称 3

安全上のご注意 4~7

圧力鍋の使い方

ステップ1 ご使用前に毎回チェック 8

ステップ2 フタを閉める 9~10

ステップ3 調理後、フタを開く 11

ステップ4 調理の流れ 12~13

ステップ5 調理後のお手入れ 14

ちょっと便利な使い方 15

加圧時間早見表 16~17

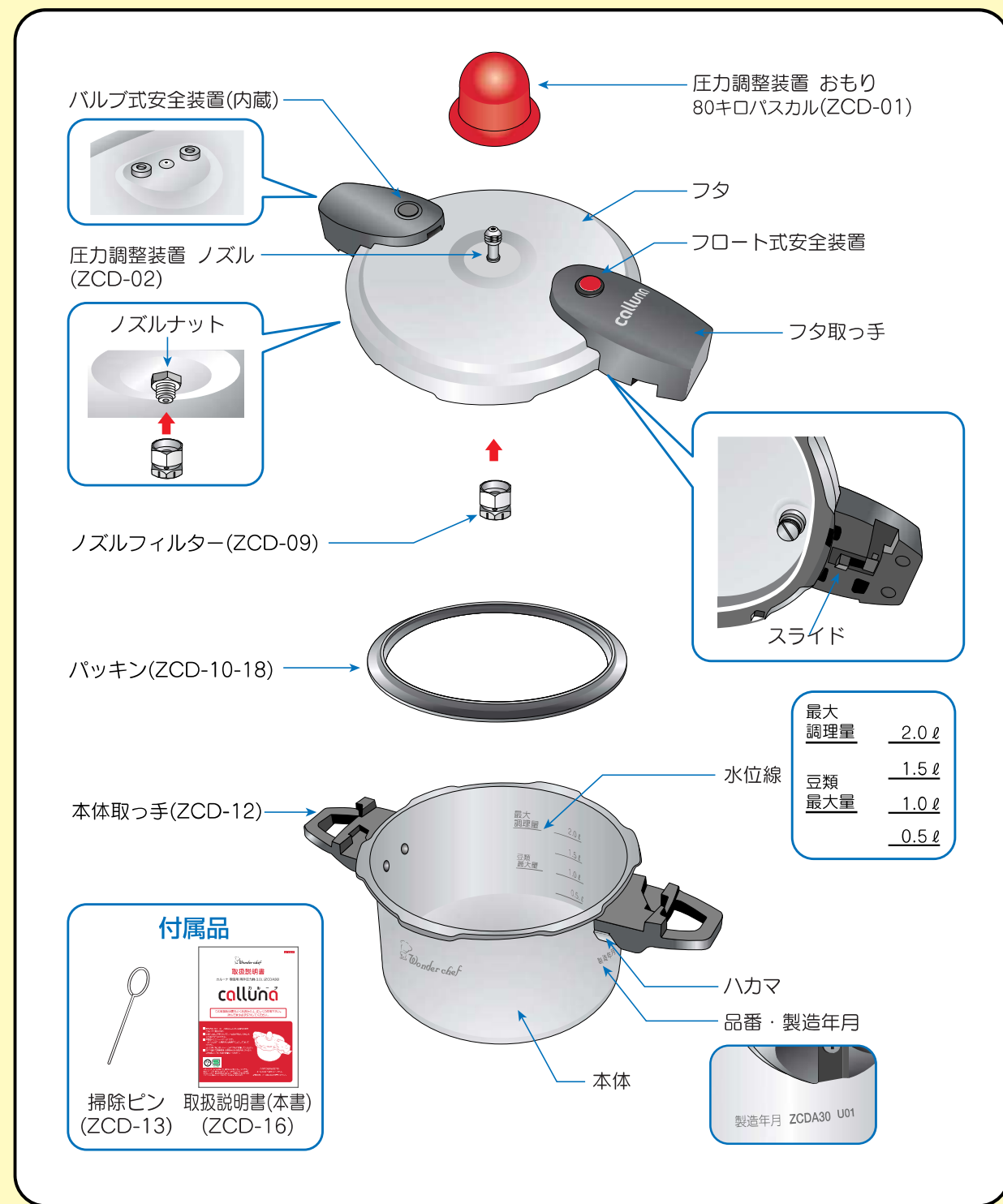
浜田陽子の+(プラス)健康レシピ 18~21

トラブルと対策 22~27

アフターサービスについて 28

インターネット・モバイルページ 29

保証書・保証内容 30~31



* 部品の紛失、破損、劣化などでお困りの場合、P28をご覧ください、弊社ホームページからご購入頂くか、【お客様相談室】までご連絡頂き、新しい部品をお買い求めください。ご購入の際は、部品名、部品番号と製造年月、商品名(カルーナ 家庭用両手圧力鍋3.0ℓ ZCDA30)をご確認の上、お間違えの無いよう、ご注文ください。

* 別の製品の部品の流用は危険ですのでおやめください。

* これらは標準付属品です。モデルによってセット内容が異なります。

* 品質向上の為、商品仕様を予告なく変更する場合がありますのでご了承ください。

* 別途付属の取扱説明書、注意書きがある場合は、そちらも必ずお読み頂き、大切に保管してください。

圧力鍋は加熱して使用する調理器具です。使用中は内部が極めて高温・高圧になります。取り扱いを誤るとお使いになる人や他人への火傷等の傷害、財産への損害が生じる危険があります。それらを未然に防止するために、必ずお守り頂くことを次のように説明しています。

表示内容を無視して誤った使い方をした時に生じる危害や損害の程度を、次の表示で区分し、説明しています。

警告 この表示の欄は、「死亡または重傷などを負う可能性が想定される」内容です。

注意 この表示の欄は、「傷害を負う可能性または、物的損害が発生する可能性が想定される」内容です。

お守り頂く内容の種類を、次の絵表示で区分し、説明しています。

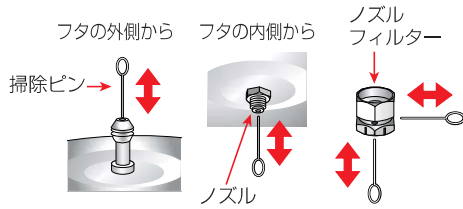
禁止 このような絵表示は、してはいけない「禁止」内容です。

強制 このような絵表示は、必ず実行していただく「強制」内容です。

警告



ご使用前に圧力調整装置のノズル及びノズルフィルターが詰まっていないことを確認してください。詰まっている場合は、付属の掃除ピンでノズル及びノズルフィルターの掃除をしてください。ノズル及びノズルフィルターが詰まっていると、調理中に鍋が爆発し怪我をする恐れがあり、大変危険です。



調理する際は、**水、食材を合わせて**、鍋の容量の**2/3未満**の量(最大調理量)で使用してください。**豆類、麺類**等の調理中に膨張するものや、お粥のように泡が出やすいものは、**水、食材を合わせて**、鍋の容量の**1/3未満**の量(豆類最大量)で使用してください。この量を超えて調理を行うと、食材がノズルに詰まり、鍋が爆発し怪我をする恐れがあり、大変危険です。



重曹、タンサン、ふくらし粉、多量の酒、多量の油は使用しないでください。内容物の急激な変化により、ノズルが詰まり、爆発や故障、発火の原因となる恐れがあり、大変危険です。



カレー・シチュー等、粘性が強く糊状になるものを入れた料理は、**加圧を行わないでください**。ルーは加圧後に入れ、**ガラスフタ**等を使って調理してください。ルーを入れた状態で加圧すると、ルーがノズルに詰まり、鍋が爆発し怪我をする恐れがあり、大変危険です。温め直しの際にも、**ガラスフタ**等を使ってください。



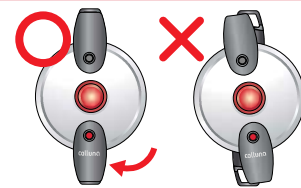
空焚きや**過剰な火力**での加熱は**行わないでください**。
※空焚きとは、鍋内部の水分が無くなった状態での加熱のことです。火災や商品破損による思わぬ事故が発生する恐れがあり、大変危険です。



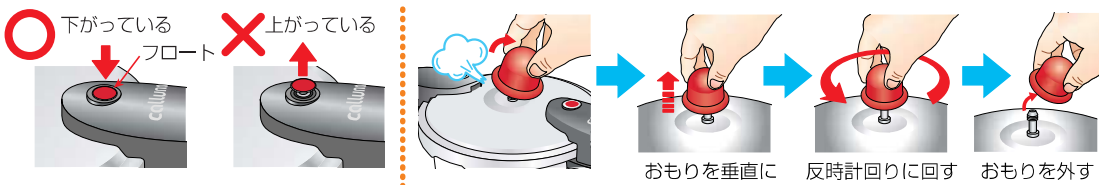
警告



フタの開閉は、P9～P11の手順に従い、本体取っ手とフタ取っ手が揃う位置までフタをしっかりと閉めてください。きちんとフタが閉まっていない状態で加熱をすると、安全装置が正常に働かず、鍋が爆発し怪我をする恐れがあり、大変危険です。また、スライドが熱で変形し、故障の原因となります。



フタを開ける際は、P11の【フタを開く】の手順に従って、内圧を下げてからフタを開けてください。フロート式安全装置が下がっていることを確認し、おもりを傾けて蒸気を完全に排出した後、おもりを外してください。調理が終わった後も、鍋の中には圧力が残っています。鍋の中に少しでも圧力が残っている状態でフタを開けると内容物が噴き出て火傷をしたり、フタが飛んで怪我をする恐れがあり、大変危険です。



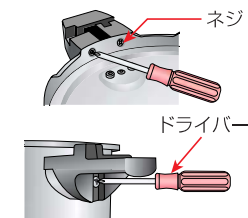
やむを得ず、急いでフタを開ける場合は、P15の【急冷】の手順に従ってください。



ご使用前にはP8の【ご使用前に毎回チェック】に従って、各部の点検を行ってください。ご使用後はP14の【調理後のお手入れ】に従って毎回掃除を行ってください。点検、掃除を行わずに使用すると、思わぬ事故が発生する恐れがあり、大変危険です。



毎回ご使用の前に、各部のネジ、ナットに緩みがないことを確認してからご使用ください。緩みがある場合は、必ず追い締めをしてから使用してください。取っ手が緩むと、本体の落下によって火傷をしたり、鍋が爆発し怪我をする恐れがあり、大変危険です。また、ノズル・安全弁・フロート式安全装置の緩みは、部品が加圧中に外れて飛び出し、怪我をする恐れがあり、大変危険です。



各部に異常が生じた場合は、**直ちに使用を止めてください**。P22～27の【トラブルと対策】をお読み頂き、適切な対処を行ってください。異常が生じたままご使用を続けると、思わぬ事故が発生する恐れがあり、大変危険です。



フタ取っ手やおもりを持って移動しないでください。本体の落下によって火傷をしたり、鍋が爆発し怪我をする恐れがあり、大変危険です。鍋を移動する際は、必ず、本体取っ手を両手で持って移動してください。



加熱中は鍋に衝撃を与えないでください。また、火を止めた後も、鍋が熱いうちは揺らしたり、衝撃を与えたりしないでください。内部の状態が急激に変化し、内容物や蒸気が噴出し、鍋が爆発し怪我をする恐れがあり、大変危険です。



警告

禁止 不安定な場所や屋外で使用しないでください。
鍋の転倒、落下などにより、鍋が爆発し怪我をする恐れがあり、大変危険です。



禁止 底が著しく変形した鍋や、底が剥離した鍋は使用しないでください。使用中に鍋が転倒し、火傷を負ったり、落下によって鍋が爆発し怪我をする恐れがあり、大変危険です。

禁止 紙やアルミホイル等の薄手の素材で落としフタをして加圧をしないでください。落としフタをする場合は、別売りの蒸しすか、市販の金属製の落としフタで厚手のものをご使用ください。
薄手の素材で落としフタをすると、フタの内側に貼りついて、安全装置正常に作動せず、鍋が爆発し怪我をする恐れがあり、大変危険です。



強制 他の人に鍋を貸し出す場合は、必ずこの取扱説明書と付属部品を添えてお渡しください。

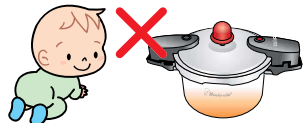


強制 圧力鍋のパッキンは消耗品です。安全にご使用いただくため、1年に1回は新しいものに交換してください。劣化したままのパッキンを使用し続けると、蒸気漏れにより火傷を負う恐れがあります。



強制 ご使用の際は必ず、付属のおもり、パッキン、ノズルフィルターを使用してください。他商品のものを使用すると正常に働かず、商品の破損や思わぬ事故が発生する恐れがあり、大変危険です。
部品の紛失、破損、劣化などでお困りの場合は、P28をご覧ください、弊社ホームページからご購入頂くか、【お客様相談室】までご連絡頂き、新しい部品をお買い求めください。

禁止 子供など取り扱いに不慣れな方だけで使用しないでください。また、乳幼児の近くや手の届く所で使用しないでください。火傷や怪我をする恐れがあり、大変危険です。



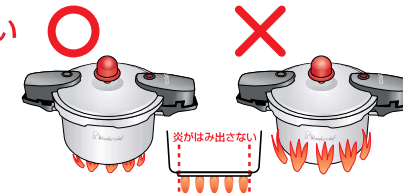
禁止 圧力がかかっていない状態であっても、鍋が熱いうちは、鍋を揺らしたり、急にかき回したりしないでください。内容物の状態が急激に変化することで**突沸**(※1)が発生し、火傷や怪我をする恐れがあります。

禁止 加熱中は鍋の側から離れないでください。思わぬ事故が発生する恐れがあり、大変危険です。

強制 油脂分の多い食材(すじ肉、スペアリブ等)を一度に大量に調理すると、油脂分が固着して安全装置が正常に作動しなくなることがあります。
大量に調理する場合は、一度下ゆでして、油脂分を落としてから調理してください。

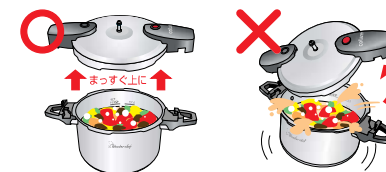
注意

強制 ガスコンロを使用する場合は、**炎が鍋底からはみ出さないよう**、火力を調整して使用してください。
鍋がコンロの中心からずれていたり、火力が強すぎると、取っ手やパッキンが焦げ、商品の劣化を早め、思わぬ事故が発生する恐れがあります。



強制 IHクッキングヒーターをご使用の場合は、**弱火(300W~500W程度)で約1分程予熱した後、鍋が温まったら強火(1000W~1500W程度)にしてください。**
最初から強火で加熱すると、鍋の変形や剥離、焦げ付きが発生する恐れがあります。

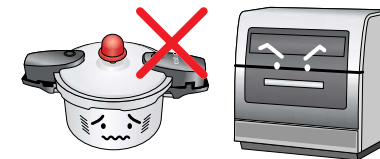
強制 **フタを開ける際は、まっすぐ上に持ち上げてください。**
斜めに持ち上げるとフタが本体に引っかかり、鍋が傾いて内容物がこぼれ、火傷をする恐れがあります。



強制 使用中や使用後に鍋の金属部分に手を触れると、火傷をする恐れがあります。
ミトン、鍋つかみ等を使用してください。



禁止 **食器洗浄機は使用しないでください。**
熱風によって鍋の部品を傷める原因となります。また、洗剤の種類によっては部品を傷めるものがあり、劣化を早める原因となります。



禁止 **鍋の中に食物を保存しないでください。**
汚れ・サビや、鍋が傷む原因となります。使用後は調理物を速やかに別の容器に移し、すぐに鍋を洗浄してください。



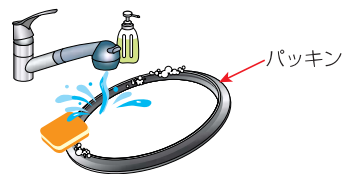
※1 突沸について

加熱した液体が沸点(水:100℃)を超えても沸騰しない状態(過加熱状態)で、振動などの衝撃で突然、激しく沸騰する現象を言います。 <独立行政法人 製品評価技術基盤機構のHPより抜粋>

IHクッキングヒーターやガスコンロで食品を再加熱するときは火力を弱めにし、ゆっくりよくかき混ぜながら温めてください。強火での急加熱は突沸の原因となります。激しい突沸が起こると内容物が噴出して周囲に飛散し、その勢いで鍋が大きく動くことがあり大変危険です。

ご使用前に毎回チェック ステップ1

1 パッキンをチェック



強制 表面にヌメリがないか確認してください。
毎回、お湯と食器用中性洗剤で洗い、十分に
すすぎ水分を拭き取ってからご使用ください。

強制 パッキンの弾力が無いものや、傷、ヒビ割れが
ある場合は使用を止め、新しいものに交換してく
ださい。圧力鍋のパッキンは、消耗品です。
安全にご使用頂くため、1年に1回は新しいものに
交換してください。

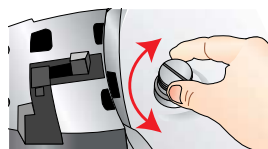
2 ノズル・ノズルフィルターのチェック

強制 掃除ピンをノズル、ノズルフィルターの穴に差し込み、詰りが
ないか確認してください。ノズルナットが緩んでいないか、
確認してください。緩んでいる場合はスパナ(10mm)等
で追い締めしてください。ノズルフィルターを取り付けて
ください。

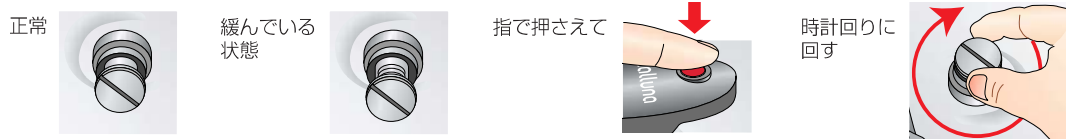


3 フロート式安全装置をチェック

強制 フロート式安全装置は、フタの内側から指で摘んで左右に動か
し、スムーズに回ることを確認してください。
引っ掛かりがある場合は、異物が詰まっている可能性
があるので、P14【調理後のお手入れ】に従って洗
浄してください。

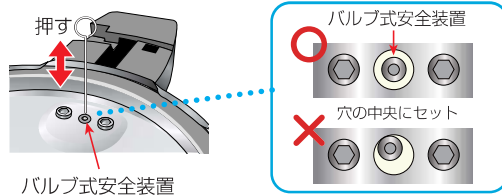


フロート式安全装置に緩みがないか確認してください。緩んで
いる場合は、フタ表側の赤い部分を指でしっかりと押さ
え、フタ裏側の部品を指で摘んで追い締めしてください。



4 バルブ式安全装置をチェック

強制 バルブ式安全装置をフタの裏側から掃除ピン等で押し、
スムーズに上下に動かすか確認してください。
点検後は、バルブ式安全装置を穴の中央にセットして
ください。偏っていると蒸気が漏れることがあります。

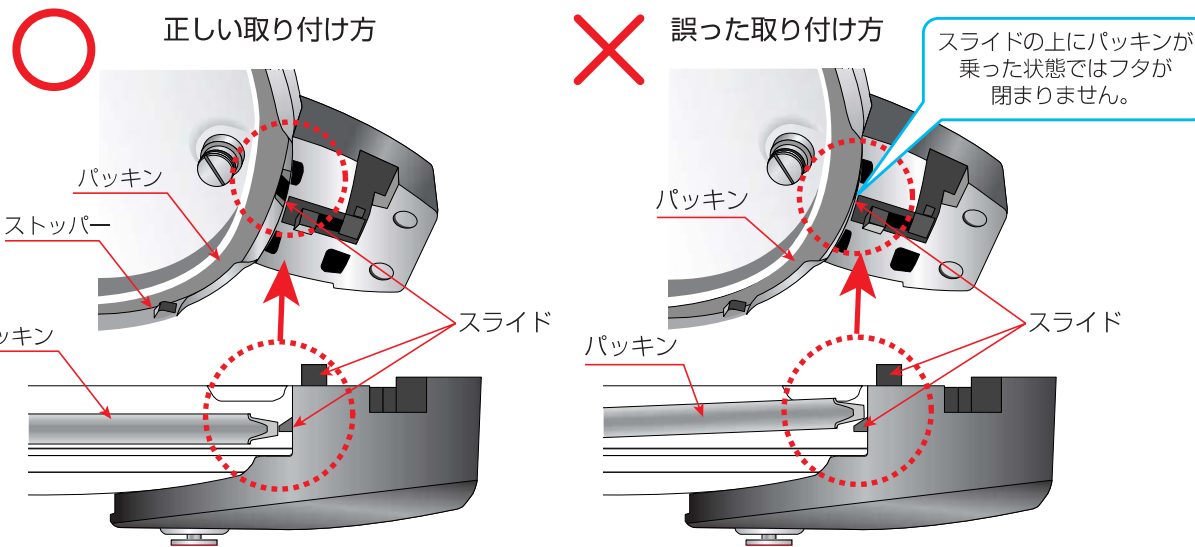


警告 ヌメリが残ったパッキンや劣化したパッキンを使用し続けると、
パッキンが滑り出て、蒸気や内容物が噴き出し火傷をする
恐れがあります。傷、ヒビ割れがあるパッキンを使用し続
けると、パッキンが切れて、蒸気や内容物が噴き出し火
傷をする恐れがあります。
ノズル・ノズルフィルター・フロート式安全装置・バルブ
式安全装置が目詰まりしていると圧力調整装置が正常に
作動せず、爆発する恐れがあり、大変危険です。各部
品に、変形・破損・分解・割れ等の異常が発生した場
合は、直ちに使用を止め、P28の【お客様相談室】まで
お問い合わせください。

フタを閉める ステップ2

1 パッキンを取り付ける

パッキンは図のように取り付けてください。
誤った取り付け方をするとフタの開閉ができなくな
ったり、パッキンが破損することがあります。



警告 必ず付属のパッキンを使用してください。
他商品のものを使用すると正常に働かず、
商品の破損や思わぬ事故が発生する恐れが
あり、大変危険です。

パッキンはストッパーの
下側にはめてください。

2 フタをセットする

フタの三角マークと本体取っ手の三角マークを合
わせて、本体の上にフタをまっすぐ下に置いてくだ
さい。



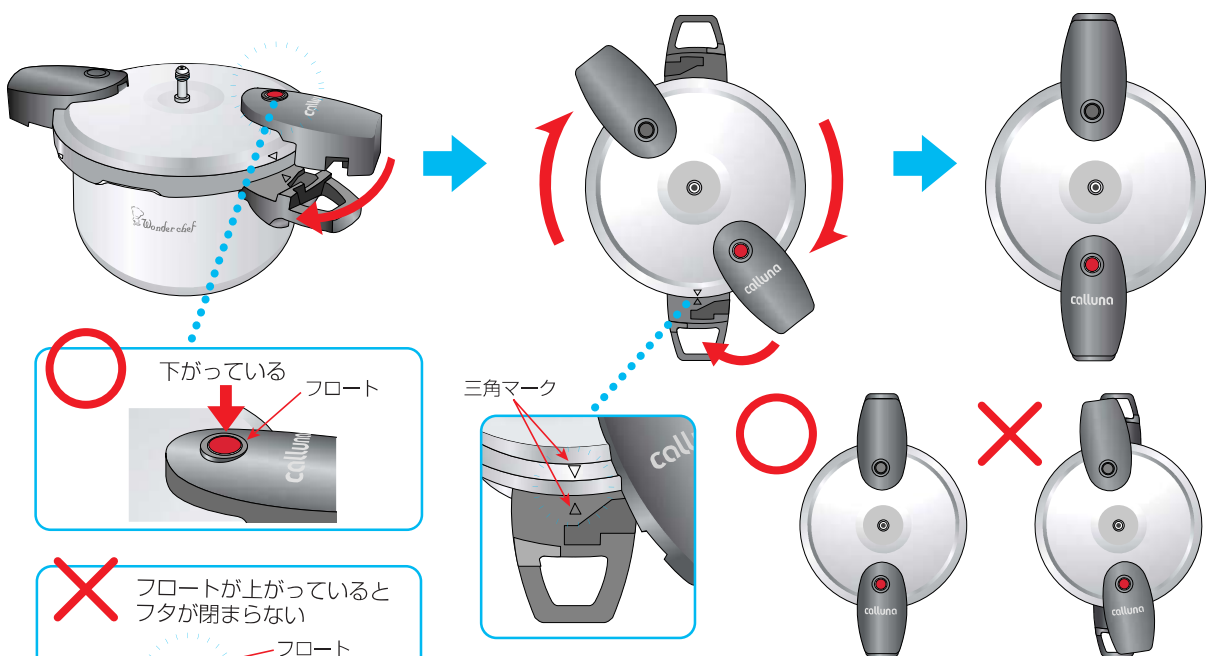
注意 フタを傾けた状態で閉めると、パッキンが切れたり、
フタが開かなくなることがあります。
フタが閉まりにくい場合は、無理にフタを閉めよう
とせず、一旦フタを本体から外し最初からやり直
してください。

フタを閉める

ステップ 2

3 フタを回す

本体取っ手とフタ取っ手が揃う位置までフタを時計回りに回転させ、フタを閉めてください。
フロート式安全装置が上がったままではフタが閉まりません。
スライドを引き、フロート式安全装置を下げてからフタを閉めてください。



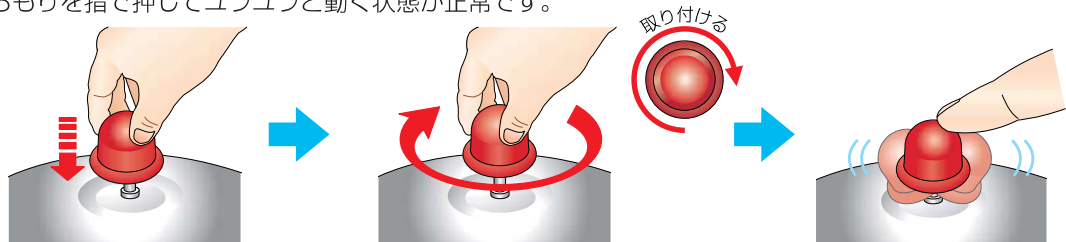
フタを閉める際は、フタ取っ手と本体取っ手が揃う位置まで、しっかりと閉めてください。
フタが完全に閉まっていない状態で、火にかけると、スライドが熱で変形します。
また安全装置が正常に作動せず、事故が発生する恐れがあり、大変危険です。



強制

4 おもりを取り付ける

おもりをノズルの上にかぶせ、ストンと落ちるまで時計回りに回してねじ込みます。
おもりを指で押してユラユラと動く状態が正常です。



おもりのネジが斜めにかかるとうせなくなります。おもりは水平に取り付けてください。

調理後、フタを開く

ステップ 3

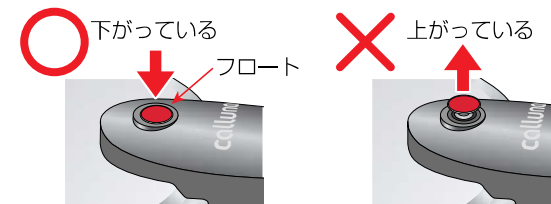
1 圧力が下がったことを確認

フロート式安全装置が下がっていることを確認してください。



警告

フロート式安全装置が上がっている状態で、無理にフタを開けないでください。
フタが飛んだり、高温の内容物が噴出して、火傷を負う恐れがあり、大変危険です。



2 残った蒸気を抜く



強制

おもりを手前に傾けて、残った蒸気を完全に排出してください。
おもりを傾けた時に、プシューと勢いよく蒸気が出続ける場合は、鍋の中に圧力が残っています。おもりを元に戻し、しばらく放置してからもう一度おもりを傾けてください。



注意

おもりのすき間から、勢いよく蒸気が出る場合がありますので、火傷をしないよう注意してください。



3 おもりを外す



強制

おもりを上へ引き上げながら、反時計回りに大きく回して、外してください。



4 フタを反時計回りに回転



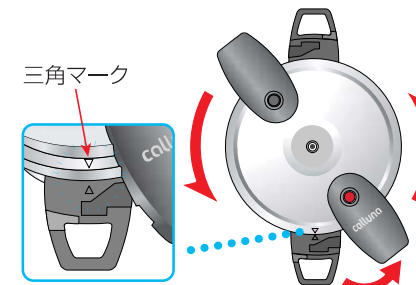
強制

取っ手をわずかにずらした後一旦止め、フタの隙間から蒸気が漏れていないことを確認した上で、本体取っ手とフタ取っ手の三角マークが合う位置までフタをゆっくりと回転させてください。



警告

フタの回転が普段より重く感じられる場合は、無理に開けないでください。鍋の中に圧力が残っている可能性があり、大変危険です。
もう一度おもりを取り付け、P15の【急冷】の手順に従って水で冷やして圧力を下げた後、このページの手順に従ってもう一度フタを開けてください。



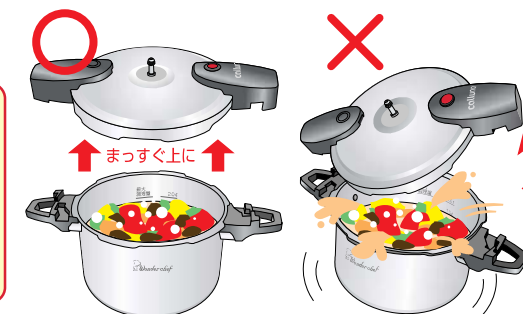
5 フタを持ち上げる

フタをまっすぐ上に持ち上げ、開けてください。



注意

フタを開ける際に蒸気が立ち上がります。火傷をしないように注意してください。
フタを開ける際は、鍋が揺れないようにしてください。突沸が発生し、火傷や怪我をする恐れがあります。(P7の【突沸】参照)
フタを斜めに持ち上げると、フタの端が本体に引っかかり、鍋が傾いて火傷をする恐れがあります。



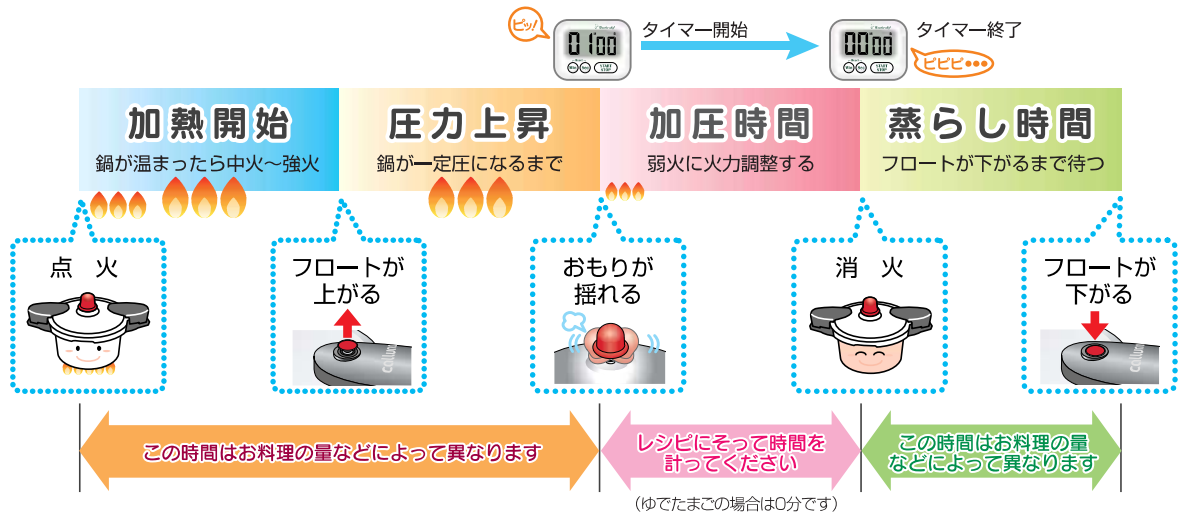
調理の流れ

ステップ4

★初めての調理の前には、水だけを底から3cm程入れて加熱し、圧力鍋の動作を確認することをお勧めします。

圧力鍋の調理の流れは、下記の説明図のように大きく4つに分けることができます。ここでは、「ゆでたまご」を作る場合を例にとって、基本的な調理の流れを説明します。実際の調理は付属のレシピ等に沿って行ってください。

基本的な調理の流れ

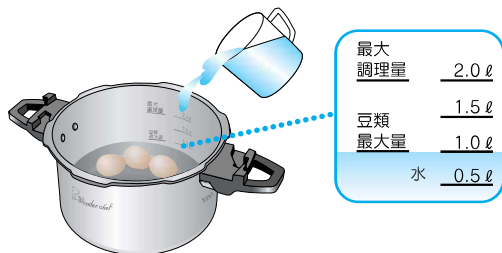


1 準備

P8の【ご使用前に毎回チェック】をご確認頂いた上で、圧力鍋と材料を用意してください。

2 具材と水を入れる

鍋の中に卵(具材)と水を入れます。「ゆでたまご」の場合は、鍋内側の「豆類最大量」の線まで水を注いでください。

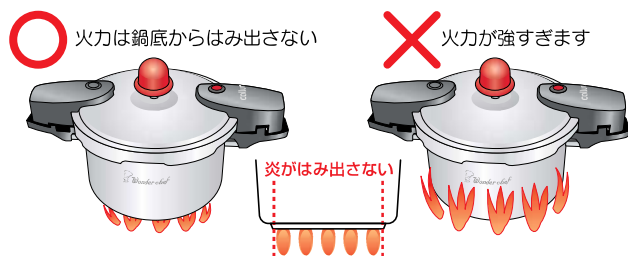


3 フタを閉める

P9の【フタを閉める】の手順に従ってフタを閉めてください。

4 火にかける

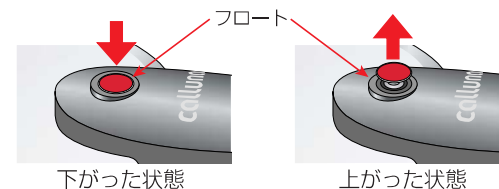
圧力鍋をコンロの中央にのせ、鍋底からはみ出さない程度の中火～強火で加熱してください。IHクッキングヒーターをご使用の場合は、弱火(300W～500W程度)で1分程予熱した後、鍋が温まったら強火(1000W～1500W程度)にしてください。



注意 火力が強すぎると、取っ手の焼け焦げや鍋底の変形の原因となります。

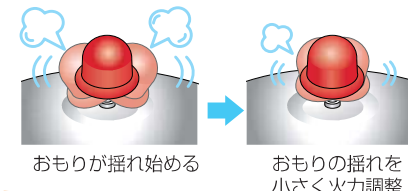
5 圧力が上がり始める

点火後*2分～10分程で、フロート式安全装置が上がります。(この時点では、まだ鍋の内部は調理圧に達していません。)



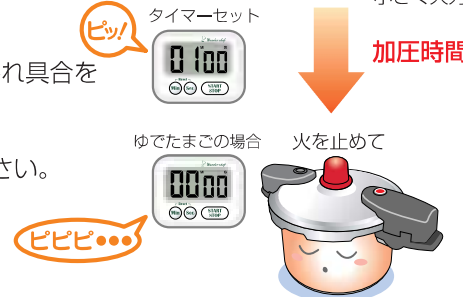
6 圧力調理開始

フロート式安全装置が上がってから*5分～10分程度で、おもりが揺れ始めます。これが調理の圧力に達したしるしです。おもりが揺れ始めたら、おもりができるだけ小さく揺れるように火力を調整してください。(この商品のおもりは回りません)ここからタイマーをセットし、レシピの指定時間まで加熱を続けます。(この時間を「加圧時間」と呼びます)



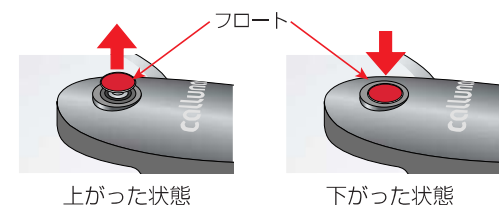
「ゆでたまご」の場合は加圧時間は0分ですので、おもりの揺れ具合を確認したら火を止めてください。具材の増減があっても、加圧時間は同じです。但し、具材の大きさを変えた時は、加圧時間を調整してください。

- ★具材大きめ → 加圧時間を長くする
- ★具材小さめ → 加圧時間を短くする



7 蒸らし時間

火を止めてから*5分～30分程で、フロート式安全装置が下がります。(この時間を「蒸らし時間」と呼びます)フロート式安全装置が下がったことを確認したら、P11の【調理後、フタを開く】の手順に従ってフタを開けてください。レシピで指示された時間よりも、短い時間でフロート式安全装置が下がった場合は、指示時間までフタを開けないでください。時間が来てもフロート式安全装置が下がらない時は、フロート式安全装置が下がるまで蒸らししてください。



※説明文中の「フロート式安全装置が上がる時間」、「おもりが揺れ始めるまでの時間」、「フロート式安全装置が下がるまでの時間」は、あくまで目安です。実際の時間は、調理内容、気温、水温、ご使用の熱源、調理物の量によって異なります。◎本商品の作動圧は80キロパスカルです。商品に付属のレシピ以外をご使用になる場合は、加圧時間を調整してください。◎豆類、お粥等、泡立ちやすい料理は多少煮汁がこぼれる場合があります。

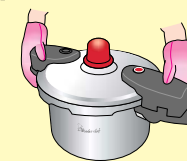


調理の流れに当てはまらない動きをした場合は、すぐに火を止め、そのまま冷めるまで鍋を放置してください。鍋が冷めたら、P11の【調理後、フタを開く】の手順に従ってフタを開けてください。故障かなと思ったら、P22～P27の【トラブルと対策】をお読み頂き、適切な対処を行ってください。更にご不明な点がございましたら、P28の【お客様相談室】までお問い合わせください。



警告

鍋を移動する際は、ミトン、鍋つかみ等を使用し、必ず本体取っ手と本体を両手でしっかりと持って移動してください。本体取っ手以外の場所を持つと、鍋を落として爆発し、怪我をする恐れがあり、大変危険です。また、おもりから急に蒸気が出て、火傷を負う恐れがあります。



調理後のお手入れ

ステップ5

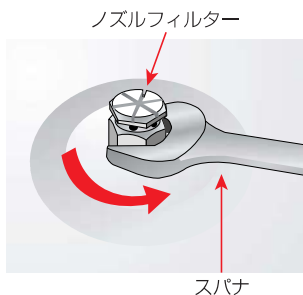
1 保存は別容器に

調理後は鍋の中に料理を保存せず、速やかに皿などに移し替えてください。鍋が錆びたり、変色したりすることがあります。



2 いつも清潔に

鍋とフタ、おもり、パッキン、ノズルフィルターを外し、各部品をお湯と食器用中性洗剤で洗った後、よくすすいで、水分を拭き取りよく乾燥させてください。ノズルフィルターは手で回して外すことができますが、外れにくい場合はスパナ（17～18mm）等で、反時計回りに回して取り外してください。



注意

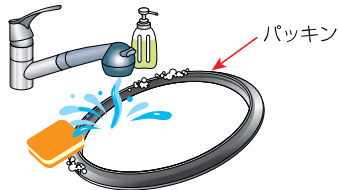
樹脂製やゴム製の部品を洗浄する際は、金属たわしや研磨剤入りのスポンジ等を使用しないでください。部品の劣化を早めます。

3 パッキンの洗浄



強制

調理カスや表面のヌメリがなくなるまで、**毎回、使用後にお湯と食器用中性洗剤で洗浄してください。**洗浄、乾燥の際、包丁等で傷を付けないよう注意してください。

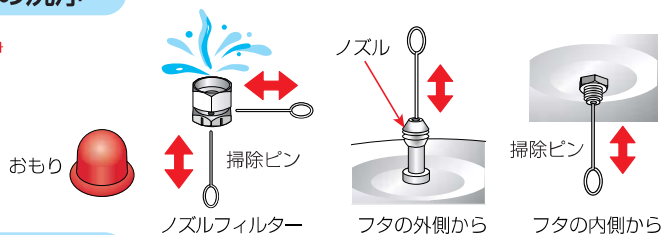


4 ノズル・ノズルフィルター・おもりの洗浄



強制

毎回、使用後にお湯と食器用中性洗剤で洗浄してください。調理カス等が詰まっていたら、付属の掃除ピンで取り除いてください。

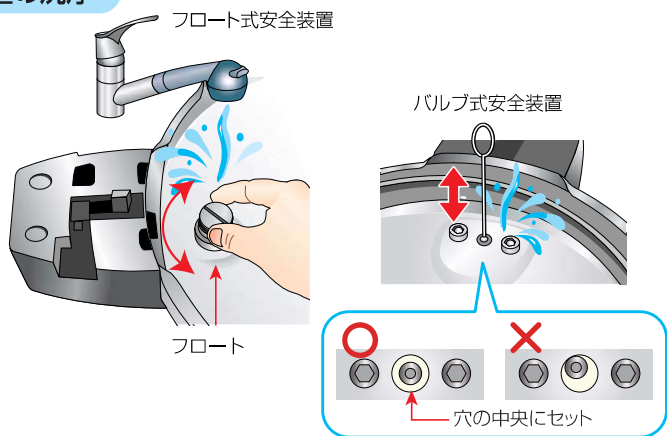


5 フロート式安全装置・バルブ式安全装置の洗浄



強制

毎回、使用後にお湯と食器用中性洗剤で洗浄してください。フロート式安全装置は、指で摘んで左右に回しながら、バルブ式安全装置は、掃除ピン等で押しながらか、お湯を流してすすぎ、内部に溜まった汚れを洗い流してください。バルブ式安全装置は洗浄後に穴の中央にセットしてください。偏っていると蒸気が漏れることがあります。



禁止

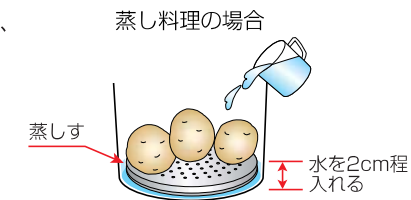
食器洗浄機は使用しないでください。熱風によって鍋の部品を傷める原因となります。また、洗剤の種類によっては部品を傷めるものがあり、商品の劣化を早める原因となります。

ちょっと便利な使い方

★圧力鍋を使い慣れてきたら・・・★

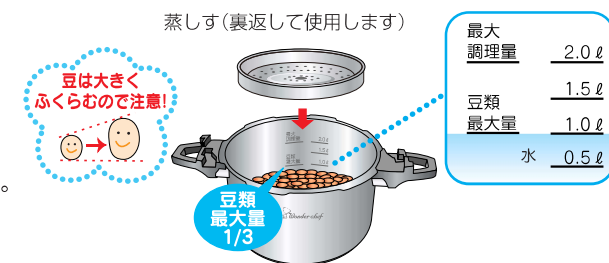
蒸し料理

蒸し料理をする場合、鍋底から2cm以上(0.6リットル程度)水を張り、鍋の中に蒸しすを置き、その上に具材を置いてください。そのとき、食材が鍋の縁より高くないよう注意してください。
※蒸しすは別売りです。P28の別売品価格表をご覧ください。



落としフタを使った料理

別売りの蒸しすは、落としフタにもなります。豆類・麺類等の調理中に膨張する食材や、お粥のように泡立ちやすい料理、大豆やブルーベリーのような皮の剥がれやすい食材は、水と食材を合わせて、鍋の容量の1/3未満の量(豆類最大量)で落としフタを使用してください。豆の皮が詰まるのを防止します。圧力がかかったら、噴き出さない程度に火を弱めてください。



警告

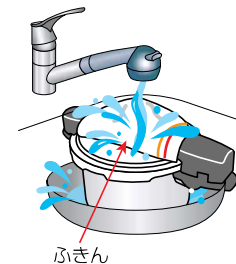
紙やアルミホイル等の薄手の素材で落としフタをして加圧をしないでください。落としフタをする場合は、別売りの蒸しすか、市販の金属製の落としフタで厚手のものをご使用ください。紙やアルミホイル等の薄手の素材で落としフタをすると、フタの内側に貼りついて、安全装置が正常に作動せず、鍋が爆発し怪我をする恐れがあり、大変危険です。

やむを得ず、急いでフタを開ける場合



急冷

鍋を慎重にシンク(流し)に置き、フタの片側に水をかけてください。その際、おもり、フロート式安全装置に水がかからないようにしてください。フロート式安全装置が下がったことを確認した後、**おもりを外し、フタを開く】**の手順に従って、フタを開けてください。



注意

鍋を移動する時は、ミトン・鍋つかみ等を使用してください。



急減圧

急減圧をすると煮崩れしやすくなります。おもりを少し持ち上げ、おもりの頭部を手前に傾けて、フロート式安全装置が下がるまで蒸気を抜いてください。フロート式安全装置が下がったことを確認した後、**おもりを外し、P11の【調理後、フタを開く】**の手順に従って、フタを開けてください。



注意

おもりを傾けた時、勢いよく蒸気が出ますので、火傷をしないよう注意してください。



警告

減圧後も、鍋の中には圧力が残っていることがあります。フロート式安全装置が下がった後でも、鍋を揺らしたり、動かしたりすると再沸騰し圧力がかかり、フロート式安全装置が上がる場合があります。その時はフタを開けず、フロートが下がるまで放置してください。フタを開ける際は、おもりを手前に傾けて蒸気を排出した後、必ずおもりを外し、フロートが下がっていることを確認してください。鍋の中に少しでも圧力が残っている状態でフタを開けると、内容物が吹き出て火傷をしたり、フタが飛んで怪我をする恐れがあり、大変危険です。

加圧時間早見表

よく使われる材料を調理するのに必要な分量、加圧時間、蒸らし時間を表にしました。

- Wonder chef トロー 3.0 l (80キロパスカル=普通圧)を使い、分量には調味料を含みます。
- 熱源の種類や火力の強さ、材料の大きさ、取り合わせによって加圧時間が多少変わりますので、この表はひとつの目安としてお使いください。
- 加圧時間：おもりが動き始めてから火を消すまでの時間です。詳しくは、P12の【調理の流れ】をご確認ください。
- calluna カルーブ の作動圧は、80キロパスカル(普通圧)です。調理の際、加圧時間にご注意ください。
- 【急冷】する際は、P15を参照してください。
- 「蒸しす」は別売りです。P28の別売品価格表をご覧ください。

調理単位
 カップ…1カップ200ml
 大さじ…15ml
 小さじ…5ml
 1合…180ml

| | 材 料 | 調理法 | 分 量 | 大きさ・形 | 水分量 | 加圧時間 (普通圧) | 備 考 |
|-------|-----------------------------|---------------------------------|----------------|--------------------------------|----------------------|---------------|--|
| 肉 | 豚 も も 肉 | 茹でる | 600g | 300gのかたまり 2つ | 材料の ひたひたの量 | 15分 | フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |
| | 豚 バ ラ 肉 | 茹でる | 600g | 4cm角 | 材料の ひたひたの量 | 25分 | フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |
| | 豚 ロ ース 肉 | 蒸 す | 250g | しょうが焼用 スライス | 鍋底から2cm | 6分 | 蒸しすをおいた上に材料をおく。 フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |
| | 鶏 も も 肉 | 茹でる | 700g | 大きめのひと口大 | 材料の ひたひたの量 | 1分 | フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |
| | 鶏 む ね 肉 | 蒸 す | 300g | かたまり | 鍋底から2cm | 3分 | 蒸しすを置いた上に材料を置く。 フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |
| | 骨 つ き 鶏 も も 肉 | 茹でる | 4本 | | 材料の ひたひたの量 | 5分30秒 | フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |
| | 牛 タ ン 肉 | 茹でる | 500g | 10cmくらいの径で 1.5cm幅の輪切り | 材料の ひたひたの量 | 30分 | フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |
| | 鶏 レ バ ー | 茹でる | 400g | 食べやすい大きさ | 材料の ひたひたの量 | 2分 | 5分蒸らしたら、急冷して蒸気 を抜く |
| | ひき肉(牛・豚 ・鶏・ミックス を問わず) | 煮る(ミー トソース・ ロールキャ ベツ等) | 300g | ひき肉 | 材料の ひたひたの量 | 5分 | フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |
| | 魚 | さ ば | 茹でる | 1尾 | 頭、腹、尾を取っ て3等分の筒切り | 材料の ひたひたの量 | 4分 |
| か き | | 蒸 す | 150g (6~7粒) | | 鍋底から2cm | 1分30秒 | 蒸しすをおいた上に材料をおく。 フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |
| た こ | | 茹でる | 500g | 大きめの乱切り | 材料の ひたひたの量 | 3分 | フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |
| え び | | 蒸 す | 有頭えび 10尾 | 1尾15cmくらいの ものを使用。 背わたを取る | 鍋底から2cm | 1分30秒 | 蒸しすをおいた上に材料をおく。 5分蒸らしたら蒸気を抜く |
| あ さ り | | 茹でる | 300g | 塩抜きしておく | 材料の ひたひたの量 | 1分30秒 | 3分蒸らしたら、急冷をして蒸気 を抜く |

加圧時間早見表

| | 材 料 | 調理法 | 分 量 | 大きさ・形 | 水分量 | 加圧時間 (普通圧) | 備 考 |
|-------|---------|-------|----------------|----------------|---------------|-----------------------------|---|
| 豆 | 大 豆 | 茹でる | 200g | | 材料の ひたひたの量 | 3分 | 加熱前：熱湯を入れ、落としフタ をし、圧力鍋のフタをして2時間 漬けおきる。 加熱後：フロート式安全装置が 下がるまで自然放置で蒸らす |
| | あ ず き | 茹でる | 170g (1カップ) | | 材料の ひたひたの量 | 下茹で15分 + 仕上げ9分 | フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |
| | 白 花 豆 | 茹でる | 200g | | 材料の ひたひたの量 | 下茹で12分 + 仕上げ 1分30秒 | フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |
| 野菜 | か ぼ ち ゃ | 茹でる | 400g | 4cm角 | 材料の ひたひたの量 | 1分30秒 | フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |
| | 白 菜 | 茹でる | 600g | 3cm角 | 材料の ひたひたの量 | 1分30秒 | フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |
| | キ ャ ベ ツ | 茹でる | 500g | 短冊切り | 材料の ひたひたの量 | 1分30秒 | フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |
| | に ん じ ん | 蒸 す | 2本 | 縦半分にする | 鍋底から2cm | 6分 | 蒸しすをおいた上に材料をおく。 フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |
| | ご ぼ う | 茹でる | 2本 | 4cm長 | 材料の ひたひたの量 | 1分30秒 | フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |
| | 大 根 | 茹でる | 1/2本 | 3cm幅の輪切り 6枚 | 材料の ひたひたの量 | 15分 | フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |
| | れ ん こん | 茹でる | 200g (1節) | 大きめの乱切り | 材料の ひたひたの量 | 1分30秒 | フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |
| | とうもろこし | 蒸 す | 1本 | 半分~1/3に切る | 鍋底から2cm | 5分 | フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |
| | く り | 茹でる | 500g | 殻付き | 材料の ひたひたの量 | 5分 | フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |
| | いも | さつまいも | 蒸 す | 2本 | 斜め半分に切る | 鍋底から2cm | 8~10分 |
| 里 芋 | | 茹でる | 320g | 一口大 | 材料の ひたひたの量 | 3分 | 1分蒸らしたら、急冷をして蒸気 を抜く |
| じゃがいも | | 茹でる | 4個 | 半分に切る | 材料の ひたひたの量 | 3分 | フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |
| 海藻 | ひ じ き | 茹でる | 乾燥の状 態で50g | 水に漬けて戻す | 材料の ひたひたの量 | 1分30秒 | フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |
| 卵 | プ リ ン | 蒸 す | → | 70ml容器 4個 | 鍋底から2cm | 30秒 | フロート式安全装置が下がるまで 自然放置で蒸らす |

Menu

P19 豚の角煮



P19 肉じゃが



P19 いわしの梅干煮



P20 五目豆



P20 黒豆



P20 赤飯



P21 白米



P21 玄米



レシピの使い方

- 「Cooking Time」は、フタをして強火にかけ、数分～十数分後にフロート式安全装置が浮き上がった後、おもりが十分にふれ、弱火にしてからの時間を示しています。



- 計量単位
1カップ=200ml 1合=180ml
大さじ1=15ml 小さじ1=5ml

- 「蒸しす」とは、調理する時に使用する穴の開いた板のことです。（「蒸しす」は別売りです。P28の別売品価格表をご覧ください。）

- このマークが付いているレシピは、各々の方にオススメのレシピです。



- 各レシピに予防が期待される症状を緑色の字で表記しています。
※この料理を食することで、症状が改善したり、発症を防ぐ訳ではありません。

- 分量が変わっても、加圧時間はほぼ同じです。食材が硬い場合は、加圧時間を少し長めに、柔らかい場合は少し短めになど、お好みに合わせて調整してください。
- 材料の品種、旬か否か、吸水時間、火力などによって出来上がりに多少の違いがあります。
- レシピはすべて、以下の条件を基準にしています。
使用熱源：ハーマン製・ガスビルトインコンロ
ガス消費量：標準バーナー2.79kw(2400kcal/h)

Profile



浜田陽子
(はまだようこ)

- 「スタジオコーディー」主宰 料理研究家・栄養士
- 生活習慣病予防、食育、妊産婦栄養、ダイエット等、「ヘルシー」をテーマにしたレシピ開発を手がける。
 - TV・ラジオ出演、雑誌・新聞へのレシピ・コラム提供などメディアでの活動。
 - 企業・病院における食のプロデュースも請け負う。
 - 「スタジオコーディー キッズクッキング」を主宰。2児の母。
 - http://www.coody-t.com/

豚の角煮



■材料 (2人分)

- 豚バラ肉(かたまり)……………300g (4cm角)
- 長ねぎ……………1/2本 (4cm長)
- しょうが薄切り……………2枚
- A (水200ml、焼酎または酒50ml、砂糖25g、みりん25ml、しょうゆ35ml)
- ゆで玉子……………2個 (殻をむく)

■作り方

- 鍋に豚バラ肉、長ねぎ、しょうが、Aを入れてフタをする。
- 鍋底からはみ出さない程度の強火にかけ、おもりがふれたら弱火で25分煮る。
- 火を止めてフロート式安全装置がおりたらフタを開け、ゆで玉子を入れて再度フタをして、鍋底からはみ出さない程度の強火にかける。
- おもりがふれたら弱火で2分煮て火を止める。
- フロート式安全装置がおりたらフタを開け、時々混ぜながら強火で煮汁が半分くらいになるまで煮つめる。

Point

- ゆで玉子を入れる前に、水200mlを加え、25分加圧と、火からおろして30分くらい休ませるのを2~3回繰り返すと、溶けるような食感になります。
- 調理前に、肉を2~3回茹でこぼす(茹でて、茹で汁を捨てる)と、脂分がカットできます。肉の脂が苦手、コレステロールが気になる人におすすめです。

いわしの梅干煮



■材料 (2人分)

- 真いわし……………20cmくらいのもの3尾 (うろこ、頭、腹を取って半分に)
- 梅干……………2~3個(50g) (種を取り除く)
- A (だし汁150ml、砂糖大さじ1と1/2、みりん・しょうゆ・酒各大さじ1)

■作り方

- 鍋の底に、4箇所穴を開けたアルミ箔を敷く。
- アルミ箔の上にならびにいわしと梅干、Aを入れてフタをして鍋底からはみ出さない程度の強火で煮る。
- おもりがふれたら弱火で15分煮て火を止める。
- フロート式安全装置がおりたらフタを開け、再度鍋底からはみ出さない程度の強火にかけて、煮汁が半分になるまで煮つめる。



肉じゃが



■材料 (2人分)

- サラダ油……………大さじ2
- 牛薄切り肉……………150g (一口大)
- じゃがいも……………250g (2.5個) (1個を半分)
- にんじん……………70g (2cm角)
- 糸こんにゃく……………100g (食べやすい長さに切り、下茹で)
- たまねぎ……………100g (1/2個) (4等分くし型)
- A (だし汁130ml、砂糖・しょうゆ各大さじ2、みりん大さじ1と1/2)
- さやえんどう……………6枚 (筋を取り、塩茹で)

■作り方

- 鍋にサラダ油を熱し、肉を炒め、油が回ったら、さやえんどう以外の具材を炒める。
- じゃがいもの表面の色が変わったらAを入れてフタをし、鍋底からはみ出さない程度の強火で煮る。
- おもりがふれたら弱火で3分煮て火を止める。
- フロート式安全装置がおりたらフタを開け、好みの味になるまで強火で煮つめて、さやえんどうを散らす。

Point

- じゃがいもは1切れが4cm角(50g)くらいになるように調整してください。

浜田陽子の健康一口メモ

※牛肉を適量にし、野菜類を多く使ったヘルシーな肉じゃがです。高圧によって具材の旨みがしっかり出るので、調味料の量も抑えられます。一品で、イモ類、淡色野菜、緑黄色野菜、肉類が摂れるバランスの良いおかずです。

◎予防が期待される症例…高脂血症

■作り方

- 鍋の底に、4箇所穴を開けたアルミ箔を敷く。
- アルミ箔の上にならびにいわしと梅干、Aを入れてフタをして鍋底からはみ出さない程度の強火で煮る。
- おもりがふれたら弱火で15分煮て火を止める。
- フロート式安全装置がおりたらフタを開け、再度鍋底からはみ出さない程度の強火にかけて、煮汁が半分になるまで煮つめる。

浜田陽子の健康一口メモ

※いわしは、不飽和脂肪酸のDHA(ドコサヘキサエン酸)とEPA(エイコサペンタエン酸)を非常に多く含みます。DHAは脳の活性化を促進し、EPAは動脈硬化や脳卒中を予防する効果を期待できます。レシピ本に記載の1人分を食べると、1日に必要な量の不飽和脂肪酸が摂取できます。また、梅干で煮ると魚の身を軟らかくし生臭さを軽減するだけでなく、体内の酸化を防ぎます。

◎予防が期待される症例…高脂血症・動脈硬化・骨粗鬆症



五目豆

Cooking time

弱火 4分 中火 7分

子ども向け お年寄り向け 生活習慣病予防

- 材料 (3~6人分)
- 大豆(乾燥).....50g
 - 水.....250ml
 - にんじん.....50g (1cm角)
 - こんにゃく.....50g (1cm角) 2分下茹でして臭み抜きしておく
 - ごぼう.....40g (1cm角)
 - れんこん.....40g (1cm角)
 - だし汁.....150ml
 - A (薄口しょう油・砂糖・みりん各大さじ1)

- 作り方
- 鍋に、大豆(乾燥)と水を入れてフタをせず、鍋底からはみ出さない程度の強火にかけ、沸騰したら火を止め、フタをして40分おいておく。
 - フタを開けたらざるに上げて水を捨て、再度大豆を鍋に戻して、ほかの具材とだし汁を入れる。
 - 上から蒸しすを落として、再度フタをして鍋底からはみ出さない程度の強火にかけ、おもりがふれたら弱火で4分煮て火を止める。
 - フロート式安全装置がおりたらフタを開け、Aを入れて、中火で7分煮る。
 - 火を止めてそのまま冷ます。(蒸しすは別売り商品です。)

浜田陽子の健康一口メモ

※食物繊維には2種類あり、どちらもバランス良く摂ることが、血液サラサラ効果に繋がります。大豆やこんにゃくには水溶性食物繊維、根菜類には不溶性食物繊維、と、摂りたい2種類の繊維を1品で摂れるおかずです。また、一度作ると2~3日保存できる常備菜です。忙しくて欠食してしまうことがある方には、手軽な栄養の摂取源おかずとして利用して頂きたいです。

◎予防が期待される症例...糖尿病・肥満・動脈硬化・高血圧



黒豆

Cooking time

弱火 3分 弱火 3分 蒸らし 2時間

子ども向け お年寄り向け 生活習慣病予防

- 材料 (2人分)
- 黒豆(乾燥).....100g
 - 水.....350ml
 - A (砂糖100g、しょうゆ大さじ1/2、塩少々)
 - 錆びた釘.....2~3本(ガーゼまたは厚手のペーパータオルに包んで輪ゴムでしばる)

- 作り方
- 鍋に黒豆、錆び釘、水を入れ、上から蒸しすを落として鍋底からはみ出さない程度の強火にかける。
 - 沸騰したら火を止め、フタをして1時間おく。
 - そのまま鍋底からはみ出さない程度の強火にかけ、おもりがふれたら弱火で3分煮立てて火を止める。
 - フロート式安全装置がおりたらフタを開け、蒸しすを取り出してAを入れる。
 - 再度蒸しすを落とすとしてフタをし、強火にかける。
 - おもりがふれたら弱火で3分煮て、火を止める。
 - フロート式安全装置がおりたら、2時間ほど蒸らししてからフタを開ける。(蒸しすは別売り商品です。)

Point

- 黒豆は空気にふれた部分にシワがよります。煮上がるまでは煮汁から出ないように気をつけてください。保存容器などに移すときには、黒豆がかぶる量の煮汁ごと移して保存してください。

浜田陽子の健康一口メモ

※黒豆には、サポニン、イソフラボンなどの抗酸化物質が豊富に含まれています。サポニンは、体脂肪の蓄積を抑え、血栓の生成を防ぎ、動脈硬化を予防します。イソフラボンは骨粗鬆症予防のほか、更年期以降の女性ホルモンを安定させる働きがあるとされます。色素成分のアントシアニンにも、強い抗酸化作用があり動脈硬化やがん予防の効果があるとされています。

◎予防が期待される症例...動脈硬化・貧血・高血圧



赤飯

Cooking time

弱火 2分 弱火 4分

子ども向け 生活習慣病予防

- 材料 (2~3人分)
- もち米.....1.5合(270ml)
 - ささげ.....大さじ2
 - 水.....240~260ml
 - 塩.....小さじ1/3 (水に混ぜる)

Point

- ささげは小豆でも代用出来ます。
- 水の量は、お好みの固さで加減してください。
- 作り方③のシンクで圧力鍋に水をかける際、おもり、フロート式安全装置に水がかからないように注意しましょう。鍋の中に水が入ってしまいます。



白米

Cooking time

弱火 4分 蒸らし 12分

- 材料 (3~4人分)
- 米.....2合(360ml)
 - 水.....330ml
- ※米の容量の0.9倍<水加減表参照>

- 作り方
- 米は濁りが出なくなるまでよく洗い、ざるに上げてよく水分を切る。
 - 鍋に米と水を入れてフタをする。
 - 鍋底からはみ出さない程度の強火にかけ、おもりがふれたら弱火で4分炊いて火を止める。
 - そのまま12分蒸らし、フロート式安全装置がおりているのを確認してからフタを開ける。

Point

- 米は、よく洗うと粘りが少ない炊き上がりになります。
- 柔らかめの炊き上がりになりたい時は、作り方②で15分おき、吸水させてから火にかけてください。
- 吸水時間を取ると、少し粘りが出ます。柔らかめで粘りのない炊き上がりになりたい時は、氷を5~6個入れて計量した水を使ってください。
- 3合以上炊く場合、蒸らし時間が12分以上になることがあります。その場合は、フロート式安全装置がおりたらフタを開けてください。
- 6ℓの鍋で2~6合の白米を、4.5ℓの鍋で2~5合の白米を、3ℓで2~4合の白米を炊くことが出来ます。
- 米、水の種類によって、炊き上がり具合が異なります。

<水加減表>

| 米量 | 白米 | 玄米 | 加工玄米 | 玄米ごはん |
|-------------|-------|--------|-------------|--------|
| | 水量 | 水量 | 水量 | 水量 |
| 2合 (360ml) | 330ml | 470ml | 360~400ml | 360ml |
| 3合 (540ml) | 490ml | 700ml | 540~600ml | 540ml |
| 4合 (720ml) | 650ml | 940ml | 720~790ml | 720ml |
| 5合 (900ml) | 810ml | 1170ml | 900~910ml | 900ml |
| 6合 (1080ml) | - | - | 1080~1180ml | 1080ml |

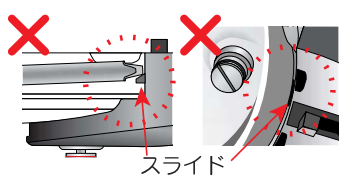
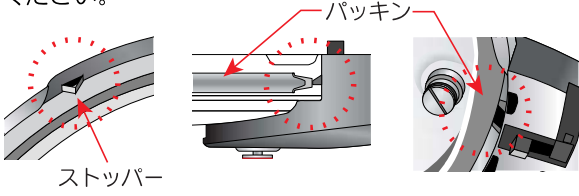
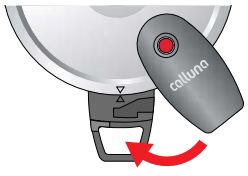
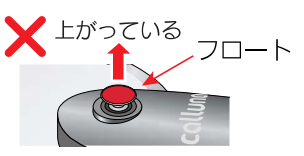
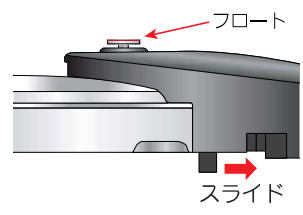
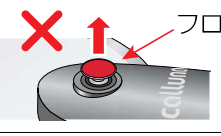
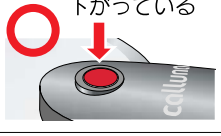
圧力鍋で炊いたごはんは少し黒ずんで見えるのは何故か？

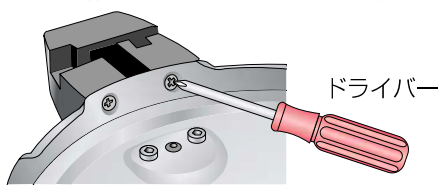
- 圧力鍋で炊いた精白米が、一般の炊飯器で炊いたものに比べ、黄色っぽく、黒ずんだ色沢に見える現象は次のように説明できます。
- 圧力鍋の加圧時の加熱沸騰温度は117℃前後であり、一般の炊飯器の100℃に比べてかなり高温です。圧力鍋の沸騰後の加熱時間を3分、6分、及び9分として炊飯すると、加熱時間が6分以上と長くなるに伴って、いくぶん黄色っぽく、黒ずんだ色沢が認められます。
- 数社の圧力鍋について試験したところ、いずれによっても程度の差はあるが、黄色っぽく、黒ずんだ色沢が認められます。
- 黄色っぽく、黒ずんだ色沢は、米澱粉が吸水と加熱によって糊化状態、いわゆる炊けた状態になることによって生じるものであって、圧力鍋では急速かつ完全に糊化が進行し、透明感が増大するため、光の乱反射が少なくなり、黄色っぽく、黒ずんだ様に見えるものです。従って普通の炊飯器で炊いたご飯と同様に食べても、圧力鍋によって炊いたご飯は何ら差し支えないものです。
- 以上のごとく、何ら差し支えないものですが、圧力鍋による炊飯にあたり、沸騰後の中火による加熱時間を短くすることにより、多少防げるものと思われます。


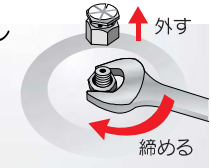
(参考) 農林水産省食品総合研究所分析栄養部





P12の【調理の流れ】にあてはまらない動きをした場合は、直ぐに火を止め、使用を中止し、本ページの不具合内容とその対策をお読みになって、適切な対処を行ってください。
ご不明な場合は、P28の【お客様相談室】までご連絡ください。



| 不 具 合 | 現 象 | 対 策 |
|----------|---|--|
| フタが閉まらない | パッキンがスライドの上にかぶっていませんか？  | P9の手順に従って正しくパッキンを取り付けてください。  |
| | 本体取っ手とフタの三角マークの位置を合わせてから閉めましたか？  | P9の手順に従って、三角マークの位置を合わせてからフタを開めてください。 |
| | フロート式安全装置が上がったままになっていませんか？ 図のような状態ではフタを閉めることはできません。  | 一旦フタを開け、フロート式安全装置が上側になるようにフタを持ち、次にフタ取っ手の下に出ているスライドを手前に引くとフロート式安全装置が下がります。スライドから手を離してもう一度フタを閉めてください。  |
| | スライドが破損したり、変形したりしていませんか？ | フタを最後まで閉めずに加熱したり、火力が強すぎたりすると、フタ取っ手の中のスライドが熱で変形したり、破損することがあります。修理が必要ですので使用を止め、【お客様相談室】までご相談ください。 |
| | 鍋を真横から見たとき、フタが斜めになっていませんか？ | 外れない場合は【お客様相談室】までご相談ください。 |
| フタが開かない | フロート式安全装置が上がっていませんか？  | フロート式安全装置が下がるまで待ってください。フロート式安全装置が下がった後、P11の手順に従ってフタを開けてください。  |
| | 鍋を真横から見たとき、フタが斜めになっていませんか？ | フタを斜めにはめ合わせたままフタを無理に閉めると、フタが開かなくなります。外れない場合は【お客様相談室】までご相談ください。 |

| 不 具 合 | 現 象 | 対 策 |
|--------------------------|--|--|
| フロート式安全装置が上がらない | フロート式安全装置の中や周辺に調理カスが詰まっていますか？ | P14の手順に従ってフロート式安全装置を掃除した後、P8の手順に従ってスムーズに動くことを確認してください。 |
| | どこからか蒸気が漏れていませんか？ | P24~P25の“蒸気が漏れる／水滴が落ちる”をご確認ください。 |
| | 火力が弱すぎませんか？ | 鍋底から炎がはみ出さない程度に火力を強くしてください。IHの場合は強火(1000W~1500W程度)にしてください。 |
| | フタ取っ手と本体取っ手がずれていませんか？ | フタを最後までしっかりと締めてください。 |
| フタ取っ手のネジが緩んでいませんか？ | ドライバーでフタ取っ手のネジを締めつけてください。  | |
| | フロート式安全装置が落ちるのが早い | P24~P25の“蒸気が漏れる／水滴が落ちる”をご確認ください。 |
| フロート式安全装置が下がらない | フロート式安全装置が引っかかっていますか？ | おもりを外し、箸の先等で軽くつついて、フロート式安全装置が下がれば正常です。 |
| | 圧力が残っていませんか？ | おもりから蒸気が出る場合や、箸でつついてもフロート式安全装置が戻ってくる場合は、圧力が残っていますので、フロート式安全装置が下がるまで放置してください。どうしても早くフタを開ける必要がある場合は、P15の【急冷】の手順に従ってフタを開けてください。 |
| | フロート式安全装置が汚れていませんか？ | フロート式安全装置に調理カスが詰まっていると、正常に作動しなくなることがあります。P14の【調理後のお手入れ】の手順に従ってフロート式安全装置を掃除した後、P8【ご使用前に毎回チェック】の手順に従って、フロート式安全装置がスムーズに動くことを確認してください。 |
| おもりが動かない | 火力が弱すぎませんか？ | おもりが軽く振れる程度まで火力を強くしてください。 |
| | 圧力鍋の中の水分が蒸発し、空焚きになっていませんか？ | すぐに火を止め、P11【調理後、フタを開く】の手順に従って、フタを開けてください。 |
| | ノズル・ノズルフィルターが目詰まりしていませんか？ | すぐに火を止め、P11【調理後、フタを開く】の手順に従って、フタを開けてください。P14【調理後のお手入れ】の手順通りに掃除ピンを使って、ノズルフィルターとノズルを掃除してください。 |
| おもりが取り付けられない おもりが外せない | 鍋を真横から見たとき、おもりが斜めになっていませんか？ | P9の手順に従って、おもりを水平に取り付けてください。おもりを指で押してユラユラ動く状態が正常です。外す際も水平に取り外してください。どうしても外れない場合は、【お客様相談室】までご相談ください。 |

| 不 具 合 | 現 象 | 対 策 |
|-----------------------|---|---|
| 蒸気が漏れる ／ 水滴が落ちる | パッキンは正しく取り付けられていますか？ | P9の【フタを閉める】の手順に従って、パッキンが正しく取り付けられていることを確認してください。 |
| | 正しいパッキンが取り付けられていますか？ | 別の商品のパッキンが取り付けられていないか確認してください。 |
| | フタは正しく閉まっていますか？ | P9の【フタを閉める】の手順に従って、フタを正しく閉めてください。 |
| | パッキンが、破損、劣化したり、ヌメリやべたつきが発生していませんか？  | 圧力鍋のパッキンは消耗品です。安全にご使用頂くため、1年に1回は新しいものに交換してください。 P28をご覧ください、弊社ホームページからご購入頂くか、【お客様相談室】までご連絡頂き、新しいパッキンをお買い求めください。 |
| | 火を止めた後、フロート式安全装置が下がる前に、フタの周りから水滴が落ちる | 調理中にパッキンやフタの内側に付いた蒸気が、内圧が下がったときに密閉が弱まり、水滴となって外に出る現象です。異常ではありませんので、そのままお使いください。 頻繁に発生する場合はパッキンの劣化が考えられますので、【お客様相談室】までご連絡頂き、新しいパッキンをお買い求めください。 |
| 蒸気が漏れる ／ 水滴が落ちる | おもり・ノズルから泡や蒸気が漏れる | 泡や蒸気が出続ける場合は、ノズルが緩んでいる可能性があります。ノズルフィルターを外して、ノズルナットをスパナ(10mm)等で締めなおしてください。  |
| | おもりが正しく取り付けられていますか？ | P10の「④ おもりを取り付ける」の手順に従って、おもりを正しく取り付けてください。 |
| | | フタの水滴受け(ノズル周りの凹んだ部分)からこぼれ出さない程度の泡は、鍋内の蒸気が水滴となり、おもりを伝ってフタの上に落ちたものです。おもり作動直前になると、水滴の量が増えて泡が多く発生することがあります。異常ではありませんので、そのままお使いください。 |
| おもりから漏れる・吹き出す | 内容物を入れ過ぎていませんか？ | 調理する際は、水、食材を合わせて、鍋の容量の2/3未満の量(最大調理量)で使用してください。 豆類、麺類等の調理中に膨張するものや、お粥のように泡立ちやすいものは、水、食材を合わせて、鍋の容量の1/3未満の量(豆類最大量)で、落としフタを使用し圧力が掛かったら、噴き出さない程度に火を弱めてください。 |
| ノズル・おもりから吹きこぼれる | | 普通の鍋で調理した際に、吹きこぼれる料理は、圧力鍋でも同じようにノズルからの吹きこぼれることがあります。 普通の鍋と同様、吹きこぼれが収まるまで火力を弱めると、鍋内の泡立ちが収まり、ノズル・おもりからの吹きこぼれを防ぐことができます。 異常ではありませんので、そのままお使いください。 |

| 不 具 合 | 現 象 | 対 策 |
|-----------------------|--|--|
| 蒸気が漏れる ／ 水滴が落ちる | フロート式安全装置が汚れていませんか？ | P14【調理後のお手入れ】の手順に従ってフロート式安全装置を掃除した後、P8【ご使用前に毎回チェック】の手順通りにフロート式安全装置がスムーズに動くことを確認してください。 |
| | フロート式安全装置のオーリングが破損、劣化していませんか？ | P8【ご使用前に毎回チェック】の図を参考にオーリングを確認してください。フロートオーリングは消耗品です。弊社【お客様相談室】までご連絡ください。有償にてオーリングの交換を承ります。(当商品のオーリングはお客様自身での交換はできません。商品をお預かりして、当社での交換修理対応となります) |
| | フロート式安全装置が緩んでいませんか？ | P8【ご使用前に毎回チェック】の「③ フロート式安全装置をチェック」の手順に従ってフロート式安全装置を追い締めしてください。 |
| | フロート式安全装置が上がって密閉されるまでは、隙間から蒸気が漏れます。 | フロート式安全装置が上がって密閉されるまでは、隙間から蒸気が漏れます。異常ではありませんので、そのままご使用ください。 |
| | フロート式安全装置が上がっても少量の蒸気が漏れ続ける | フロート式安全装置が上がって密閉されるまでは、勢いよく蒸気が出ることがあります。フロート式安全装置が上がった後も、タバコの煙程度の蒸気漏れであれば正常です。そのままご使用ください。 |
| 安全弁から漏れる | 安全弁から漏れる | すぐに火を止め、P11【調理後、フタを開く】の手順に従って、フタを開けてください。P14【調理後のお手入れ】の手順通りに掃除ピンを使って、ノズルフィルターとノズルを掃除してください。 大豆やブルーベリーのような皮の剥がれやすい食材を調理する際は、市販の金属製の落としフタをお使い頂くか、別売りの蒸しすを落としフタ代わりにしてご利用ください。皮が詰まるのを防止します。 |
| 取っ手がガタつく | 取っ手のネジが緩んでいませんか？ | プラスドライバーで取っ手のネジを締めなおしてください。 |
| プラスチックの焦げる臭いがする | 火力が強すぎませんか？ | 火力が強すぎると、鍋底からはみ出した炎で取っ手が焼かれます。また、パッキンが炎で焼かれて劣化することがあります。 鍋底からはみ出さない程度の火力に調整してご使用ください。 |
| | 鍋はコンロの中央に置かれていませんか？ | コンロの中央から鍋がずれていると、鍋底からはみ出した炎で取っ手やパッキンが焼かれます。 鍋をコンロの中央に置き、鍋底からはみ出さない程度の火力に調整してご使用ください。 |
| | 劣化したパッキン  焼けた取っ手  | 取っ手やパッキンが焼けると写真のような状態になります。 このままご使用を続けると、取っ手が折れたり、パッキンが切れたり滑り出したりすることがあります。 P28をご覧ください、弊社ホームページからご購入頂くか、弊社【お客様相談室】までご連絡頂き、新しい部品をお買い求めください。 |

| 不 具 合 | 現 象 | 対 策 |
|---------------------|---|--|
| 白米が少し、灰色が かって見える | | 高圧調理で食物の中の澱粉質がアルファ化した為、色が変わって見える現象です。 異常ではありません。 澱粉質がアルファ化することで、お米や玄米は、圧力鍋ならではのふっくらもちもちした食感になります。 |
| 料理が焦げ付く | フロート式安全装置が上がる までの火力が弱すぎませんか？ | 火力が弱すぎると、圧力がかかる前に鍋の中の水分がフロート式安全装置の間隙から蒸発してしまいます。 点火後、鍋底からはみ出さない程度の中火～強火に調整してください。 IHクッキングヒーターをご使用の場合は、弱火(300W～500W程度)で1分程予熱した後、鍋が温まったら強火(1000W～1500W程度)にしてください。 |
| | 火力が強すぎませんか？ | フロート式安全装置が上がった後の火力を少し弱めに調整してご使用ください。 おもりから蒸気が出始めたら、おもりが軽く振れる程度の弱火に火力を調整してください。 IHの場合も同様に、少し火力を弱めてご使用ください。 |
| | 水分が少なすぎませんか？ | 水分を少し多めに調整してください。 |
| | どこかから蒸気が漏れて いませんか？ | P24～P25の“蒸気が漏れる/水滴が落ちる”をご確認ください。 |
| 鍋の内部が焦げて しまった | | 焦げた中身を取り出し、焦げが残った部分が浸かる程度の水と、クエン酸(大さじ1～2)を入れ、圧力鍋のフタをせずに10分ほど煮立てください。 その後、割り箸等の木製の棒や木べらなどでこすって焦げを取り、きれいに洗ってください。 焦げが取れないようなら一度水を捨て、クレンザーなどを使用し、こすり取ってください。 |
| 鍋が茶色く変色した | 空焚き状態になっていませんか？ 鍋の外側に油が付着したまま火にかけていませんか？ | 火力が強すぎたり、水分が少なすぎたりすると、空焚き状態になってステンレスが焼け、鍋が変色します。 また、鍋の外側に油が付着したまま使用すると、表面が焼けて変色することがあります。 変色を元に戻すことはできません。ご使用の際は、外側の油汚れなどをきれいに洗ってから、火にかけてください。 空焚きにならないよう、火力と加熱時間、水分の量を調整してご使用ください。 |
| 鍋に虹色の変色が出る | | 初めて、または数回のご使用でステンレス表面に虹色の変色が現れることがあります。 ステンレス表面の皮膜の厚さが変化することで起きる現象ですが、ご使用には差し支えございません。 そのままご使用を続けることで目立たなくなります。 |

| 不 具 合 | 現 象 | 対 策 |
|------------------|--|---|
| 鍋底が剥がれた、 変色した | 火力が強すぎたり、鍋底に 大きな力が加わると、鍋底が 変形したり、剥がれたりする ことがあります。 |   <p>底が著しく変形した鍋は使用しないでください。 使用中に鍋が転倒する恐れがあります。 コンロや IHプレートの上でガタツキがある場合は 使用せず【お客様相談室】までご相談ください。 鍋底が変形した場合、修理は不可能です。 ご了承ください。</p> |
| | 鍋に亀裂、 凹みがある | |
| 部品をなくした・ 破損した | | P28をご覧ください、弊社ホームページからご購入頂くか、 弊社【お客様相談室】までご連絡頂き、新しい部品を お買い求めください。 |
| 異音がる | 「ピー」「ブー」という笛の ような音がする。 | 鍋が密閉される時と、減圧される時に、一時的に「ピー」、 「ブー」という笛のような音が出ることがあります。 異常ではありませんので、そのままお使いください。 音が鳴り止まない場合は、ノズルや各部のネジの追い 締めを行ってください。 これらのメンテナンスを行っても音が鳴りやまない 場合は、使用を止め【お客様相談室】までご相談くだ さい。 |
| | 「ブーン」という振動音がする。 | IHクッキングヒーターをご使用の場合、鍋底と共鳴し、 「ブーン」という音が鳴ることがあります。 詳しくは、IHクッキングヒーターの取扱説明書をお 読みください。 |

ホームページ : <http://www.wonderchef.jp/>



Q&A : <http://www.wonderchef.jp/cooker/qa/>

(QRコードを読み取って頂くか、URLを直接入力してください。)



お客様相談室 Eメール : web@wonderchef.jp

☎(06)6334-4349 ☎(06)6334-4343

受付時間/午前 9:00～正午 12:00 午後 1:00～午後 5:00
(土、日、祝祭日、年末年始、盆休みを除く)

お客様相談室 ※<トラブルと対策>をご覧になられても、問題が解消しないときや、商品についての質問は下記の【お客様相談室】までご連絡頂くか、弊社ホームページをご覧ください。

ホームページ : <http://www.wonderchef.jp/>



Q&A : <http://www.wonderchef.jp/cooker/qa/>



お客様相談室 Eメール : web@wonderchef.jp

TEL (06)6334-4349 FAX (06)6334-4343

受付時間/午前 9:00~正午 12:00 午後 1:00~午後 5:00
(土、日、祝祭日、年末年始、盆休みを除く)

修理料金の仕組み

修理料金は、技術料・部品代・送料などで構成されています。

- 技術料……診断・故障箇所の修理及び、洗浄・研磨・部品の交換・調整・修理完了時の点検等の作業にかかる費用です。
- 部品代……修理に使用した部品及び補助材料の費用です。
- 送料……お客様と弊社との間で発生した運送費用です。



部品番号表

| 部品番号 | ZCD-01 | ZCD-02 | ZCD-09 | ZCD-10-18 | ZCD-12 | ZCD-13 | ZCD-16 |
|-------|-----------------|---------------|----------|-----------------|--------|--------|---------------|
| 部 品 名 | 圧力調整装置 80kpa | 圧力調整装置 ノズル | ノズルフィルター | パッキン (18cm用) | 本体取っ手 | 掃除ピン | 取扱説明書 (本書) |

※部品の仕様は予告なく変更する場合があります。予めご了承ください。

※交換部品は弊社ホームページからご購入頂けます。

https://www.wonderchef.jp/support/parts/parts.php?mode=amount&product_id=142

(QRコードを読み取って頂くか、URLを直接入力してください。)



※必ず弊社の純正部品をご使用ください。

お問い合わせの際は、部品名、部品番号と製造年月、商品名「カラーナ 家庭用両手圧力鍋3.0ℓ(ZCDA30)」をご確認の上、お間違えの無いよう、ご注文ください。

電話・メール・FAXによるご注文も受け付けております。上記の【お客様相談室】までお問合せください。

別売り部品

| 600561 | 601063 | 601117 | 603159 | 603623 | 700063 | 602114 | 602886 | 700032 |
|----------------------|----------------|-----------------------------------|------------------|---------------------|-----------------------------------|---------------------------------|----------------|-------------------|
| | | | | | | | | |
| 3.0ℓ用ガラス蓋 (18cm用) | 蒸しす (18cm用) | 蔵炊(くらだき) 1~2合のお米・玄米を 炊く内がまで | ステンレス クリーナープロ | デジタルタイマー (DTC-W) | なかよし家族の 圧力鍋レシピ100 (高圧・普通圧用) | 作りたくなる 圧力鍋レシピ80 (高圧・普通圧用) | とってやさしい 圧力鍋 | 簡単おいしい 500円レシピ |



部品注文も
こちらから

※別売り部品は弊社ホームページからご購入頂けます。

※別売品の仕様は予告なく変更する場合があります。予めご了承ください。

<https://www.wonderchef.jp/support/parts/parts.php?mode=>

(QRコードを読み取って頂くか、URLを直接入力してください。)

電話・メール・FAXによるご注文も受け付けております。上記の【お客様相談室】までお問合せください。

ご購入10年後無料点検のご案内

ワンダーシェフでは、長く安心してワンダーシェフ圧力鍋をお使い頂くために、ご購入から10年後に弊社から、お客様に無料点検のご案内をさせていただきます。ご希望の方はインターネットホームページより、ユーザー登録を行ってください。

なお、点検・修理にかかる技術料は無料ですが、部品代及び送料(往復)はご負担頂きますのでご了承ください。

<https://www.wonderchef.jp/register/register.php>



インターネットホームページ <PC・スマートフォン・タブレット端末対応>

<http://www.wonderchef.jp/>

インターネットホームページでは、250種類以上のレシピを写真入りで紹介しています。

印刷して自分だけのレシピブックを作ることができます。また、製品や部品、別売品もご購入頂くことができます。QRコードを読み取って頂くと「ワンダーシェフのホームページ」をご覧ください。

※QRコードが読みとれない場合は、URLを直接入力してください。



ホームページの内容

- ワンダーシェフについて
- レシピ検索や3分間クッキングムービー
- 商品紹介
- お問い合わせ
- Q&Aページ
- ユーザー登録
- 製品・部品・別売品のご注文
- Facebookのご案内

圧力鍋レシピ集
250種類以上の
レシピを掲載
しています

- 和食 あんかけ茶碗蒸し・五目炊き込みご飯
- 洋食 かんたんパンブキンスープ・牛肉のイタリア風煮込み
- 中華 棒棒鶏風サラダ・回鍋肉(ホイコーロー)
- 他国籍 コムタンスープ・冷麺
- お菓子/デザート カスタードプリン・タピオカのココナッツミルク
- 下ごしらえ/ソース 豆・基本のトマトソース など

ホームページからのご注文が便利になりました。

<https://www.wonderchef.jp/support/parts/parts.php?mode=>

ユーザー登録をされていないお客様でも、ご購入頂けます。

コンビニ支払い・代金引換・クレジットカードでのお支払いに対応しています。



モバイルWeb サービス <ケイタイ対応>

<http://www.wonderchef.jp/m/>

モバイルWeb サービスでは、250種類以上のレシピをいつでもどこでも見ることができます。

お買い物中に材料からメニューを選んだり、キッチンで携帯電話を片手にお料理できたりと大変便利です。

QRコードを読み取って頂くと「ワンダーシェフのホームページ」をご覧ください。

※QRコードが読みとれない場合は、URLを直接入力してください。



インターネット・モバイルページで<ユーザー登録>を受け付けています

<https://www.wonderchef.jp/register/register.php>

ユーザー登録をして頂くと、毎月2回「季節のレシピ」を含むメールをお届け致します。

また、ユーザー登録専用のインターネットホームページでは、ユーザー同士がコミュニケーションを持てる「掲示板」もご用意致しております。

「ご購入10年後無料点検のご案内」もさしあげます。

QRコードを読み取って頂くと「ワンダーシェフのホームページ」をご覧ください。

※QRコードが読みとれない場合は、URLを直接入力してください。





ワンダーシェフ calluna

家庭用 両手圧力鍋 3.0ℓ ZCDA30

保証書

Wonder Chef 圧力鍋をお買い上げ戴きまして、誠に有り難うございました。私達は最高の品質の圧力鍋を提供することに努めております。いつまでも楽しく、ワンダーシェフ圧力鍋をご愛用下さいませ。

●商品名(型式) ワンダーシェフ 家庭用両手圧力鍋3.0ℓ
カルーナ (ZCDA30)

●保証期間 お買い上げ後 1年間 ※お買い上げ日をご不明の場合は、製造日より1年間とします。

●お買い上げ年月日 年 月 日

●お客様 お名前 (フリガナ)

●ご住所 〒□□□-□□□□

●電話番号 () -

●お買い上げ販売店名(もしくはレシート添付)

株式会社ワンダーシェフ

お客様相談室

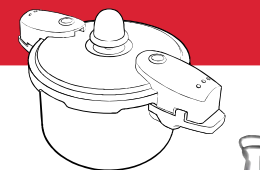
〒561-0825 大阪府豊中市二葉町1丁目19-19
TEL.06(6334)4349



Wonder chef
calluna

家庭用両手圧力鍋 3.0ℓ ZCDA30

保証内容



- ◎取扱説明書等に記載された通り、正常な使用法において発生した不都合につきましてはお買い上げ後、1年間は無償で修理致します。ただし、次に掲げる内容等により、商品に不都合が発生した場合の修理・交換につきましては実費を頂きます。
 - ① 消耗部品(使用する度に、損傷、劣化する樹脂製品・パッキン・取っ手・おもり等)・付属品は保証の対象外とします。
 - ② 移動、取り扱い不注意により、落下、打ち付け等による損傷、故障。
 - ③ 取り扱い注意事項を守らなかった為に起因する損傷、故障。
 - ④ お客様の勝手な修理、改造による損傷、故障。
 - ⑤ 天災や火災等による損傷、故障。
 - ⑥ その他、異常と思われる使用方法等によって起こる損傷、故障。
- ◎この保証は日本国内のみ有効です。
This warranty is valid only in Japan

- 必ず商品お買い上げの販売店から、お買い上げ日、販売店名の記入を頂くか、レシート等ご購入を証明できるものと一緒に保管してください。ご購入を証明できるものが無い場合、保証対象外とさせて頂く場合がございます。
- 保証期間が過ぎている場合、ご希望により有料にて修理させていただきます。ただし、弊社が修理不可能と判断した商品は、修理をお断りさせて頂く場合がありますのでご了承ください。
- 修理部品の保有期限は、製造終了後約5年とさせて頂いております。
- 保有期限を過ぎた商品は、保証期間内であっても修理をお断りさせて頂く場合がありますのでご了承ください。
- ◎ご不明な点がございましたら、P28の弊社【お客様相談室】までご相談ください。

★パッキン(ZCD-10-18)の交換日を記録しておきましょう。

| | | | | |
|--------|---------|---|---|---|
| 圧力鍋購入日 | パッキン交換日 | 年 | 月 | 日 |
| 年 月 日 | パッキン交換日 | 年 | 月 | 日 |
| | パッキン交換日 | 年 | 月 | 日 |
| | パッキン交換日 | 年 | 月 | 日 |
| | パッキン交換日 | 年 | 月 | 日 |

※圧力鍋のパッキンは消耗品です。安全にご使用頂くため、一年に一回は新しいものに交換してください。