





上面操作パネル

●イラストはHTB-TS73JSFで説明しています。  
●P.00 は主な説明のあるページです。

The diagram illustrates the control panel of the HTB-TS771S. It features a central digital display showing the time as 10:11. Surrounding the display are several buttons:

- 送信部※** (Transmitter Section): A button labeled '送信部' with an arrow pointing to the '送信' (Transmit) button.
- 电源スイッチ** (Power Switch): A button labeled '電源スイッチ' with an arrow pointing to the '電源' (Power) button.
- 高温注意表示部** (High Temperature Warning Display Section): A button labeled '高温注意表示部' with an arrow pointing to the '高温注意' (High Temperature Warning) button.
- 操作部** (Operation Section): A button labeled '操作部' with an arrow pointing to the '操作' (Operation) button.
- 表示部 右IHヒーター表示部** (Right IH Heater Display Section): A button labeled '表示部 右IHヒーター表示部' with an arrow pointing to the '右IHヒーター' (Right IH Heater) button.
- 表示部 左IHヒーター表示部** (Left IH Heater Display Section): A button labeled '表示部 左IHヒーター表示部' with an arrow pointing to the '左IHヒーター' (Left IH Heater) button.
- 「燃め物・液体物」キーアリません。** (No 'Flammable Liquids' Key): A note indicating the absence of a specific key.
- 「燃め物・液体物」キーアリ。** (There is a 'Flammable Liquids' Key): A note indicating the presence of a specific key.

●中央IHヒーターとグリルは同時に使用できません。



電源の入・切を行います。

- 電源を入れたまま約10分間放置すると、自動的に電源が切れます。
- IHヒーターで調理をする → P.13~21
- 火力、温度、調理メニューの設定、通電スタート・切を行います。
- 火力など設定後、約10秒以内に通電をスタートしないと、設定は取り消されます。

設定内容や運転状態を表示部に表示します。

卷之三

調理メニュー、仕上がり、火力、追加焼きの設定  
● 調理メニュー、仕上がりなど設定後、約3分以内に通電を  
設定期間を表示部に表示します。

グリル庫内をクリーニングする ➡P.35

- グリルの車内をクリーニングします。
- クリーニングのときは、ラク旨グリル・グリル受けをはずしてください。

卷之三

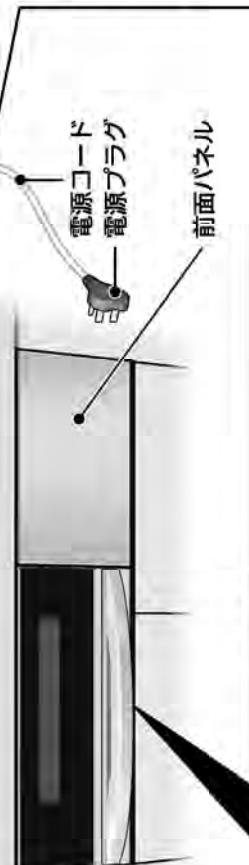
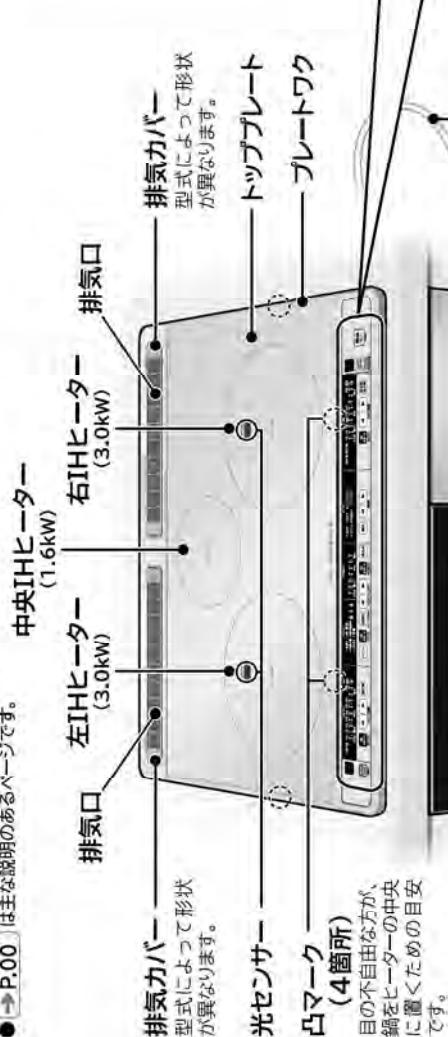
IHヒーター、グリルのタイマー設定をします

- 同時に複数のタイマーを設定することはできません。
- 適温調理「炒め物・焼き物」はメロディーが鳴って「適温」ランプが点灯した後、タイマー設定ができます。  
第2回 調理「炒め物」のときの操作キー[トースト]、タイマー[トースト]が点滅する。

●グリル調理メニュー「丸焼き」「つけ焼き」「肉野菜」設定することができます。

操作をロックする(チャイルドロック) → P.30  
全ての操作をロックします。

- ロックの設定・解除はキーを約3秒押します。
- 設定内容は電源を切っても記憶しています。



ルノーブル

グリルドア・ラク旨グリル・  
グリル受けははずして洗え  
ます。→P.34、35



部品の交換・追加購入				2015年7月現在
部品名	部品番号	希望小売価格		
グリルドア	HT-J7STF 013	4,600円(税別)		
グリル受け (消耗部品)	HT-J7STF 014	1,500円(税別)		
グリルバン (ラグマグリル) (消耗部品)	HT-J300XTF 019	2,400円(税別)		

品壳

推奨天ぶら鏡(HT-N50)	(2015年7月現在)
部品番号 : HT-C20TWS 010	
希望小売価格 : 2,600円(税別)	

日立の家電品取扱店にご相談ください。希望小売価格は価格

# 安全上のご注意

お使いにならぬ人や、ほかの人の危害、財産への損害を未然に防止するため、お守りいただきくことを、次のように説明しています。また、本文中の注意事項についてもよくお読みみのうえ、正しくお使いください。

## ■ここに示した注意事項は

表示内容を無視して誤った使いかたをしたとき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。  
この表示の欄は、「死んだまでは重傷を負う危険が差し迫る」内容です。

△危険 この表示の欄は、「死亡または重傷を負う危険が差し迫る」内容です。

△警告 表示の例

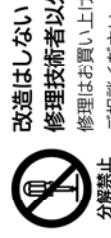
この表示の欄は、「傷害を負うことの発生が想定される内容です。実行しなければならない内容です。」

△注意 「警告や注意を促す」内容です。△「してはいけない」禁止」内容です。

## ！警告

### ●火災・感電・けがの原因になります。

#### 本体は



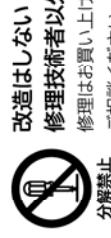
改造はしない  
修理技術者以外の人は分解したり、修理を行わない  
修理をお買い上げの販売店または「ご相談窓口」(→P.63)に  
ご相談ください。



## ！危険

### ●火災・感電・けがの原因になります。

#### 本体は



改造はしない  
修理技術者以外の人は分解したり、修理を行わない  
修理をお買い上げの販売店または「ご相談窓口」(→P.63)に  
ご相談ください。

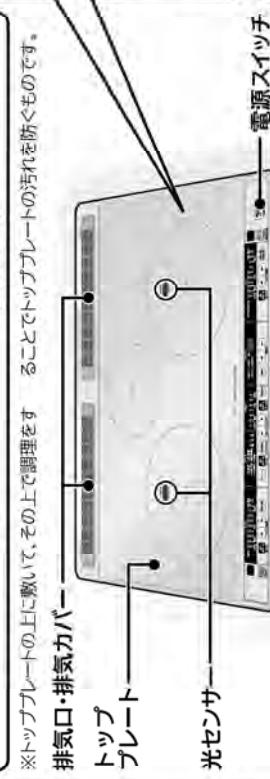
## 揚げ物を調理するときは

- 揚げ物調理の際、油は炎がなくても発火のおそれがあります。
- 揚げ物調理中はそばを離れない
- 指定の鍋以外は絶対に使わない (→P.10)  
指定の鍋以外を使用すると温度調節機能が正しく動かないことがあります。
- 使用中や使用後しばらくはトッププレートやグリッドアおよびグリル車内などの高温部に触れない
- 油量は200g (220ml) 未満、まだ、深さ1cm未満では調理しない  
油は200g (220ml) ~800g (800ml) の範囲で、深さ1cm以上鍋の深さや調理物に応じて調理してください。油量が少ないと、油が過熱され発火するおそれがあります。また、油量が多く過ぎると、あふれてやけどや火災の原因になります。
- 鍋底が変形したもののは使わない
- 鍋底やトッププレートに汚れがこびりついたまま使わない

- 鍋はIHヒーターの中央に置く
- 必ずミニユードーの「揚げ物」を使用する (→P.16,17)  
手動によるお好みの火火力では揚げ物調理をしないでください。油の温度を適正にコントロールできなため、油が過熱され発火するおそれがあり、火災の原因になります。
- 油煙が多く出したら電源を切る

## 使用中(調理中)・使用後は

- 鍋・鍋の取っ手などの高温部に触れない
- 炒め物・焼き物など、少量の油を入れて予熱するとさや、予熱の後に油を入れて調理するときは、そばを離れたり、加熱し過ぎないを使用する油の量が少ないため油温が急激に上がり発火するおそれがあります。加熱し過ぎないように火力をこまめに調節してください。
- トッププレートの上に敷いて、その上で調理することによってトッププレートの汚れを防ぐものです。



## 液体の調理をするときは

- 加熱中や加熱後および再加熱の際は、鍋に顔を近づけたり、のぞき込まない
- 水などの液体やカレー、みそ汁、吸い物、牛乳などの液体、汁物が突然沸こう（要沸）して飛び散つたり、鍋が跳び上がることがあります。やけどやトッププレートが割れるおそれがあるため、加熱中や加熱後および再加熱の際は鍋に顔を近づけたり、のぞき込まないようにしてください。
- 調理するときは食材の加熱状態を均一にするため火力を弱めにし、よくかき混ぜる
- 加熱した水などの液体にインスタントコーヒーなどの粉末や牛乳などの液体を入れる場合も火力を弱めにし、よくかき混せてください。

## ！トッププレートは

- トッププレートの上に乗りたり、物を落したり、衝撃を加えない、ひびが入ったり割れたなど、トッププレートに異常がある場合は、万一ひびが入ったり割れたなど、トッププレートと専用ブレーカーを切つて使用を中止し、すぐに修理を依頼してください。煮汁などが入り火災・感電、けがの原因になります。
- トッププレートの上に鍋、やかん、フライパンなどの調理器具以外のものは置かない

- 下記の場合は特に注意してください。  
調つて加熱した場合、火災や感電、赤熱してやけどの原因になります。
  - ・カセットン、ボンベ、缶詰など
  - ・アルミ製容器やパック（うどん等）が入った販易容器）、レトルトパック（アルミ箔を使用しているパック）、紙、パラフィンやプラスチック製容器などの金属製小物
  - ・その他可燃物や引火物（まな板、ふきん、紙、油など）
  - ・ラク首クリル。

## 使用後は

- トッププレートの光センサーの汚れや水などは、きれいにふき取る
- 光センサーが汚れているたり、ぬれれていると、鍋の温度が正しく検知できない場合があり、発火のおそれがあります。



## 異常・故障時は

- 異常・故障時には、直ちに使用を中止し、すぐに専用ブレーカーを切り、
  - お買い上げの販売店へ点検・修理を依頼する
  - ・電源スイッチを入れてもヒーターが作動しないときはがある。
  - ・ピリピリと電気を感じる。
  - ・焦げ臭いにおいがしたり、運転中に異常な音がする。
  - ・他の異常や故障がある。
  - ・トッププレートにひび割れがある。

## 使用後は

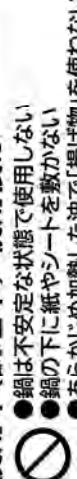
- 使用後は電源を切る
- 使わないときは、電源を切つてください。
- 長期不在のときは
- 専用ブレーカーを切る

# 安全上のご注意(つづき)

## △注意

●火災・感電・けが・やけどの原因になります。

### 使用中(調理中)・使用後は

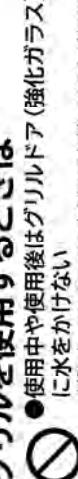


- 鍋は不安定な状態で使用しない
- 鍋の下に紙やシートを敷かない
- あらかじめ加熱した油で「揚げ物」を使わない
- 油の温度を適正にコントロールできないため、発火するおそれがあります。
- 本体前方に物を置かない
- 空だきや必要以上に加熱をしない

- 鍋底の薄いものの、反っているフライパンや鍋は中(1人以上)で予熱すると赤熱したり変形するおそれがあります。空だきなど異常に高温になつた場合、トッププレートが割れられます。
- ホーロー鍋は、空だきしたり、焦げつかせたりするほど鍋底が過熱され、底面のホールドアが溶けて焼きつけ、鍋やトッププレートが破損、損傷する原因になります。
- 火気を近づけない
- 排気カバーをふさいだり、排気カバー付近に手、顔、鍋の取っ手などを近づけない
- トッププレートの上面操作パネルの上に、熱し鍋などを置かない
- トッププレートの上に直接食材を置いて調理しない
- 使用中は本体から離れない

- 片手鍋を使用する場合は、取っ手の位置に十分注意する  
取っ手が手や体に不注意に当たった場合、鍋がひっくり返つてやけどや炎の原因になります。
- 揚げ物調理中には、飛び散る油に注意する  
油の飛び散りを少なくするためにには ➡ P.51
- 油煙が多く出たら電源を切る

### グリルを使用するときは



- 使用中や使用後はグリルドア(強化ガラス)に水をかけない
- 高温になっているところに水をかけると割れるおそれがあります。

- グリルドアを持つて勢いよく引き出したり、持ち上げながら引いていたり、またグリルドアに強い力を加えたりぶらさがらないグリルドア、ラク旨グリル、グリル受けなどが落下して、やけどやけがをしたり、破損の原因になります。
- グリルドア(強化ガラス)に傷がついた場合は使わない

強化ガラスは普通のガラスに比べ強度が高く、安全性の高いガラスですが、小さな傷でも破裂が進行し、傷を防ぐために一度で粒状に破損するおそれがあります。

→ P.44

### 使用する方は



- 医療用ベースメーカーをお使いの方は、本製品のご使用にあたって医師とよく相談する
- 本製品の動作がベースメーカーに影響を与えることがあります。



### 火災・感電・けが・やけどの原因になります。



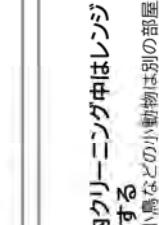
- お手入れは、電源を切り、本体が冷えてから行う



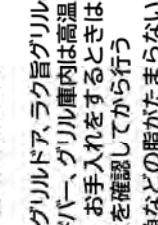
- グリルを使用中に調理物が発煙・発火した場合は、次の手順で消火する  
●消火するまでグリルドアを開けない  
(空気が入り、炎が大きくなります)



- IHヒーター使用中は磁力(磁力線)が出ているため、磁気に弱いものを使わない  
●ラジオ・テレビ・補聴器など(難音の原因になります)  
●キャッシュカード・磁気テープ・自動改札用定期券などIHヒーターを通電すると熱され、火災・故障の原因になります。



- 光センサーに直射日光や照明が当たると誤動作することがあります



- 鍋の位置がずれて光センサーに直射日光や照明が当たると、鍋の温度が下がり、温度を停止する場合があります。鍋をIHヒーターの中央に置いてください。

- 酸の強い食品がついた場合はすぐふきとる  
ジャム、レモン汁、梅、お酢を使った食品などを付着したまま放置すると、トッパー・プレート、フレートワクが変色したり、接触部分が劣化し、はがれの原因になります。

●虫(ゴキブリなど)が製品内に侵入すると故障の原因

適切な環境下でご使用ください。

### 次の点もご注意ください

- トッププレートの上で、IHジャー炊飯器など電磁誘導加熱の調理機器を使わない

- 磁力線により本製品が故障する原因になります。

- キャラビネット(本体左右・下側)に調味料・食品などを置かない

- 本体からの余熱により、調味料・食品などの変質の原因になります。

- 排気口に水などをこぼさないよう注意する

- キャラビネット内に水などが落ちる原因になります。  
万一水などをこぼした場合は、本体とキャラビネット内を淮認してすぐにふき取ってください。

- プレートワクを鍋底でこすったり、プレートワクに熱い鍋を置かない

- ステンレスの湯つき、変色の原因になります。

- トッププレートの上に鍋のふたや受皿、バーベキュー用やホットプレート用の鉄板などを置かない

- IHヒーターを通電すると熱され、火災・故障の原因になります。

- IHヒーター使用中は磁力(磁力線)が出ているため、磁気に弱いものを近づけない

- ラジオ・テレビ・補聴器など(難音の原因になります)  
(記憶が消える原因になります)

- 光センサーに直射日光や照明が当たると誤動作することがあります

- 土鍋やガラス鍋、直火用魚焼き器は使わないでください

- IHまたはIHクリンクリン付、IHで使える」と表示している鍋やガラス鍋、直火用魚焼き器などでも形状によってはIHクリンクリンヒーターが故障したり鍋が割れたりする場合があります。鍋をIHヒーターの中央に置いてください。

- ビルトイオンオーブンレンジと組み合わせて使用的場合、グリッドアの取っ手の温度に注意する  
オーブンレンジの排気でグリッドアの取っ手が熱くなる場合があります。IHクリンクリンヒーターを使うと排気カバー部が熱くなる場合もあります。

- 虫(ゴキブリなど)が製品内に侵入すると故障の原因

適切な環境下でご使用ください。

# 使える鍋の種類・材質・形状

## 鍋の材質と形状で、使える○ 使えない× を確認する

●IHヒーターには、一般財団法人 製品安全協会の  または  マークの付いた鍋をおすすめします。  
(鍋の説明書をよくお読みになり鍋に適した火力で使用するなど正しく安全にお使いください)

### ■ 使える鍋の材質

材質	左・右・中央IHヒーター
鉄・鉄鑄物・鉄ホーロー	○ ホーロー鍋は空ださなければなりません。(底面のホーローが溶けて燃えつき、鍋やトッパブレートが破損、損傷する原因になります)
ステンレス	○ 鍋底の薄い(0.8mm以下)鍋は、弱火で調理してください。(鍋底の薄い鍋は高温になりやすく、鍋底が変形すると異常高溫となります)
鍋底に磁石がつくもの (磁性／18-8、18-10)	○ 鍋底の厚さが1mmを超えると火力が弱くなります。
多層鍋	○ 間に鉄を挟んでいるもの(鍋底がつくものの) 間(アルミを挟んでいるものの) (鍋底に磁石がないものの)
アルミ・銅	×
ガラス・陶磁器・セラミック鍋など・直火用焼き網	×

### 適温調理「揚げ物」で使える鍋について

揚げ物は、必ず指定の鍋(や )または  付の鍋で、次のものを使用してください。

鍋の直径	1~26cm	鍋上部の内径 内径 16cm以上
鍋底の形状	平らなもの (底が3mm未溝)	1mm以上
鍋底の厚さ	1mm以上	

●  または  付でもフライパン・野菜鍋は使用できません。  
※日立の家電品取扱店にご相談ください。希望小売価格は価格改定に伴い変更する場合があります。

## お手持ちの鍋を確認する

●右IHヒーターで説明しています。(左・右・中央どのIHヒーターでも確認できます)

### ■ 使える鍋の形状

鍋底の直径	左・右IHヒーター ...12~26cm※	中央IHヒーター ...12~18cm※
鍋底の形状	○ 平らなもの	×
	×	△
	△	×
	×	△
	△	○

### 準備

確認する鍋に水(約200mL)を入れ、IHヒーターの中央に置く  
電源切替スイッチを「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、  
電源を入れる(ランプが点灯します)

1 □を押す

2 □▶を押す

3 □を押す

4 □を押す

5 □を押す

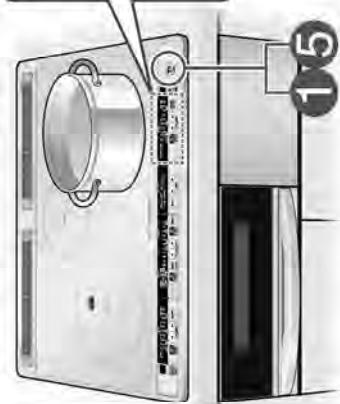
火力表示ランプを見る



●約30秒後にブザーが鳴り、表示が消え、自動的に通電を停止します。

●ボタンを押してから □▶を押します。

●トッププレートの温度が約50℃以下になると  
●電源を切つても温度が下がるまで表示します。



### 使える鍋、使えない鍋の表示

○ 使える鍋は加熱が始まります。

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

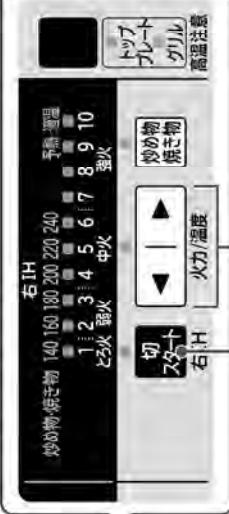
×

×

×

×

×



### お手持ちの鍋を確認する

●右IHヒーターで説明しています。(左・右・中央どのIHヒーターでも確認できます)

○ 使える鍋は加熱が始まります。

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×

×



### 適温調理「炒め物・焼き物」で使えるフライパンについて

(HTB-TS7TJSに「炒め物・焼き物」はありません)

次の推奨フライパン

(2015年7月現在)

品名: フライパン 型式: 106865※

希望小売価格: 11,000円(税別)

推奨フライパン (2015年7月現在)

品名: フライパン (7層フッ素加工) 型式: OF-24※

希望小売価格: 27,000円(税別)

推奨炒め鍋 (2015年7月現在)

品名: 炒め鍋 型式: 106834※

希望小売価格: 12,000円(税別)

推奨卵焼き (2015年7月現在)

品名: 卵焼き 型式: 106872※

希望小売価格: 5,800円(税別)

●別売の推奨天ぷら鍋(や )または  付の鍋で、次のものを使用してください。

鍋の直径	1~26cm	鍋上部の内径 内径 16cm以上
鍋底の形状	平らなもの (底が3mm未溝)	1mm以上
鍋底の厚さ	1mm以上	

●付の鍋で、次のものを使用してください。

消費電力と安全機能について

IHヒーターの使いかたのポイント

複数のヒーターやグリルを同時に使う場合は、自動的に火力やメニューを制限します

- 総消費電力が5.8kWまたは4.8kW(設置時に設定)以内で同時に使えますが、総消費電力を超えないように自動的に火力やメニューを制限します。(総消費電力の切り替えについては、お買い上げの販売店にご相談ください。➡P.62)

  - ・火力が上げられない。(「ビビビ」と鳴る)
  - ・キーを押してもスタートできない。
  - 中央部ヒーター部グリルは、同時に使用できません。

△他のヒーターの火力を下げるが通常を停止してから再操作してください。

政治小説の歴史

IHヒーター (HTB-TS7TJS)に燃焼物・焼き物 煮込み		IHヒーター (HTB-TS7TJS)に燃焼物・焼き物 煮込み		IHヒーター (HTB-TS7TJS)に燃焼物・焼き物 煮込み		IHヒーター (HTB-TS7TJS)に燃焼物・焼き物 煮込み		IHヒーター (HTB-TS7TJS)に燃焼物・焼き物 煮込み		IHヒーター (HTB-TS7TJS)に燃焼物・焼き物 煮込み	
火 力	とろ火	弱 火	強 火	中 火	中 火	強 火	中 火	強 火	中 火	強 火	中 火
左・右IHヒーター	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	-
中央IHヒーター	1	2	3	4	5	6	7	-	-	-	-
消費電力	100W相当	300W	500W	800W	1,1kW	1,4kW	1,6kW	2,0kW	2,6kW	3,0kW	最大500W
掲げ物	左IHヒーター	最大1.5kW	炒め物・焼き物	右IHヒーター	最大2.0kW	煮込み	煮込み	煮込み	煮込み	煮込み	煮込み

対象の年齢層

機 構 名	機 構 知 内 客	自動停止・表示内容
鍋無し自動停止 左 右 横	通電中にIHヒーターから鍋をおろしたり、鍋の位置が大きくなったりします。	約30秒後にブザーが鳴り自動的に通電を停止します。(約30秒以内に戻せば通電は継続されます) ➡P.36
金属小物検知自動停止 左 右 横	IHヒーターの上に、ナイフやフォークなどの金属製小物がある。または直徑(12cm未満)の小さな鍋がある。	約30秒後にブザーが鳴り自動的に通電を停止します。(金属製小物を取り除くか、または鍋を交換してください) ➡P.36
鍋内鍋類取り換知自動停止 左	鍋底の反りや変形が大きい。	ブザーが鳴り自動的に通電を停止します。(鍋を交換してください) ➡P.39
切り忘れ防止自動停止 左 右 横	ヒーター通電後、約4.5分経過した。(グリル 調理メニュー)	ブザーが鳴り自動的に通電を停止します。 ➡P.36
過熱防止自動停止 左 右 横	鍋底温度が異常に上昇した。 排気口がふさがれるなどして、本体内部の温度が異常に上昇した。	火加熱しても鍋底温度が異常に上昇した場合は、ブザーが鳴り自動的に通電を停止します。(鍋底の厚み、異物付着、または排気口を確認してください) 火加熱している場合や鍋の種類によよる場合、この機能が働かないことがあります。 ➡P.39
グリル過熱防止自動停止 グリル	グリル車内の温度が異常に上昇した。	ブザーが鳴り自動的に通電を停止します。(グリル車内を冷却してください) ➡P.39
高温注意表示 左 右 横	トッピングレート(約50°C以上)やグリル車内(約60°C以上)が高温になっている。	電源を切っても温度が下がるまで表示します。高温注意表示が消えまるまで触らないようにしてください。 ➡P.39
オートパワーオフ	電源「入」の状態で、約10分放置された。	自動的に電源が切れます。「高温注意」表示は電源が切れてても、温度が下がるまで表示します。

底部の厚さや汚れに注意してください

- 

鍋は、IHヒーター（丸表示）の中央に置き、左・右IHヒーターは、鍋底が光やンサーの上にあることを確認してください。

- The diagram shows three scenarios for placing a pressure sensor:

  - Top Left:** The sensor is placed directly above the pot. A large red X is drawn over this configuration, indicating it is incorrect.
  - Top Right:** The sensor is placed directly above the burner. A large red X is drawn over this configuration, indicating it is incorrect.
  - Bottom:** The sensor is placed to the side of the burner, with the pot positioned centrally above the burner. This configuration is marked with a checkmark, indicating it is correct.

A callout from the correct configuration points to a photograph of a real pressure-controlled electric cooktop with its control panel visible.

**鍋の加熱が早いので、そばを離れず、こまめに火力調節してください**

- 

同じ鍋でも、IHヒーターによって火力が異なる場合があります

- 

P.36,37

- 使用中や使用後しばらくは、本体内部の温度上昇を抑えるために冷却ファンを回します。(最大約10分)
  - そのため冷却ファンの音と本体から少し風ができます。
  - 電源を入・切するときや使用中に、「カチカチ」と音がする場合があります。これは、内部電気部品のスイッチ動作やヒータの入・切する音で、異常ではありません。



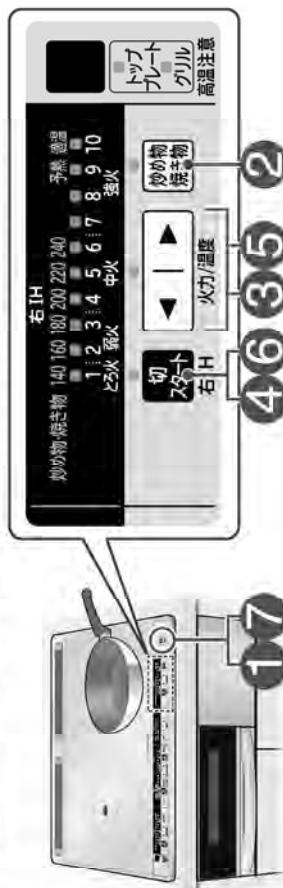


# 適温調理 炒める・焼く

メニュー選んで  
調理する

## 予熱完了をお知らせし、設定温度(目安)をキープします

- 使用できるフライパンには制限があります。➡ P.10
- フライパンなどの取っ手がプレート(上面操作パネル部)に乗り上げないようにしてください。鍋底が浮いて火力が弱くなることがあります。



## 準備

- 1 鍋の温度を正しくはかるためフライパンを右IHヒーターの中央に置き、鍋底が光センサーの上にあることを確認する
- 2 フライパンに適量の油を入れる
- 3 ▶|▶を押し、温度を設定する
- 4 ▶切|を押し、通電する
  - 鍋の温度を正しくはかるため鍋を中央から動かさないでください。
  - メロディーが鳴ったら適温です。
- 5 ▶|▶を押し、温度を調節する
  - 適温になる前に、材料を入れないでください。
  - 連続で調理する場合は手早く調理物を器に盛り、フライパンを戻してください。
- 6 ▶切|を押し、通電を切る
  - 調理が終わったら
  - 燃けて使わないときは
- 7 お手入れをするときは➡ P.32, 33

- 光センサーの上にフライパンがない状態を維持すると安全のため通電を停止することができます。➡ P.13
- フライパンを右IHヒーターの上に置くと、光センサーが点灯します。
- 鍋底が光センサーの上に置かれていない場合は、点滅表示されます。
- 「炒め物・焼き物」ランプを点灯させる
- 鍋底が光センサーの上に置かれていない場合は、点滅表示されます。
- 設定温度は目安です。調理物の種類や数量、鍋の材質や形状により、温度がすぐれる場合があります。設定温度を変えて調節してください。
- 予熱が完了するとメロディーが鳴って、「適温」が点灯します。
- 設定時は約50秒で「適温」が点灯します。鍋の種類・材質・形状などや鍋底の初期温度によっては約3分かかる場合があります。
- 最終キー操作から約45分経過すると、通電を停止します。
- トッププレートの温度が約50°C以下になるとまで「高温注意」表示をします。
- 電源を切つても温度が下がるまで表示します。

## 警告

### ● 指定の鍋・フライパン以外を使わない

油が過熱され発火するおそれがあります。

## 注意

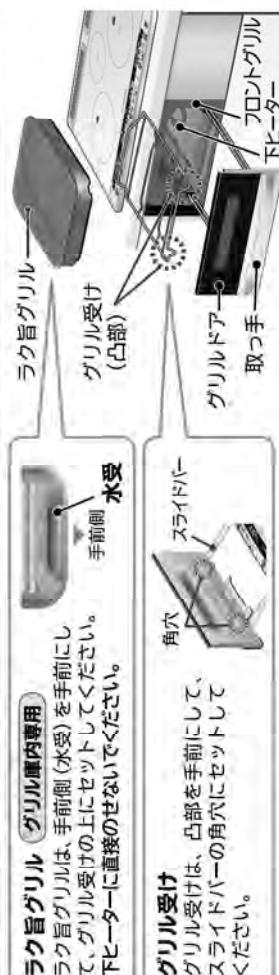
- トッププレートの光センサーと鍋底を確認してください。
- 鍋の温度が正しく検知できない場合があります。
- 汚れや水を取り除き、鍋底を確認してください。
- 設定温度は目安です。調理物の種類・材質・形状などにより実際の温度と異なる場合があります。お好みの仕上がりになりたい場合は、▶|◀により設定温度を調節してください。
- フライパンを連続して使用する場合(高温状態から通電をはじめた場合)などは、設定温度と実際の温度の差が大きくなる場合があります。フライパンを十分冷ましたからご使用ください。
- 調理後に適温調理をすると、本体内部が高温になっているため、鍋の温度が表示されない場合があります。安全のため設定温度より低い温度で適温が表示されたり、通電を停止する場合があります。十分に本体の温度を下げてからご使用ください。お急ぎの場合は手動によるお好みの火力で調理してください。➡ P.14, 15
- 適温点灯後、すみやかに調理をはじめしてください。空だきの状態でフライパンを動かしたり、放置したりすると、鍋の温度が高温になることがあります。

- お願い
- 予熱途中でフライパンをとりかえたり、動かしたりしないでください。
- 油煙が多く出たら電源を切つしてください。
- フライパンはIHヒーターの中央に置き、調理中はそばを離れないでください。
- 「適温」が点灯するまでフライパンを使用しないと、適温にならず通電を停止する場合があります。
- 適温調理に適したフライパンを用意してください。
- その場合は、IHヒーターで使えるフライパンかどうかご確認のうえ、お好みの火力で調理してください。➡ P.10, 14, 15



# グリルの使いかたのポイント

## ラク旨グリルとグリル受けは、必ずセットしてから使います



## 調理中の準備を次のように注意してください

### △ 注意

- 市販のグリルパンや焼網などラク旨グリル以外は使用しない。(脂が過熱し、発煙・発火するおそれや調理がうまくできない)
- もちろんヒーターに触れるので焼かない  
(焼く場合は、フライパンで「弱火」～「中火」で様子を見ながら焼いてください)
- グリルドアを開めるときは、グリルドアを伸し込んだ後、取っ手をもう一度押してフロントグリルに密着させてください  
(グリルドア周辺から煙や水蒸気が漏れる場合があります)



## 調理中は次の点に注意してください

### △ 注意

- 排気口・排氣カバーの上にふきんや湯船、アルミ箔などを置いてはいけません。  
(排気口・排氣カバーをふさぐと、本体周囲の異常過熱や破損の原因になります。また、グリルドアから煙が漏れたり周囲や下側に露がつく場合があります)
- 連続してご使用になる場合はグリル車内の温度を下げてから調理し、ラク旨グリルの汚れをきれいにします。(庫内の温度が高くなったりします)
- 調理の途中でグリルドアを開けない(上手に調理ができません)。また、カフンタートップを焦がしたり、本体の上部が異常に過熱され、やけどの原因になります)
- レンジフードファンを使用する(調理中、排気口から煙が出ます)
- 調理中、グリルドアがくもつたり、周りに露が付いたりするので、周りに付いた露はふきんでふき取る



- お知らせ
- ラク旨グリルは消耗部品です。材料のごびりつきがひどい場合は、ラク旨グリルを買い替えてください。  
P.4
- アルミホイルにシリコーンなどがコーティングされたフライパン用ホイルや魚焼きホイルなどを使用すると調理物がラク旨グリルに付着しにくくなりります。
- 使用する際は、アルミホイルに記載の注意事項をよくお読みのうえ、正しくお使いください。
- また、次の点もご注意ください。
- アルミホイルがラク旨グリルからはみ出ないようにする。
- アルミホイルだけの空焼きはしない。
- アルミホイルは使用のたびに交換する。

## 調理後は次の点に注意してください

### △ 注意

- ラク旨グリルは使ったびにお手入れをする(⇒ P.35)  
(長時間グリルを使用するとき、取っ手が熱くなる場合があります)
- グリルドアは、取っ手の中央部を持ち、スライドバーを水平に保つように持ち上げながらゆっくりと開閉する

## ラク旨グリルについて

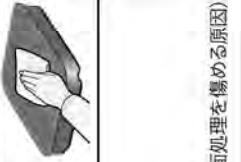
### 使い始める前に

- ラク旨グリルを使いはじめる前に、濡めた台所用洗剤(中性)とスポンジで洗い、乾いたふきんで水気をしきりふき取る。

### △ 注意

- オープンレンジなどの他の調理器具や直火では使わないでください。
- 材料を入れずに、加熱したり急な冷却をしないでください。  
(破壊・変形の原因)
- 調理物を入れて保存しないでください。  
(変色・腐食の原因)
- 金属製のへら・ナイフ・フォークなど端の尖ったものは使わないでください。  
(表面処理を傷める原因)

## ラク旨グリルはグリル車内専用です。



## ラク旨グリルを使用する際は次の点に注意してください

- 調理後のラク旨グリルの取り扱いには、乾いたふきんを使ってください。

- 調理後、仕上がり確認やラク旨グリルを取り出す場合は、ラク旨グリルなどグリル周辺が熱くなっているため、やけどの注意する(やけどの原因)
- ラク旨グリルは、傾けすぎると調理物や調理物から出た脂などがこぼれるおそれがあるので、傾けすぎないように、ゆっくりと手前から取り出す(にぼれた場合は、やけどに注意してふき取ってください)

### 取り出しかた

- グリルドアを引き出し調理物を取り出してください  
○ ラク旨グリルは、本体が冷えてから取り出す  
(やけどの原因)



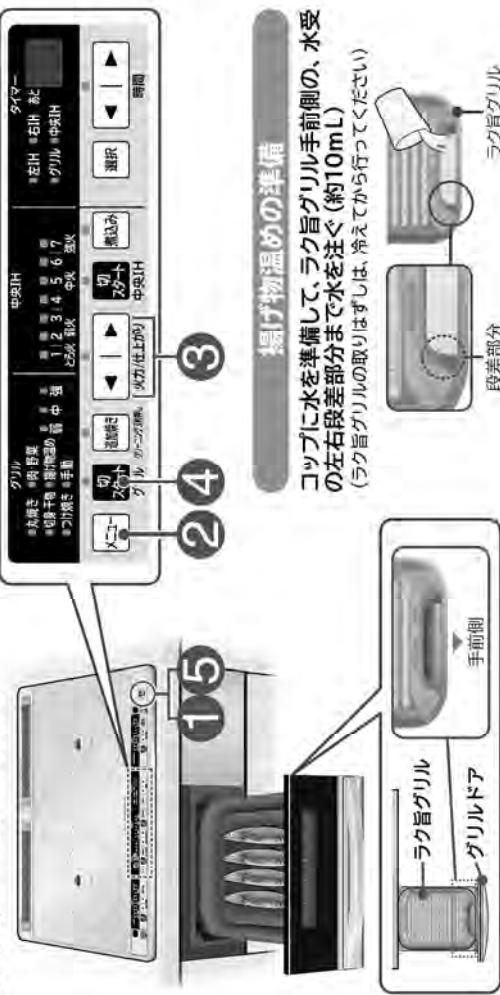
- お知らせ
- ラク旨グリルは消耗部品です。材料のごびりつきがひどい場合は、ラク旨グリルを買い替えてください。
- アルミホイルにシリコーンなどがコーティングされたフライパン用ホイルや魚焼きホイルなどを使用すると調理物がラク旨グリルに付着しにくくなります。
- 使用する際は、アルミホイルに記載の注意事項をよくお読みのうえ、正しくお使いください。
- また、次の点もご注意ください。
- アルミホイルがラク旨グリルからはみ出ないようにする。
- アルミホイルだけの空焼きはしない。
- アルミホイルは使用のたびに交換する。

- 通電してしばらくの間、前回の調理でヒーターについている脂が加熱されにおいや煙が出ることがあります。
- 調理直後にグリルドアを引き出さず、煙が前面から出ます。特に脂分の多い魚などを焼いたあとは、30秒程度待つてから引き出してください。
- 調理メニュー「手動」は上・下ヒーターの通電を細かく切り替えて両面を焼き上げるため、調理メニュー「丸焼き」「切身・干物」「つけ焼き」「肉・野菜」「揚げ物温め」で調理するときよりも仕上がりに時間がかかる場合があります。(からん干しなどの焦げやすい調理物を調理するためです)
- 厚みのある魚は、調理メニュー「丸焼き」「切身・干物」「つけ焼き」で調理してください。

# 丸焼き、切身・干物、つけ焼き、肉・野菜、揚げ物温め

## メニューを選んで調理をします

●食材の厚さは4cm以下にしてください。



## 丸焼き、切身・干物、つけ焼き 調理のこつ

●魚を調理する場合は、尾などの薄い部分が焦げやすいので、ラク旨グリルの手前側に尾を向けてください。魚を1~3尾焼く場合は、ヒーター形状によりせる位置で焼き色が付きにくいため、魚を斜めにのせてください。

●焦げ目のつき具合は魚の種類や大きさ、同じ大きさでも脂ののり具合、魚の温度、塩の味によつて異なります。(塩のふる量が多いと焦げ目が強くなり)お好みにより仕上がりを調整して調理してください。

●水分が多い生魚(さんまやあじなど)は、調理する約10~20分前に塩をふつておくと、焼き色が付きやすくなります。

●冷凍してある魚は、よく解凍してから焼いてください。魚の内部が冷たいため、中まで火が通りにくく焼き足になつたり、温度センサーが正しく動かず焼き過ぎになります。

●ハーフは、厚さを1.5~2cmに削えて小判型にして中央をくぼませてください。

●鶏肉の皮にフォークなどで穴をあけ、厚みのある部分をやすり目を入れてください。

●調理するときの鶏肉ののせかたは、右図のように上に並べてください。

## 肉・野菜 調理のこつ

●ハーフは、厚さを1.5~2cmに削えて小判型にして中央をくぼませてください。

●鶏肉の皮にフォークなどで穴をあけ、厚みのある部分をやすり目を入れてください。

●調理するときの鶏肉ののせかたは、右図のように上に並べてください。

## 準備

材料をラク旨グリルの上にのせ、  
グリルドアを確実に閉める

●「揚げ物温め」を選んで調理する場合は、ラク旨グリルの水槽に水約10mL(目安:段差部分まで)を入れます。

## 1

電源を入れる(ランプが点灯します)  
[電源切込] を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、  
[メニューボタン] を押す

## 2

「丸焼き」「切身・干物」「つけ焼き」「肉・野菜」「揚げ物温め」ランプを  
点灯させる  
[メニューボタン] を押し、  
「丸焼き」「切身・干物」「つけ焼き」「肉・野菜」「揚げ物温め」ランプを  
点灯させる

## 3

材料に適した仕上がりに設定する  
[左側ボタン] を押し、  
[右側ボタン] を押し、  
[強め] 標準 弱め

## 4

調理物を取り出す  
[切込] を押し、通電する  
●調理が終わると、メロディーが鳴ります。

## 5

お手入れをするときは  
[電源切込] を押し、電源を切る  
●「高温注意」表示をします。  
●調理物を入れたままにしておくと、余熱で焦げ過ぎることがあります。  
●調理が終了すると、[点滅] のランプが点滅します。  
●「高温注意」表示をします。  
●電源を切つても、温度が下がるまで表示します。

## 6

お手入れをするときは  
[電源切込] を押し、電源を切る  
●「高温注意」表示をします。  
●調理物を取り出します。  
●調理物を入れたままにしておくと、余熱で焦げ過ぎることがあります。  
●調理が終了すると、[点滅] のランプが点滅します。  
●「高温注意」表示をします。

## 7

お手入れをするときは  
[電源切込] を押し、電源を切る  
●「高温注意」表示をします。  
●調理物を取り出します。  
●調理が終了すると、[点滅] のランプが点滅します。  
●「高温注意」表示をします。

## 8

●調理中はメニューおよび仕上がりの変更はできません。

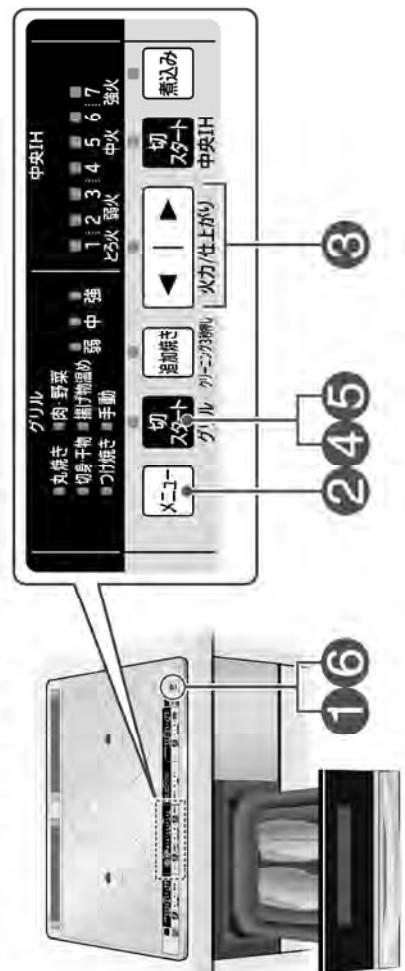
●グリルドアを閉めるとときは、グリルドアがフロントグリルに密着するまで押し込んでください。  
(グリルドア周辺から煙や水蒸気が漏れる場合があります)



# 手動(魚焼き)

メニューを選んで調理します

## メニューを選んで調理をします



### 火力設定、調理時間設定の目安とこづ

材料に合わせてメニューと火力を選んでください。

●加熱時間は目安です。加熱時間の目安を基準にして、大きさや数によって時間を調節してください。  
●厚みのある魚は、調理メニュー「丸焼き」「つけ焼き」「切身・干物」「つけ焼き」で調理してください。

調理例	調理名	材料	選択メニュー	加熱時間の目安
いわしえんし	さんまのみりんし	[1枚 約4g] 10枚	手動 中	約5~8分
いわしえんし	小あじのみりんし	[約80g] 2枚	手動 中	約6~10分
スルメ	いかのみそ漬け焼き	[1尾 約25~30g] 15尾	手動 中	約14~16分
		[1枚 約80g] 1枚	手動 中	約3~5分

●焼き色が濃過ぎたり、焼過ぎるときは火力を調節してください。  
●連続して焼く場合は加熱時間を短くしてください。  
●焦げやすい調理物を調理するのに適しています。

## 準備

材料をラク旨グリルの上にのせ、  
グリルドアを確実に閉める

1

電源切  
入  
を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、  
電源を入れる(ランプが点灯します)

2

□を押し、  
「手動」ランプを点灯させる

3

◀ ▶ を押し、  
材料に合った火力に設定する

4

◀ ▶ を押し、通電する

5

切  
スイ  
ッチ  
を押し、通電を切る

6

電源切  
入  
を押し、電源を切る  
(ランプが消灯します)  
お手入れをするときは ➡ P.34、35

●グリルドアを閉めるとときは、グリルドアがフロントグリルに密着するまで押し込んでください。  
(グリルドア周辺から煙や水蒸気が漏れる場合があります)



（メニューを運んで調理する）手動(魚焼き)

●グリル庫内の温度が約60°C以下になると  
「高温注意」表示をします。  
●電源を切っても温度が下がるまで表示します。



●グリル庫内の温度が約60°C以下になると  
「高温注意」表示をします。  
●電源を切っても温度が下がるまで表示します。

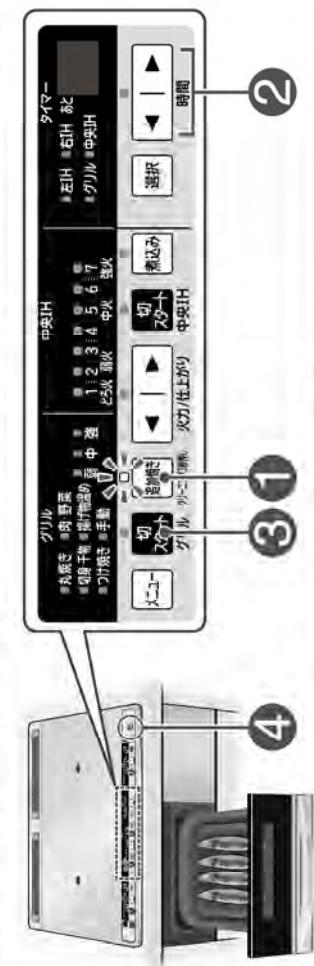
# 追加焼きをする

# いろいろな機能を使う

## 調理終了後、お好みで追加焼きができます

## タイマーを使う

●右IHヒーターでタイマーを使う場合を説明しています。



### 調理メニュー終了後、設定する

1 [点滅] を押し、

「追加焼き」ランプを点灯させます

2 ▶ [▶] を押し、

焼き時間を設定する

3 [切] を押し、通電する

●調理が終わると、メロディーが鳴ります。

●調理が終了すると、[ ] のランプが [点滅] 点滅します。

●調理終了後の約5分間に、メニュー選択して [切] を押し、通電した場合、「追加焼き」が足りないときは、さらに「追加焼き」で様子を見ながら、焼いてください。

●調理終了後のお好みで、余熱で焦げ過ぎることがあります。

●途中で追加焼きを止めたい場合は、[切] を押し、通電を停止してください。

### 焼けていたときは

4 [電源 切入] を押し、電源を切る  
(ランプが消灯します)

お手入れをするときは ➡ P.34, 35



●「追加焼き」はメロディーが鳴つて「追加焼き」が点灯した後、タイマー設定ができます。

●IHヒーターの左IHヒーターには、タイマーを設定することができます。

●グリル調理メニュー「丸焼き」「肉・野菜」「つけ焼き」「肉・野菜」「揚げ物」「手動」には、タイマーを設定することができます。

### 通電中(調理中)に設定する

1 [点滅] を押し、タイマーを設定したいIHヒーターまたはグリルのランプを点滅させる

2 ▶ [▶] を押し、時間(秒)を設定する

3 [切] を押し、

焼き時間を設定

●設定時間が1時間を超える場合は、90分まで1分単位、2~9時間までは1時間単位で設定でき表示します。使いかたに応じて設定してください。  
例: 2時間30分の場合は、2時間のタイマー終了後、30分の時間設定をしてください。

●設定時間が9時間の場合(9hと表示)  
左・右IHヒーター ①火力「1」～「3」  
②火力「4」～「10」  
右IHヒーター ③炒め物、焼き物  
中央IHヒーター ④火力「1」～「3」  
⑤火力「4」～「7」  
⑥煮込み  
グリル ⑦調理メニュー「手動」

●設定時間が1時間の場合(60と表示)  
左・右IHヒーター ⑧9時間(9hと表示)  
⑨60(60と表示)  
右IHヒーター ⑩45分(45と表示)  
中央IHヒーター ⑪9時間(9hと表示)  
⑫60(60と表示)  
グリル ⑬1時間(60と表示)  
⑭2時間(2hと表示)

●長い時間を設定する場合は「[ ]」から [▶] で逆戻りすると早く合わせられます。  
●グリル(調理メニュー「手動」)は切り忘れ防止自動停止機能(30分)を優先しますので、通電途中での設定では最大時間が短くなります。

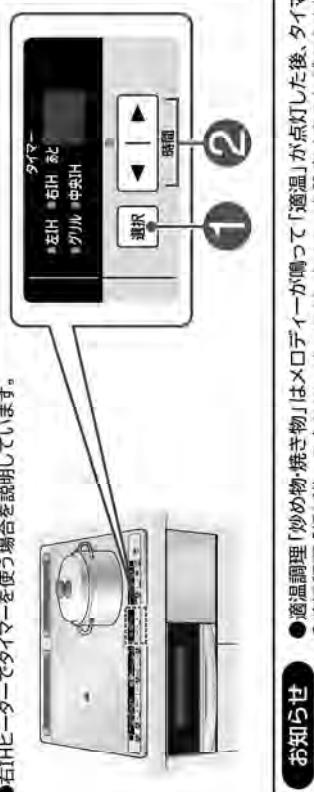
約3秒間待つとメロディーが鳴り、タイマーがスタートします  
タイマーが終了するとメロディーが鳴り、自動的に通電を停止します。

●途中で調理タイマーを中止するときは、中止したいIHヒーターまたはグリルの [ ] を押し、通電を停止してください。

●タイマー設定の際「[ ]」の表示のまま約30秒間放置するとタイマー表示が消灯します。

●タイマー運転中は、タイマー表示部に設定したIHヒーターまたはグリルの残時間表示します。(9h～2hと表示の場合には、1時間経過するごとに表示が切り替わります)

●タイマーを使うときは、ふきこぼれや焦げ付きにご注意ください。



●適温調理「炒め物・焼き物」はメロディーが鳴つて「適温」が点灯した後、タイマー設定ができます。

●IHヒーターの左IHヒーターには、タイマーを設定することができます。

●グリル調理メニュー「丸焼き」「肉・野菜」「つけ焼き」「肉・野菜」「揚げ物」「手動」には、タイマーを設定することができます。

### お知らせ

●適温調理「炒め物・焼き物」の左IHヒーターには、タイマーを設定することができます。

●グリル調理メニュー「丸焼き」「肉・野菜」「つけ焼き」「肉・野菜」「揚げ物」「手動」には、タイマーを設定することができます。

●適温してないIHヒーターまたはグリルにタイマーは設定できません。

●設定時間が1時間を超える場合は、90分まで1分単位、2~9時間までは1時間単位で設定でき表示します。使いかたに応じて設定してください。  
例: 2時間30分の場合は、2時間のタイマー終了後、30分の時間設定をしてください。

●設定時間が9時間の場合(9hと表示)  
左・右IHヒーター ①火力「1」～「3」  
②火力「4」～「10」  
右IHヒーター ③炒め物、焼き物  
中央IHヒーター ④火力「1」～「3」  
⑤火力「4」～「7」  
⑥煮込み  
グリル ⑦調理メニュー「手動」

●設定時間が1時間の場合(60と表示)  
左・右IHヒーター ⑧9時間(9hと表示)  
⑨60(60と表示)  
右IHヒーター ⑩45分(45と表示)  
中央IHヒーター ⑪9時間(9hと表示)  
⑫60(60と表示)  
グリル ⑬1時間(60と表示)  
⑭2時間(2hと表示)

●長い時間を設定する場合は「[ ]」から [▶] で逆戻りすると早く合わせられます。  
●グリル(調理メニュー「手動」)は切り忘れ防止自動停止機能(30分)を優先しますので、通電途中での設定では最大時間が短くなります。

約3秒間待つとメロディーが鳴り、タイマーがスタートします  
タイマーが終了するとメロディーが鳴り、自動的に通電を停止します。

●途中で調理タイマーを中止するときは、中止したいIHヒーターまたはグリルの [ ] を押し、通電を停止してください。

●タイマー設定の際「[ ]」の表示のまま約30秒間放置するとタイマー表示が消灯します。

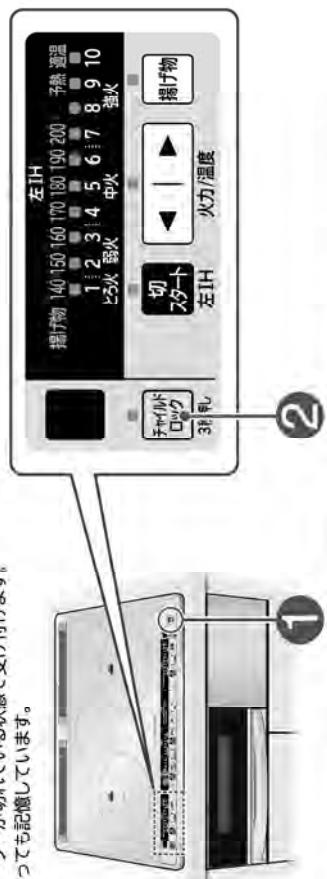
●タイマー運転中は、タイマー表示部に設定したIHヒーターまたはグリルの残時間表示します。(9h～2hと表示の場合には、1時間経過するごとに表示が切り替わります)

●タイマーを使うときは、ふきこぼれや焦げ付きにご注意ください。

# いろいろな機能を使う(つづき)

## チャイルドロック

- 安全のために、操作できないようロックできます。
- 全てのヒーターが切れている状態で受け付けます。
- 電源を切つても記憶しています。



### 全ての操作をロックする

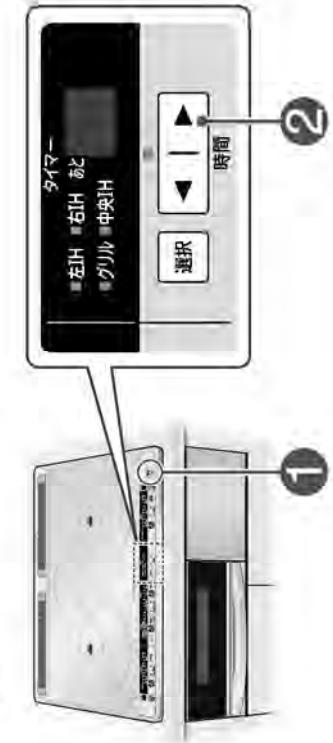
- 1 電源[切入]を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、電源を入れる(ランプが点灯します)
- 2 チャイルドロックを約3秒押し、ランプを点灯させる  
●元に戻すとそのまま受け付けます。

### 全てのロックを解除する

- 1 電源[切入]を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、電源を入れる(ランプが点灯します)
- 2 チャイルドロックを約3秒押し、ランプを消灯させる

## メロディーとブザーの切り替え

- 全てのヒーターが切れている状態で受け付けます。
- 電源を切つても記憶しています。



- 2 タイマー操作部の[▶]を約3秒押し、「ピピッ」と鳴ったら切り替え完了
- 元に戻すときも、同じ操作をします。

チャイルドロック／レンジフードファン運動／メロトーン／カーキング音

## レンジフードファン運動 (HTB-TS73JSFのみ)

- 各IHヒーター、またはグリルの通電・停止に運動して、レンジフードファンが運転・停止するシステムです。IHヒーターまたはグリルの通電を開始したとき
- 詳しくはレンジフードファンの取扱説明書をご覧ください。
- レンジフードファン運動対応のレンジフードファンについては、お買い上げの販売店または、お買い上げの販売店にお問い合わせください。[P.63](#)
- レンジフードファン運動の切り替えについては、お買い上げの販売店にお問い合わせください。[P.62](#)

### 操作と運動する内容

IHクリッキングヒーターの操作	レンジフードファンの動作
各IHヒーターまたはグリルの通電を開始したとき	運転を開始します。
各IHヒーターまたはグリルの通電を停止したとき	約3分後に自動停止します。

- お願い** IHクリッキングヒーターからの信号がさえぎられるレンジフードファンが動作しない場合があります。(送信部の確認 [P.5](#))

- 送信部が汚れています。

- 送信部が錆やフレイバーの取っ手などでおわれている。
- ※その他の理由でうまく送・受信できることがあります。その場合は、レンジフード側で操作してください。

# お手入れ



●お手入れは、電源を切り、本体が冷えてから行う

## ご注意

- ご使用のたびにお手入れしてください。
- ベンジン、シンナー、粉末タイプのクレンザーは使用しないでください。
- 排気口に水が入らないよう、ご注意ください。

## 排気カバー・排気口

薄汚れたらすぐにふき取つてください。  
調理油や油汚れがついたまま調理すると鍋底やトッププレートに焦げつき。汚れが落ちにくくなります。また、ホーロー鍋の場合、鍋やトッププレートの焦げつきが原因で底面のホールが溶け、焼き付いてくつき、無理に剥がすとトッププレートの破損の原因になります。

### ●軽い汚れ

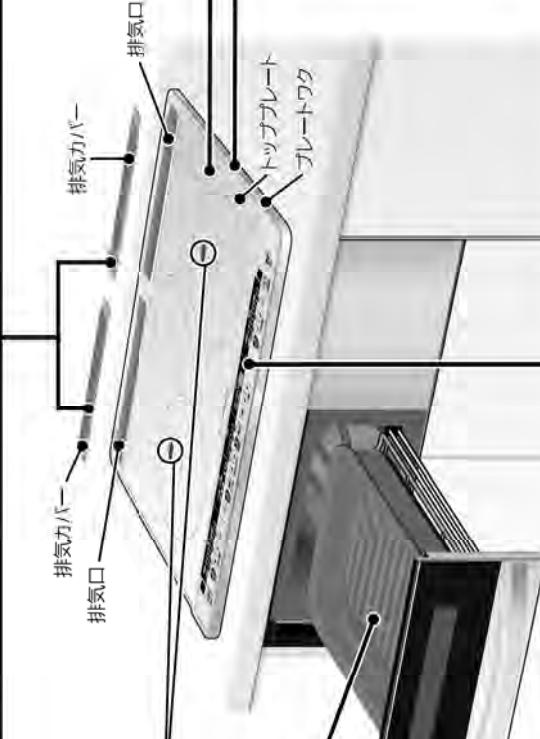
絞ったふきんでふき取り、その後乾いたふきんでからぶきする。

### ●油汚れ

台所用洗剤（中性）を薄めて、ふきんにしみ込ませてふき取り、水を絞ったふきんで洗剤を除去した後、乾いたふきんでからぶきする。

### ご注意

- 排気カバーは、食器洗い乾燥機に入れたリアルカリ性の洗剤を使つたりしないでください。  
グリル使用中にグリルドアから煙が漏れたりする場合があります。
- お手入れ後は、水分をよくふき取り、本体に必ずセットしてください。
- 排気カバーは強くこすらないでください。表面を傷つけたり変形する場合があります。
- 排気口の中は、割りばしなどに布を巻きふき取つてください。
- 排気口へ水などをこぼした場合は、底面から排出されますので、本体底面とキャビネット内をふき取つてください。



## 上面操作パネル

やわらかい布でふき取る。  
汚れがひどいときは、台所用洗剤（中性）を薄めて、ふきんにしみ込ませてふき取り、その後乾いたふきんでからぶきする。

### ご注意

- トッププレートに小さなひびや割れなどを見つけた場合や、トッププレートとプレート窓のすき間が大きくなつた場合は、そのまま使用せず、お買い上げの販売店または「ご相談窓口」(P.63)にご相談ください。
- しようゆなどの調味料を放置すると、汚れあとが残ることがあります。
- 鍋底の汚れがトッププレートにつく場合があります。鍋底の汚れも取り除いてください。
- 光センサーが汚れていると、鍋の温度が正しく検知できません。汚れを取り除いてください。

## トッププレート・プレートワク(ステンレス製)・光センサー

薄汚れたらすぐにふき取つてください。  
調理油や油汚れがついたまま調理すると鍋底やトッププレートに焦げつき。汚れが落ちにくくなります。また、ホーロー鍋の場合、鍋やトッププレートの焦げつきが原因で底面のホールが溶け、焼き付いてくつき、無理に剥がすとトッププレートの破損の原因になります。

### ●軽い汚れ

絞ったふきんでふき取り、その後乾いたふきんでからぶきする。

### ●油汚れ

台所用洗剤（中性）を薄めて、ふきんにしみ込ませてふき取り、水を絞ったふきんで洗剤を除去した後、乾いたふきんでからぶきする。

### ご注意

- 酸性・アルカリ性の強い洗剤（漂白剤、住宅用合成洗剤など）や、お酢を使って清掃しないでください。付着した場合はすぐにふき取つてください。  
液剤や洗剤が残ると、表面が変色したりトッププレートとフレートワクの接合部分が劣化し、はがれの原因になります

### ●落ちにくい汚れ

クリームタイプのクレンザーを丸めたラップにつけてこすりとする。

### ご注意

- ドライバーやフォークなど先の鋭いものや粉未タイプのクレンザーは使わないでください。
- たわし・スポンジのナイロン面（硬い面）、アルミホイルなどでこすらないでください。  
(トッププレート・フレートワクが傷つく原因になります)

それでも落ちないとときは  
市販のセラミック用スクリーバーなどで煮こぼれの部分だけを軽く削り落とし、その後よくふき取る。  
トッププレートとフレートワクの合わせ目を、ドライバーやフォークなど先の鋭いものでこすらないようにしてください。  
合わせ目にはさき間ができ、水もれなどの原因になります。

### ご注意

- 2015年7月現在  
トッププレート用クリーナー
- トッププレートの汚れを落とし、光沢を出し、ふきこぼれによる汚れや焦げつきを抑えます。  
部品名：ガラスクリーナー（HT-K1）  
部品番号：HT-D8\_009  
希望小売価格：1,400円（税別）

※日立の家電品取扱店にご相談ください。  
希望小売価格は価格改定に伴い変更する場合があります。

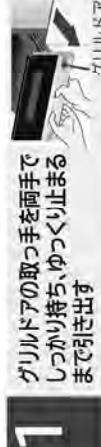
### ご注意

- トッププレートに小さなひびや割れなどを見つけた場合や、トッププレートとプレート窓のすき間が大きくなつた場合は、そのまま使用せず、お買い上げの販売店または「ご相談窓口」(P.63)にご相談ください。
- しようゆなどの調味料を放置すると、汚れあとが残ることあります。
- 鍋底の汚れがトッププレートにつく場合があります。鍋底の汚れも取り除いてください。
- 光センサーが汚れていると、鍋の温度が正しく検知できません。汚れを取り除いてください。

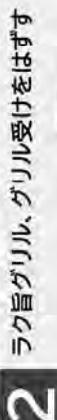
# お手入れ(つづき)

## △注意

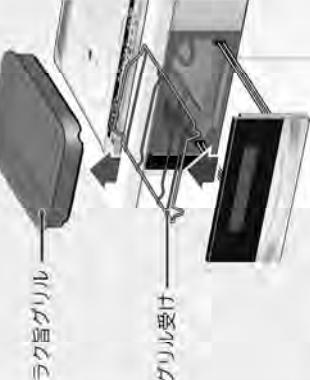
### グリルドア、ラク旨グリル、 グリル受けの取りはずしかた



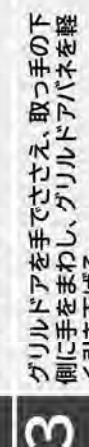
1 グリルドアの取っ手を両手で  
しっかりと持ち、ゆっくり止まる  
まで引き出します。 グリルドア



2 ラク旨グリル、グリル受けをはずす



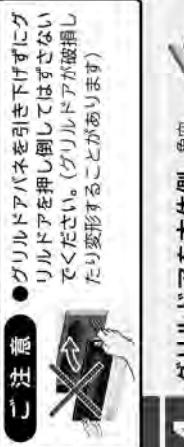
ラク旨グリル内の脂などをこぼさないように  
注意してください。



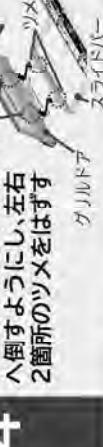
3 グリルドアを手でささえ、取っ手の下  
側に手をまわし、グリルドアバネを軽  
く引き下げる



●グリルドアバネを引き下げずにグ  
リルドアを押し倒してはいけない  
でください。(グリルドアが破損し  
たり変形することがあります)



●ラク旨グリルに脂や汁がたまっている場合は、こぼれないように両手でゆっくり持ち上げて、注意して  
前から取り出してください。



●スライドバーについても温度が下がるまで表示します。

### グリルドア、ラク旨グリル、 グリル受けのお手入れ



薄めた台所用洗剤(中性)とスポンジで洗う。  
ラク旨グリルにたまった脂や汁などの汚れは、キッチンペーパーなどでふき取り、その後薄めた台所用洗剤(中性)とスポンジで洗う。

汚れが落ちにくいときは  
ラク旨グリルの表面に食品がこびりついたり、焦げついたりした場合、ラク旨グリルにお湯(約40~50°C)を入れ、10分程度  
つけ置きをして、食品のこびりつきをふやかしてから、薄めた台所用洗剤(中性)とスポンジで洗う。

#### ご注意

- 汚がついたら、つどお手入れしてください。汚れがこびりつると調理物が取りにくくなることがあります。
- 洗った後は、乾いたふきんで水気をしきかりふき取って乾燥させてから収納してください。(さびの原因)
- たわし・スポンジのナイロン面(使い面)でこすらないでください。  
(表面処理に傷がついたらはがれたりすることがあります)
- レンザーは使用しないでください。(表面を傷つけます)
- 漂白剤および漂白系洗剤を使わないでください。(変色の原因)
- 馬つづきなどを落とすときは、跳利な物でこすらないでください。(傷の原因)
- 食器洗い乾燥機や食器乾燥器に入れたり、アルカリ性の洗剤を使ったりしないでください。  
●グリルドア(強化ガラス)に塵がついた場合は、日立の家電品取扱店でお買い求めください。  
●ラク旨グリル、グリル受けが消耗部品です。表面処理が傷んだ場合や破損した場合は、日立の家電品取扱店でお買い求めください。  
→ P.4

### 車内クリーニング(においを軽減するには)

5~6回使用のたびに庫内クリーニングをご使用ください。グリル庫内の油汚れを乾燥させ、においを軽減す  
ることができます。(汚れは除去できません)

グリル庫内の油汚れを乾燥させないと腐食して故障の原因にもなります。

#### ラク旨グリル、グリル受けをはずし、 グリルドアを確実に閉める

- 1 ラク旨グリルを手で  
ささえ、垂直に起こし  
ながらはめ込む
- 2 グリルドアを手で  
ささえ、垂直に起こし  
ながらはめ込む
- 3 グリル受け、ラク旨グリルをのせる

#### ご注意

- クリーニング中は、グリル庫内の油を焼き切るために煙が出来る場合があります。必ずレンジフードファンを使用してください。
- グリル庫内に落ちた食品カスなどは、グリル庫内が冷えてから手袋などをして取り除いてください。また、手が届かない庫内部分は、割りばしなどに布を巻き、ふき取ってください。
- グリル庫内は金属部が多くありますので、やけどの危険があります。

#### ご注意

- クリーニング中はタイマー表示部に「！」を表示します。
- 約11分で終了します。
- 途中で中止したいときは、■を押します。
- グリル庫内の温度が約60°C以下になるまで「高温注意」表示をします。
- 電源を切っても温度が下がるまで表示します。

#### ご注意

- グリル庫内の温度が約60°C以下になると  
「高温注意」表示をします。
- 電源を切っても温度が下がるまで表示します。

#### 操作して使わないときは

#### 電源 切り

#### 電源 切り

4 を押し、電源を切る  
(ランプが消灯します)

●お手入れ(つづき)に記載している場合は、こぼれないように両手でゆっくり持ち上げて、注意して

●汚れたまま放置するとさびの原因になります。

# お困りのときは

修理を依頼される前に次の点を  
もう一度お調べください。

## ここを確認

専用ブレーカーが切れていませんか。

専用ブレーカーを入れてください。

電源が切れていますか。(電源ランプが消えている)

電源を入れてください。

電源スイッチをブザーが鳴るまで約1秒押してください。

電源を「入」の状態で約10分放置するとオートパワーオフ機能が働き、自動的に電源が切れます。

チャイルドロックが解除されています。

IHヒーターで使える鍋を使用していますか。

(使える鍋について ➡ P.10)

## こんなときは

使用中にファンの音が大きくなることがあります。

IHヒーター使用中に鍋から音がする

グリルドアを開閉する際に金属音がする

火力が弱くなることがあります

IHヒーターで火力が違う

IHヒーターでの調理に時間がかかる

火力が上がらない

ケトルについて

結露について

ここを確認	
こんなときは	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 本体内部を冷やすために冷却ファンの回転を設定火力に合わせて変えていきます。</li> </ul>
音について	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 鍋底が薄い鍋や多層鍋、ホーローの密着が良くない鉄ホーロー鍋など鍋の種類によっては音(ジー音、カチカチ音)や共鳴音(キーン音、キューン音)が発生することがあります。また鍋の取っ手に振動を感じることがあります。これは磁力線により鍋自体が振動するためで、異常ではありません。</li> <li>● 気になる場合は、火力を下げたり、鍋の位置を下したり、置き直したりと音が止まることがあります。</li> <li>+ IHヒーターを同時に使用した場合、鍋の強制的に共鳴音(「キーン」や「キューン」という音)がしますが、これも磁力線により鍋が振動するためで異常ではありません。</li> </ul>
質について	<ul style="list-style-type: none"> <li>● IHヒーターを同時に使用した場合、鍋の強制的に共鳴音(「キーン」や「キューン」という音)がしますが、これも磁力線により鍋が振動するためで異常ではありません。</li> </ul>
火力について	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ホーロー・ステンレス製の鍋については鍋底の直径が左・右IHヒーターの場合は12~26cmのもので、鍋底の反りが3mm未満のものをご使用ください。(使える鍋について ➡ P.10)</li> <li>● 炒め物などをを行うと、鍋底温度が上がり、自動的に火力をコントロールする場合があります。温度が下がると自動的に火力が強くなるので、そのままご使用ください。</li> <li>● IHヒーターの特性や冷却具合により、同じ鍋でも各IHヒーターで火力が異なる場合があります。</li> <li>● IHヒーターで火力が違う</li> </ul>
火について	<ul style="list-style-type: none"> <li>● IHヒーターでの調理に時間がかかる</li> <li>● 調理の途中で火が弱い</li> <li>● 火力が上がらない</li> </ul>
ケトルについて	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 調理時に排気口から出る水蒸気などが壁面につき水滴になることがあります。</li> <li>● 蒸気を吸い込むと熱湯することがありますが、しばらくするど元に戻ります。</li> </ul>
結露について	<ul style="list-style-type: none"> <li>● IHヒーターやグリルは停止し、タイマーを取り消されます。</li> <li>● 電源を入れ、もう一度初めから操作を行ってください。</li> <li>● 電源スイッチをブザーが鳴るまで約1秒押してください。</li> </ul>



トッププレートやグリルドアおよび  
庫内など高温部に触れない

ここを確認	
こんなときは	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 専用ブレーカーが切れていませんか。</li> <li>● 専用ブレーカーを入れてください。</li> <li>● 電源が切れていますか。(電源ランプが消えている)           <ul style="list-style-type: none"> <li>• 電源を入れてください。</li> <li>• 電源スイッチをブザーが鳴るまで約1秒押してください。</li> <li>• 電源を「入」の状態で約10分放置するとオートパワーオフ機能が働き、自動的に電源が切れます。</li> <li>• チャイルドロックを解除してください。( ➡ P.30)</li> <li>• IHヒーターで使える鍋を使用していますか。               <ul style="list-style-type: none"> <li>(使える鍋について ➡ P.10)</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>
電源について	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 使用途中にIHヒーターまたはグリルの通電が停止した(切り忘れ防止自動停止機能)</li> </ul>
左・右IHヒーターの通電が停止した	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 各IHヒーターやグリルに一定時間経過すると自動的に通電を停止する切り忘れ防止自動停止機能が設けられています。           <ul style="list-style-type: none"> <li>• IHヒーター操作後約45分</li> <li>• グリルの調理メニュー「手動」は通電後約30分</li> <li>• 切り忘れ防止自動停止機能が働いた時はブザーでお知らせします。</li> <li>• 再度、通電をスタートしてください。</li> </ul> </li> </ul>
表示部の火力表示ランプが交互に点灯し、約30秒後に消灯した(金属小物検知自動停止機能)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 例: 右IHヒーターの鍋確認表示</li> <li>● 例: 右IHヒーターの鍋確認表示</li> </ul>
電源について	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 鍋がIHヒーターから大きく離れていました。</li> <li>● 中央に置いてください。( ➡ P.13)</li> </ul>
音について	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 一度鍋を置いてください。(使える鍋について ➡ P.10)</li> <li>● 鍋がIHヒーターから離れていました。</li> <li>● 例: 右IHヒーターの鍋確認表示</li> </ul>
電源を入・切するときや音がする	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 電源を入れ、もう一度初めから操作を行ってください。</li> <li>● 電源スイッチをブザーが鳴るまで約1秒押してください。</li> </ul>
電源を切つても音がする	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 手動火力「1」(100W相当)はヒーターを入れ切しますので、入・切音がします。</li> <li>● 電源を「切」にした場合でも離験して冷却ファンが回りますが、異常ではありません。本体内部の回路を保護するために、キー操作後冷却ファンが最大約10分間動作します。</li> <li>● 自動的に冷却ファンは止まります。</li> </ul>



## もくじ

### 右IHヒーターでの調理例

#### 適温調理「炒め物・焼き物」(HTB-TS73JSFのみ)

(レシピ名)	(設定温度の目安)	(レシピ名)	(設定温度の目安)	(レシピ名)	(設定温度の目安)
ビーフステーキ	42	220℃	マー一ボー豆腐	46	200℃
薄切りポークカツ	42	200℃	空心菜とにんにくの炒め物	46	220℃
ポークソテー	43	180℃	野菜炒め	46	220℃
チキンソテー	43	180℃	えびチリ	47	200℃
白身魚のソテー	43	200℃	チンジャオロウスー	47	200℃
ゴーヤチャンプル	44	200℃	大豆のキーマカレー	48	200℃
あじのフライ	44	200℃	スクランブルエッグ	48	160℃
焼きそば	44	200℃	オニオンスープ	48	200℃
八宝菜	45	200℃	彩り野菜ビーニヤカラダース	49	200℃
チャーハン	45	220℃	ブイヤベース	49	180℃ ▶ 140℃

### 左IHヒーターでの調理例

#### 適温調理「揚げ物」

(レシピ名)	(設定温度の目安)	(レシピ名)	(設定温度の目安)	(レシピ名)	(設定温度の目安)
天ぷら	50	180℃	コロッケ	52	180℃
串揚げ	50	190℃	とんかつ	52	170℃
えびフライ	51	180℃	フライドポテト	52	170℃
カキフライ	51	180℃	鶏のかから揚げ	53	170℃
オニオングリング	51	180℃	フライドチキン	53	160℃

#### 調理メニュー「揚げ物」

(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)
さわらの西京漬け	56	つけ焼き	56	つけ焼き	56
焼きとり(たれ)	56				
鶏手羽先のつけ焼き	57	肉・野菜	57	肉・野菜	57
鶏手羽中の塩焼き	58	肉・野菜	58	肉・野菜	58
牛丼焼き	58	肉・野菜			

#### 適温調理「焼物」

(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)
さんまの塩焼き	54	丸焼き	中	塩さんま	54
たいの塩焼き	54	丸焼き	中	いさきの塩焼き	54
あじの塩焼き	54	丸焼き	中		
チキンソテー	43	200℃			

#### 調理メニュー「丸焼き」

(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)
さんまの塩焼き	54	丸焼き	中	塩さんま	54
たいの塩焼き	54	丸焼き	中	いさきの塩焼き	54
あじの塩焼き	54	丸焼き	中		
チキンソテー	43	200℃			

#### 調理メニュー「切身・干物」

(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)
さんまの開き	55	切身・干物	中	あじの開き	55
塩ざけ	55	切身・干物	中	はたはた	55
塩さば	55	切身・干物	中	ししゃも	55
チキンソテー	43	200℃			

#### 調理メニュー「つけ焼き」

(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)
さわらの西京漬け	56	つけ焼き	中	ぶりのつけ焼き	56
焼きとり(たれ)	56	つけ焼き	中		
鶏手羽先のつけ焼き	57	肉・野菜	中	焼き野菜	58
鶏手羽中の塩焼き	58	肉・野菜	中	ハシバード	59
牛丼焼き	58	肉・野菜	中	れんこんハンバーグ	60
				チーズ入りチキンハンバーグ	60

#### 調理メニュー「肉・野菜」

(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)
鶏のハーブ焼き	57	肉・野菜	強	鶏のハーブ焼き	57
焼きとり(塩)	57	肉・野菜	中	鶏手羽先のつけ焼き	58
鶏手羽中の塩焼き	58	肉・野菜	中	鶏手羽中の塩焼き	58
牛丼焼き	58	肉・野菜	中		

#### 調理メニュー「カップ・スープ」

(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)
トマトケチャップ	5g	カップ(200ml)	5ml	トマトケチャップ	5g
油・バター	18g	カップ(200ml)	230g	油・バター	18g
片栗粉・砂糖(上白糖)	24.0g	カップ(200ml)	130g	片栗粉・砂糖(上白糖)	9g
だし汁	9g	カップ(200ml)	15ml	だし汁	9g

#### 標準計量カップ・スプーンでの食品の質量表

食品名	計量	小さじ(5ml)	大さじ(15ml)	カップ(200ml)	計量	小さじ(5ml)	大さじ(15ml)	カップ(200ml)
水・酒・牛乳 しじらかみいん・みそ	5g	15g	200g	トマトケチャップ	5g	15g	230g	
食鹽	6g	18g	230g	油・バター・ラー油	4g	12g	180g	
小麦粉(強力粉・強力粉)	3g	18g	24.0g	片栗粉・砂糖(上白糖)	3g	9g	130g	
				だし汁	5g	15g	200g	

#### 調理メニュー「揚げ物温め」

(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)
かき揚げ温め	61	揚げ物温め	中	天ぶら温め	61
とかかつ温め	61	揚げ物温め	中	アシフライ温め	61
コロッケ温め	61	揚げ物温め	中	から揚げ温め	61
フライドチキン温め	61	揚げ物温め	強		

#### 料理集

(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)
さわらの西京漬け	56	つけ焼き	中	ぶりのつけ焼き	56
焼きとり(たれ)	56	つけ焼き	中		
鶏手羽先のつけ焼き	57	肉・野菜	中	焼き野菜	58
鶏手羽中の塩焼き	58	肉・野菜	中	ハシバード	59
牛丼焼き	58	肉・野菜	中	れんこんハンバーグ	60
				チーズ入りチキンハンバーグ	60

#### 標準計量カップ・スプーンでの食品の質量表

食品名	計量	小さじ(5ml)	大さじ(15ml)	カップ(200ml)	計量	小さじ(5ml)	大さじ(15ml)	カップ(200ml)
水・酒・牛乳 しじらかみいん・みそ	5g	15g	200g	トマトケチャップ	5g	15g	230g	
食鹽	6g	18g	230g	油・バター	4g	12g	180g	
小麦粉(強力粉・強力粉)	3g	18g	24.0g	片栗粉・砂糖(上白糖)	3g	9g	130g	
				だし汁	5g	15g	200g	

#### 調理メニュー「カップ・スープ」

(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)	(レシピ名)	(選択メニュー)
かき揚げ温め	61	揚げ物温め	中	天ぶら温め	61
とかかつ温め	61	揚げ物温め	中	アシフライ温め	61
コロッケ温め	61	揚げ物温め	中	から揚げ温め	61
フライドチキン温め	61	揚げ物温め	強		

## 右IHヒーターでの調理例

適温調理 「炒め物・焼き物」  
(HTB-TS73JSFのみ)



設定温度  
の目安  
220℃

### ビーフステーキ

■材料(2人分)

牛肉(ビーフ用)(1枚約180g).....1枚  
塩・こしょう.....各適量  
サラダ油.....適量  
にんにく(スライス).....1かけ

■作りかた

- 牛肉は室温に戻し筋を切り、全体を軽くたたき、塩、こしょうを両面にふる。
- フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れて、「炒め物・焼き物」キーを押す。
- 表示部の「適温」ランプが点灯したら、にんにくのスライスを入れ、色づいてきたらにんにくを取り出る。牛肉を並べて焼き上げる。
- お皿に盛りつけ、取り出しておいたにんにくをのせる。

調理のこつ

- 焼き時間や設定温度は肉の種類や厚みによても違うので、お好みに応じて調節してください。
- お好みによりブランデーやシャリード酒、ホワイトなど大きさ1など大きさ1など大きさ1などを飛ばしてから盛り付けると一味違ったステーキが味わえます。



設定温度  
の目安  
180℃

### ポークソテー

■材料(2人分)

豚ロース肉(1枚約100g).....2枚  
塩・こしょう.....各少々  
サラダ油.....大さじ1/2  
「しょうゆ」[みりん].....大さじ1/2  
「ハター」.....8g

■作りかた

- 豚肉は筋に切り目を入れて、全体を軽くたたき、塩、こしょうをふり、薄力粉をまぶす。
- フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れて、「炒め物・焼き物」キーを押す。
- 表示部の「適温」ランプが点灯したら、「スタート」キーを押す。
- お皿に盛りつけて、取り出しておいたにんにく、ロースマリーをのせ、レモンを添える。



設定温度  
の目安  
180℃

### チキンソテー

■材料(2人分)

鶏もも肉(1枚約100g).....2枚  
レモン.....1個  
ロースマリー.....2枚  
塩・こしょう.....各少々  
にんにく(スライス).....1かけ  
オリーブ油.....大さじ1/4  
レモン(くし形切り).....1/4個

■作りかた

- 鶏肉は厚みのあるところには切り目を入れて、フォークで穴を開け、厚みを整え、塩、こしょうをふる。
- フライパンを右IHヒーターの中央に置き、オリーブ油とにんにく、ロースマリーを押し、設定温度「180」を選び、「スタート」キーを押す。
- 表示部の「適温」ランプが点灯して、にんにく、ロースマリーの香りがだらり取り（肉が反らないようにはせきないとよい）。
- 焼き色がついたら裏返し、中まで火を通す。
- お皿に盛りつけて、取り出しておいたにんにく、ロースマリーをのせ、レモンを添える。

■作りかた

- 1たいい皿に塩、こしょうをふる。
- フライパンを右IHヒーターの中央に置き、オリーブ油を入れ、「炒め物・焼き物」キーを押し、「スタート」キーを押す。
- 表示部の「適温」ランプが点灯したら、にんにく、バジルを炒め、フライパンの熱に寄せる。
- 1の皮側を下にして焼く。
- お皿に盛りつける。
- フライパンの汚れをキッチンペーパーでふき、⑥を入れ、ソースを作り、⑤にかける。
- お皿に盛りつける。

### 白身魚のソテー

■材料(4人分)

たいひい皿(約200g).....4切れ  
にんにく(みじん切り).....各少々  
パン粉.....大さじ4  
オリーブ油.....大さじ4  
粒マスタード.....小さじ4  
塩・こしょう.....各適量



設定温度  
の目安  
200℃

■作りかた

- 1たいい皿に塩、こしょうをふる。
- フライパンを右IHヒーターの中央に置き、オリーブ油を入れ、「炒め物・焼き物」キーを押し、「スタート」キーを押す。
- 表示部の「適温」ランプが点灯したら、にんにく、バジルを炒め、フライパンの熱に寄せる。
- 1の皮側を下にして入れ、焼き色がついたら裏返し、中まで火を通す。
- 表示部の「適温」ランプが点灯したら②を並べ、返しながら中まで火を通す。

### 薄切りポークカツ

■材料(2人分)

豚もも薄切り肉.....160g  
塩・こしょう.....各少々  
マスター.....適量  
薄力粉.....適量  
溶き卵.....適量  
パン粉.....適量  
オリーブ油.....大さじ2



設定温度  
の目安  
200℃

# 右IHヒーターでの調理例

適温調理「炒め物・焼き物」  
(HTB-TS73JSFのみ)



設定温度  
200℃

## あじのフライ

■材料(2人分)  
あじ(開いたもの約80g) ..... 2枚分  
塩・こしょう ..... 各少々  
薄力粉 ..... 適量  
溶き卵 ..... 適量  
パン粉 ..... 適量  
サラダ油 ..... 大さじ3

## ゴーヤチャンプル

■材料(2人分)  
ゴーヤ ..... 1本  
サラダ油 ..... 大さじ1  
豚バラ薄切り肉(一口大に切る) ..... 50g  
木綿豆腐(一口大に切る) ..... 1/2丁(150g)  
卵 ..... 小さじ1  
「しょうゆ」 ..... 小さじ1  
「酒」 ..... 大さじ1/2  
砂糖 ..... 小さじ2  
和風だしの素 ..... 小さじ1  
片栗粉 ..... 小さじ1  
水 ..... 小さじ1  
野菜ミックス ..... 1袋  
豚薄切り肉 ..... 50g  
サラダ油 ..... 大さじ1  
塩・こしょう ..... 各少々

### 作りかた

- ①ゴーヤを骨半分に切り、種とわたりを取り、5mm幅の薄切りにして軽く塩を振り、(分量外)水で洗った後、ちみ洗いをして水気をきる。
- ②フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れて、「炒め物・焼き物」キーを押し、設定温度「200」を選んで、「スタート」キーを押す。
- ③表示部の「適温」ランプが点灯したら、あじの身を下にして入れる。
- ④焼き色がついたら裏返し、サラダ油大さじ1を加え中まで火を通して。
- ⑤お好みで、(④)の調味料を入れる。
- ⑥お好みで、(④)の卵を入れ、かき混ぜて軽く火を通す。



設定温度  
200℃

## チャーハン

■材料(2人分)  
ごはん ..... 300g  
焼き豚(細みじん切り) ..... 60g  
長ねぎ ..... 2本  
卵 ..... 2個  
塩・こしょう ..... 各少々  
鶏がらスープの素 ..... 小さじ1  
しょうゆ ..... 小さじ1  
サラダ油 ..... 大さじ1/2

## ハ宝菜

■材料(2人分)  
豚ロース薄切り肉 ..... 100g  
えび ..... 50g  
いか(皮をむいたもの) ..... 100g  
干しいたけ ..... 3枚  
にんじん ..... 30g  
花びら ..... 50g  
白菜 ..... 200g  
やえんどう ..... 8枚  
「しょうが汁」 ..... 小さじ1/2  
① 酒 ..... 少々  
塩 ..... 大さじ1/2  
酒 ..... 少々  
② 塩 ..... 大さじ1/2  
片栗粉 ..... 大さじ1/2  
「にんにく(みじん切り)」 ..... 1/2かけ  
「しょうが(みじん切り)」 ..... 1/2かけ  
酒 ..... 大さじ1  
塩 ..... 小さじ1/2  
鶏がらスープの素 ..... 小さじ1/2  
水 ..... 100mL

③最後にソース、塩、こしょうを加える。

### 作りかた

- ①深めの容器に卵を割りほぐし、ごはんとよく合ひさせておく。
- ②フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れて、「炒め物・焼き物」キーを押し、設定温度「220」を選び、「スタート」キーを押す。
- ③表示部の「適温」ランプが点灯したら、長ねぎ(葉と茎)と①の材料を入れる。
- ④塩、こしょうとスープの中央を空け、しょうゆを入れ、チャーハン全体にからめる。

■作りかた

- ①豚肉は3cmに切り、④を混ぜておく。
- ②水で洗した干しいたけを3つに切り、にんじん、ゆでたけの皮、白菜は一口大の短冊切りにする。(にんじん、さやえんどうは下ゆでしておく。)
- ③えびは背わたを取り、いかは一口大に花切りにする。
- ④ボウルに、えび、いかを合せ⑥を混ぜる。えびといかを湯通しする。
- ⑤フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れて、「炒め物・焼き物」キーを押し、設定温度「200」を選び、「スタート」キーを押す。
- ⑥表示部の「適温」ランプが点灯したら、⑦を入れ、豚肉、えび、いか、野菜の順に炒め、火が通ったら⑨の調味料を入れ、(⑧)の水溶き片栗粉を加え混ぜてとろみをつけ、仕上げにごま油を回しかける。

■作りかた

- ①フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れて、「炒め物・焼き物」キーを押し、設定温度「200」を選び、「スタート」キーを押す。
- ②表示部の「適温」ランプが点灯したら、豚肉、野菜ミックス、焼きそば用めんの順に炒める。
- ③最後にソース、塩、こしょうを加える。

## 焼きそば

■材料(1人分)  
焼きそば用めん(ソースつき) ..... 1袋  
野菜ミックス ..... 1袋  
豚薄切り肉 ..... 50g  
サラダ油 ..... 大さじ1  
塩・こしょう ..... 各少々



⑦を合ひさせておく  
サラダ油 ..... 大さじ2  
ごま油 ..... 小さじ1  
片栗粉 ..... 小さじ2  
水 ..... 小さじ2  
⑧を合ひさせておく

## 右IHヒーターでの調理例 (HTB-TS73JSFのみ)

## マー婆ー豆腐



設定温度  
の目安  
200℃

## マー婆ー豆腐

### 材料(2人分)

木綿豆腐(さいの目に切る).....	1丁(300g)
豚ひき肉.....	100g
④「なぎ(みじみり)」.....	1/2本
⑤「にんにく(みじみり)」.....	1/2本
豆板醤.....	1/2大さじ
サラダ油.....	1/2大さじ
「甜麵醬(チムチャジャン)」.....	大さじ1
しょうゆ.....	大さじ2
砂糖.....	小さじ2
鶏がらスープの素.....	小さじ2
水.....	小さじ2
⑧を合わせておく	
⑨片栗粉.....	小さじ2
水.....	小さじ2
⑩を合わせておく	
こま油.....	大さじ2/3

### 作りかた

- ①豆腐は熱湯にくぐらせ湯通しがておく。
- ②フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れて、「炒め物・焼き物」キーを押し、設定温度「200」を選び、「スタート」キーを押す。
- ③表示部の「適温」ランプが点灯したら①の蓋を入れて炒め、色が変わったら①の蓋を入れて手早く炒め、⑥で味を調える。
- ④この水溶き片栗粉を加え温せてどろみがついたら、仕上げにこま油を回しかける。
- ⑤火が通つたら鍋からスープの素、赤バリカ、ゆでたけのこ、生しいたけの順に加えて炒める。
- ⑥火が通つたら⑥を加えて混ぜ、仕上げにこま油を回しかける。

## 野菜炒め

### 材料(1人分)

野菜ミックス	250g
サラダ油	大さじ1
鶏がらスープの素	小さじ1
塩・こしょう	各少々

- ①フライパンを右IHヒーターの中央に置き、「スタート」キーを押す。
- ②フライパンが点灯したら①を合わせて、「炒め物・焼き物」キーを押し、設定温度「200」を選び、「スタート」キーを押す。
- ③表示部の「適温」ランプが点灯したら①の蓋を入れて炒め、色が変わったら①の蓋を入れて手早く炒め、⑥で味を調える。
- ④えびが色づいたら、いつたん取り出し、フライパンの汚れをキッキンペーパーでふき、サラダ油大さじ1と①の調味料を入れて炒める。
- ⑤他の調味料を加え、煮立つたら、えびを戻して温せ合わせる。
- ⑥⑤の水溶き片栗粉を加え、混せてどろみをつけける。

### 作りかた

- ①フライパンを右IHヒーターの中央に置き、「スタート」キーを押す。
- ②表示部の「適温」ランプが点灯したら①を合わせて、「炒め物・焼き物」キーを押す。
- ③表示部の「適温」ランプが点灯したら①を合わせて、「炒め物・焼き物」キーを押す。
- ④えびが色が変わったら、ささみを加えて炒める。
- ⑤火が通つたら野菜ミックスを入れて炒める。
- ⑥火が通つたら⑥を加えて混ぜ、仕上げにこま油を回しかける。



設定温度  
の目安  
200℃

## えびチリ

### 材料(4人分)

えび.....	400g
片栗粉.....	大さじ1
サラダ油.....	大さじ1
豆板醤.....	小さじ3
④「ねぎ(みじみり)」.....	1/2本
⑤「にんにく(みじみり)」.....	1/2かけ
⑥「しょうが(みじみり)」.....	1/2かけ
⑦「にんにく(みじみり)」.....	1/2かけ
⑧トマトケチャップ.....	大さじ3
酒.....	大さじ1
砂糖.....	小さじ2
しょうゆ.....	小さじ2
水.....	100mL
鶏がらスープの素.....	小さじ1
⑨合せておく	
⑩片栗粉.....	小さじ2
水.....	小さじ2
⑪を合わせておく	

### 作りかた

- ①えびは尾の一筋を残し殻をむき、包丁で頭に切り目を入れて背わたを取り。水気を取り、片栗粉大さじ1をまぶしておく。
- ②フライパンを右IHヒーターの中央に置き、サラダ油と⑧を合わせて、「炒め物・焼き物」キーを押す。
- ③表示部の「適温」ランプが点灯したら①の蓋を入れて炒め、色が変わったら①の蓋を入れて手早く炒め、⑥で味を調える。
- ④えびが色が変わったら、いつたん取り出し、フライパンの汚れをキッキンペーパーでふき、サラダ油大さじ1と①の調味料を入れて炒める。
- ⑤他の調味料を加え、煮立つたら、えびを戻して温せ合わせる。
- ⑥⑤の水溶き片栗粉を加え、混せてどろみをつけける。

### 作りかた

- ①牛肉に④で下味をつける。
- ②フライパンを右IHヒーターの中央に置き、「炒め物・焼き物」キーを押す。
- ③表示部の「適温」ランプが点灯したら①を合わせて、「炒め物・焼き物」キーを押す。
- ④えびが色が変わったら、いつたん取り出し、フライパンの汚れをキッキンペーパーでふき、サラダ油大さじ1と①の調味料を入れて炒める。
- ⑤他の調味料を加え、煮立つたら、えびを戻して温せ合わせる。
- ⑥⑤の水溶き片栗粉を加え、混せてどろみをつけける。



設定温度  
の目安  
200℃

## 空芯菜と にんにくの炒め物

### 材料(2人分)

空芯菜.....	150g
サラダ油.....	大さじ2
④「たかの「ソメ(細切り)」」.....	1本
⑤「にんにく(スライス)」.....	1かけ
⑥「酒」.....	大さじ1
⑦「塩・こしょう」.....	各少々

## チンジャオロウスター

### 材料(2人分)

牛肉(細切り).....	150g
ビーフパリカ(細切り).....	2個
赤パリカ(細切り).....	1個
ゆでたけのこ(細切り).....	1個
生姜(細切り).....	2枚
しょうが(みじみり).....	3g
しょうゆ(みじみり).....	大さじ1/2
⑧片栗粉.....	小さじ1/2
⑨ごま油.....	大さじ1/2
サラダ油.....	大さじ1/2
⑩オイスタークリーム.....	大さじ1/2
⑪しょうゆ(みじみり).....	大さじ1/2
塩.....	少々
砂糖.....	小さじ1/2
酒.....	小さじ1/2
片栗粉.....	小さじ1/2
水.....	小さじ1/2
⑫を合わせておく	
⑬ごま油.....	大さじ1

- ①牛肉に⑪で下味をつける。
- ②フライパンを右IHヒーターの中央に置き、「炒め物・焼き物」キーを押す。
- ③表示部の「適温」ランプが点灯したら①を合わせて、「炒め物・焼き物」キーを押す。
- ④えびが色が変わったら、いつたん取り出し、フライパンの汚れをキッキンペーパーでふき、サラダ油大さじ2を入れて、「炒め物・焼き物」キーを押す。
- ⑤火が通つたら牛肉を回しかける。
- ⑥⑤の水溶き片栗粉を加え、混せてどろみをつけける。
- ⑦火が通つたら⑦を加えて混ぜ、仕上げにこま油を回しかける。

- ⑧牛肉の色が変わったらビーマン、赤バーリカ、ゆでたけのこ、生しいたけの順に加えて炒める。
- ⑨火が通つたら⑨を加えて炒める。
- ⑩牛肉の色が変わったら、仕上げにこま油を回しかける。



料理

## 右IHヒーターでの調理例

適温調理 「炒め物・焼き物」  
(HTB-TS73JSFのみ)



### スクランブルエッグ

材料(2人分)

卵	3個
牛乳	50ml
④砂糖	少々
塩・こしょう	各々
バター(室温に戻す)	5g
サラダ油	大さじ1

設定温度  
の目安  
160℃

設定温度  
の目安  
200℃



### 大豆のキーマカレー

作りかた

- ①フライパンを右IHヒーターの中央に置き、オリーブ油を入れて、「炒め物・焼き物」キーを押し、設定温度「200℃」を選び、②よく混ぜ合わせる。
- ③玉ねぎ(みじん切り)、50gを加える。
- ④サラダ油を入れて炒め、半透明になると玉ねぎがとんでもなく色にならなくなり、合ひき肉を入れ、ボウル口(7mm幅の輪切り)になるまで炒める。
- ⑤トマトケチャップ、レーズン、市販のカレールー水、煮立たせた後、大豆を加え煮立たせる。(カレールーの量により味が厚くなるため、お好みにより水の量を調整する)
- ⑥水分が飛んだら塩、こしょうで味を調え、ガラムマサラを加え、でき上がり直前に枝豆を加える。

<半熟卵>  
⑦お湯を沸騰させて、卵を入れて、約7~8分やでる。

作りかた

- ①ボウルに卵を入れ溶いて、④を加えて混ぜ合わせる。
- ②よく混ぜたら、牛クリームまたは牛乳(ゆで)、50gを加える。
- ③フライパンを右IHヒーターの中央に置き、「炒め物・焼き物」キーを押し、設定温度「160℃」を選び、「スタート」キーを押す。
- ④表示部の「適温」ランプが点灯したら、ボウルからフライパンに油を流し入れ、ボウル熱をもつて全体を大きくなげせながらお好みの固さになるまで炒めする。

<バニニヤカウダソース>

- ⑤アンチョビ(みじん切り)、1/2個を油と混ぜ合わせる。
- ⑥フライパンを右IHヒーターの中央に置き、「炒め物・焼き物」キーを押し、設定温度「160℃」を選び、「スタート」キーを押す。
- ⑦約3分たったら、「切」キーを押し、そのままの状態で約2分余熱で蒸らす。

<半熟卵>  
⑧お湯を沸騰させて、卵を入れて、約7~8分やでる。

### オニオンスープ

材料(4人分)

玉ねぎ	2個(400g)
サラダ油	大さじ1/2
薄力粉	太さじ1
①「丸形コーンソメ	2個
②熱湯	800ml
③合わせて溶かしておく	
塩	小さじ3/4
こしょう	少々
粉チーズ	少々

### ブイヤベース

材料(2人分)

赤バーリカ	1個
黄バーリカ	1個
ブロッコリー(一房大に切る)	1個
かぼちゃ(5mm幅の薄切り)	4枚
じゃがいも(5mm幅の薄切り)	2本
アスパラガス	8枚
ズッキーニ(7mm幅の輪切り)	8枚
オリーブ油	大さじ2
塩	小さじ1
水	大さじ3

設定温度  
の目安  
180℃→140℃



作りかた

- ①玉ねぎは芯を取り薄切りにする。
- ②フライパンを右IHヒーターの中央に置き、「炒め物・焼き物」キーを押し、設定温度「200℃」を選び、「スタート」キーを押す。
- ③表示部の「適温」ランプが点灯したら、玉ねぎをきつね色になるまで約10分炒め、薄力粉を全体にまぶす。
- ④油を加え煮立たせ、最後にこしょうをふる。
- ⑤器に盛り、粉チーズをかける。

設定温度  
の目安  
200℃

材料(4人分)

玉ねぎ	8個
えび(大きめ)	4尾
シーフードミックス	200g
塩・こしょう	各少々
にんにく(挽き半分に切りくし型)	1かけ
玉ねぎ(7cm角)	1/2個
セロリ(2cm角)	1/2本
白ワイン	50ml
ホールトマト缶	200g
水	200ml
サフラン	ひと握まり
オリーブ油	大さじ1

設定温度  
の目安  
200℃



# 左IHヒーターでの調理例

## 適温調理 「揚げ物」



### オニオソシリング

#### 材料(作りやすい分量)

玉ねぎ	100g
薄力粉	40g
ベーキングパウダー	2g
顆粒コーンス	2g
水	50ml
揚げ油	800g (880ml)
トマトケチャップ	適量

#### 作りかた

- 玉ねぎは薄い塩水でサッと洗って水気をきり、塩、こしょうをふる。
- ②ボウルに①を入れ混ぜ③にからまる。
- ③天ぷら鍋に油を入れ、左IHヒーターの中央に置き、「揚げ物」キーを押し、設定温度「180」を選び、「スタート」キーを押す。
- ④表示部の「適温」ランプが点灯したら②を1箇所ずつ鍋に入れて揚げる。
- ⑤お好みでトマトケチャップを添える。

### 力キフライ

#### 材料(12個分)

かき (はき身)	12個
塩・こしょう	各適量
薄力粉	大さじ2
卵 (溶きほぐす)	1個
パン粉	60g
揚げ油	800g (880ml)

#### 作りかた

- かきは薄い塩水でサッと洗って水気をきり、塩、こしょうをふる。
- ②①に薄力粉、溶き卵、パン粉を順につける。
- ③天ぷら鍋に油を入れ、左IHヒーターの中央に置き、「揚げ物」キーを押し、設定温度「180」を選び、「スタート」キーを押す。
- ④表示部の「適温」ランプが点灯したら②を6箇所ずつ鍋に入れ色よく揚げる。
- 残り半量を同様に揚げる。



### 揚げ物のコツ

#### 油の量を減らすために

#### 衣や生地作りに注意

- 天ぷら衣は固すぎないように。
- 水分が多い材料には、必ず薄力粉をまぶしてから衣をつけてください。
- ドーナツなどの生地には、ベーキングパウダーや砂糖を入れて揚げてください。
- 治癒食品を揚げる場合は、食品につけた油をよく落としてから入れてください。油が飛び跳ねたり、吹きこぼれたりする場合があります。
- いか…皮をむき水気をふき取り、切れ目を入れる。
- いじう辛子…水気をふき取り、縦に切り込みを入れる。

### 串揚げ

#### 材料(8本分)

アスパラガス、トマト、バーコン、うすらの卵を竹串に刺す。	2本
ミニトマト (8等分に切る) 8個	
ブロッコリー (2cm角) 8個	
うすらの卵 (やでたらの) 8個	
揚げ油 800g (880ml)	
④「薄力粉 75g	
牛乳 100ml	
⑤合わせておく	
⑥【パン粉 50g	
乾燥ベゼル 小さじ1	
⑧合わせておく	

#### 作りかた

- アスパラガス、トマト、バーコン、うすらの卵を竹串に刺す。
- ②①に④をからめ、⑥をまぶす。
- ③天ぷら鍋に油を入れ、左IHヒーターの中央に置き、「揚げ物」キーを押し、設定温度「190」を選び、「スタート」キーを押す。
- ④表示部の「適温」ランプが点灯したら③を4本鍋に入れて揚げる。
- 残り4本を同様に揚げる。



# 左IHヒーターでの調理例

## 適温調理 「揚げ物」



設定温度  
の目安  
180°C

### コロッケ

■材料(8個分)  
じゃがいも (一口大に切る) ..... 300g  
サラダ油 ..... 小さじ1  
玉ねぎ (みじん切り) ..... 200g  
合ひき肉 ..... 60g  
塩 ..... 小さじ3/4  
こしょう ..... 適量  
薄力粉 ..... 大さじ2  
卵 (溶きほぐす) ..... 1個  
パン粉 ..... 50g  
揚げ油 ..... 800g (880ml)

■作りかた  
①じゃがいもは水にさらし、あく抜きをする。  
②天ぷら鍋に油を入れ、左IHヒーターの中央に置き、「揚げ物」キーを押し、設定温度「170」を選び、「スタート」キーを押す。  
③玉ねぎを水気をきつてから、片栗粉を全体にまぶす。  
④玉ねぎを油に入れ、左IHヒーターの中央に置き、「揚げ物」キーを押し、設定温度「180」を選び、「スタート」キーを押す。  
⑤玉ねぎが水気をきつたら、④を5本鍋に入れて揚げる。  
⑥玉ねぎが水気をきつたら、④を4個鍋に入れて色よく揚げる。  
残り4個を同様に揚げる。



設定温度  
の目安  
170°C

### とんかつ

■材料(4人分)  
豚ロース肉 (1枚約100g) ..... 4枚  
塩 ..... 各適量  
薄力粉 ..... 大さじ4  
卵 (溶きほぐす) ..... 1個  
パン粉 ..... 60g  
揚げ油 ..... 800g (880ml)

■作りかた  
①豚肉は筋切りにして、塩、こしょうをふる。  
②天ぷら鍋に薄力粉、溶き卵、パン粉を順につける。  
③天ぷら鍋に油を入れ、左IHヒーターの中央に置き、「揚げ物」キーを押し、設定温度「170」を選び、「スタート」キーを押す。  
④表示部の「適温」ランプが点灯したら、「スタート」キーを押す。  
⑤表示部の「適温」ランプが点灯したら、②の2枚を鍋に入れて色よく揚げる。  
残り2枚を同様に揚げる。



設定温度  
の目安  
170°C

### 鶏のから揚げ

■材料(4人分)  
鶏もも肉 (1枚約250g) ..... 2枚  
「しおうがら」 ..... 小さじ1  
塩 ..... 小さじ2/3  
しょうゆ・酒 ..... 各大さじ1  
片栗粉 ..... 大さじ3 ~ 4  
揚げ油 ..... 800g (880ml)

■作りかた  
①鶏肉は6等分して④につけ込み、15 ~ 30分置く。  
②片栗粉を全体にまぶす。  
③天ぷら鍋に油を入れ、左IHヒーターの中央に置き、「揚げ物」キーを押し、設定温度「170」を選び、「スタート」キーを押す。  
④表示部の「適温」ランプが点灯したら②を1枚分(6個)鍋に入れて揚げる。(約6分)残り1枚分(6個)を同様に揚げる。



- 2~3回に分けて揚げるごとに味わい、浮いてきたらでき上がりです。
- 全体がきつね色に変わり、浮いてきたらでき上がりです。

### フライドチキン

■材料(10本分)  
鶏手羽元 (1本約50g) ..... 10本  
水 ..... 100ml  
① 塩 ..... 100ml  
牛乳 ..... 70ml  
② 溶き卵 ..... 25g  
③ コンスター ..... 大さじ1  
④ 合わせて混ぜておく  
薄力粉 ..... 70g  
香辛料  
(パリパリ (鶏糞)、ガーリック (鶏糞)、ジンジャー (鶏糞などお好みで)) ..... 6g  
黒こしょう ..... 小さじ1  
乾燥バセ ..... 小さじ1  
⑤ 合わせて混ぜておく  
揚げ油 ..... 800g (880ml)



設定温度  
の目安  
160°C

### フライドチキン

■作りかた  
①に鶏肉を約30分つけ込む。  
②の水気をふき取り、③をからませ、  
⑤をまぶしておく。  
③天ぷら鍋に油を入れ、左IHヒーター  
の中央に置き、「揚げ物」キーを押し、  
設定温度「160」を選び、「スタート」  
キーを押す。  
④表示部の「適温」ランプが点灯したら  
②を5本鍋に入れ、途中で裏返しな  
がら揚げる。(約10分)  
残り5本を同様に揚げる。

■作りかた  
①じゃがいもを水にさらし、あく抜きをする。  
②天ぷら鍋に油を入れ、左IHヒーターの中央に置き、「揚げ物」キーを押し、設定温度「170」を選び、「スタート」キーを押す。  
③表示部の「適温」ランプが点灯したら、④の水気をきつて、鍋に入れて揚げる。  
④お好みで混ぜておく。



## グリルでの調理例

## 調理メニュー「つけ焼き」



### さわらの西京漬け

■材料 (1~4切れ分)

(加熱時間の目安:4切れ:約20分)

さわらの西京漬け (1切れ約80g) ..... 1~4切れ

■作りかた  
❶みそ、酒粕をふき取り、ラク旨グリルにのせ、「メニニュー」キーを押し、焼く。  
「つけ焼き」、仕上がり「中」を選び、「スタート」キーを押し、焼く。

■作りかた  
❶焼さつきは合わせた④に約30分~1時間つけておく。  
❷汁気をきつてからラク旨グリルにのせ、「メニニュー」キーを押し、調理メニューの「つけ焼き」、仕上がり「中」を選び、「スタート」キーを押し、焼く。

■材料 (8本分)

(加熱時間の目安:約20分)

焼きとり (たれ) (市販品または手作りで) 本約50g ..... 8本



### 焼きとり (たれ)

■材料 (8本分)

(加熱時間の目安:約20分)

焼きとり (市販品または手作りで) 本約50g ..... 8本  
「しょうゆ ..... 100mL  
「みりん ..... 50mL  
④「砂糖 ..... 大さじ2~3  
「サラダ油 ..... 大さじ1

## グリルでの調理例

## 調理メニュー「肉・野菜」



### 鶏のハーブ焼き

■材料 (1~2枚分)

(加熱時間の目安:2枚:約22分)

鶏もも肉 (皮付き) (1枚約250g) ..... 1~2枚  
塩 [ごしょう] ..... 各適量  
ハーブ (生または乾燥品)  
[タイム、ローズマリー、マジョラムなど]  
... ..... 各少々

■作りかた  
❶鶏肉の皮にフォークなどで穴を開け、厚みのある部分や筋には切り目を入れてください。そのまま焼くと、鶏肉が反って焦げやすくなる場合や、厚みのある部分が焦げたり、今まで火が通りにくく、焼き不足になる場合があります。(鶏肉の厚さは、目安として2cm以下にしてください)  
❷調理するときの鶏肉のせかたは、右図のように皮側を上にしてラク旨グリルの中央部にのせてください。2枚の場合には、右図のように上下に並べてのせてください。



### ぶりのつけ焼き

■材料 (1~4切れ分)

(加熱時間の目安:4切れ:約18分)

ぶり (1切れ約100g) ..... 1~4切れ  
④「しょうゆ ..... 大さじ4  
「みりん ..... 大さじ4  
(つけだれは4切れ分)

■作りかた

❶ぶりは合わせた④に約30分づけておく。  
❷汁気をきつてからラク旨グリルにのせ、「メニニュー」キーを押す。  
「メニニュー」キーを押し、調理メニューの「つけ焼き」、仕上がり「中」を選び、「スタート」キーを押し、焼く。



### 焼きとり(塩)

■材料 (8本分)

(加熱時間の目安:約20分)

焼きとり (塩) (市販品または手作りで) 本約50g ..... 8本

■作りかた

❶焼きとりに塩をふり、ラク旨グリルにのせ、「メニニュー」キーを押す。  
「メニニュー」キーを押し、調理メニューの「つけ焼き」、仕上がり「中」を選び、「スタート」キーを押し、焼く。

## グリルでの調理例

### 調理メニュー「肉・野菜」



#### 鶏手羽先のつけ焼き

■材料(8本分)  
(加熱時間の目安:約17分)  
鶏手羽先(1本約60g).....8本  
「しょう油」.....大さじ2  
「酒」.....大さじ1  
④「みりん」.....小さじ1

■作りかた  
①鶏手羽先は合わせた④に約10~15分つけておく。  
②汁気を切ってから皮側を上にしてラク旨グリルにのせ、「メニユーリーキー」を押し、調理メニューの「肉・野菜」、仕上がり「中」を選び、「スタート」キーを押し、焼く。



#### 牛肉串焼き

■材料(長さ15cmの竹串8本分)  
(加熱時間の目安:約19分)  
牛ロース肉(約3cmの角切り).....200g  
にんじん(一口大に切る).....50g  
玉ねぎ(くし形切り).....100g  
ピーマン(一口大に切る).....2個  
バブリカ(赤、黄)(一口大に切る).....各半  
生しいたけ(半分に切る).....1個  
塩こしょう.....各適量

■作りかた  
①牛ロース肉に軽く塩、こしょうをふる。にんじんは下ゆですぐする。  
②材料を竹串に刺し、全体に塩、こしょうをふる。  
③ラク旨グリルにのせ、「メニユーリーキー」を押し、調理メニューの「肉・野菜」、仕上がり「中」を選び、「スタート」キーを押し、焼く。



#### 鶏手羽中の塩焼き

■材料(8本分)  
(加熱時間の目安:約17分)  
鶏手羽中(1本約40g).....8本  
塩こしょう.....各適量

■作りかた  
①鶏手羽中に塩、こしょうをふり、皮側を上にしてラク旨グリルにのせ、「メニユーリーキー」を押し、調理メニューの「肉・野菜」、仕上がり「中」を選び、「スタート」キーを押し、焼く。



## グリルでの調理例

### 調理メニュー「肉・野菜」



#### 鶏手羽先のつけ焼き

■材料(8本分)  
(加熱時間の目安:約17分)  
鶏手羽先(1本約60g).....8本  
「しょう油」.....大さじ2  
「酒」.....大さじ1  
④「みりん」.....小さじ1

■作りかた  
①鶏手羽先は合わせた④に約10~15分つけておく。  
②汁気を切ってから皮側を上にしてラク旨グリルにのせ、「メニユーリーキー」を押し、調理メニューの「肉・野菜」、仕上がり「中」を選び、「スタート」キーを押し、焼く。



#### 焼き野菜

■材料(1回分)  
(加熱時間の目安:約20分)  
なす玉ねぎ(パブリカ・山もも).....各適量  
生しいたけ・中玉トマトなど.....各適量  
オリーブ油.....各適量  
塩こしょう.....各適量

■作りかた  
①なすは縦半分に切り、網の切れ込みを入れる。玉ねぎは1cmの輪切りにする。山ももは長さ5cmに切り、縦 $\frac{1}{4}$ に切る。生しいたけは石づきを取る。  
②野菜に塩、こしょう、オリーブ油をひとつでラク旨グリルにのせる。  
③メニユーリーキーを押し、調理メニューの「肉・野菜」、仕上がり「中」を選び、「スタート」キーを押し、焼く。

■3種のソースの作りかた

■料理集

■ソース  
トマトケチャップ、ウスターソース・各適量  
【作りかた】  
①トマトケチャップとウスターソースを合わせてかき混ぜる。

■和風おろしポン酢  
青じそ・4枚  
大根おろし・適量  
【作りかた】  
①ハーフグラムの上面に青じそ、大根おろしをのせ、ポン酢しづゆをかける。

■ハシバーベグ  
■材料(4個分)  
(加熱時間の目安:約20分)  
バター.....15g  
五ねぎ(みじん切り).....200g  
「合びき肉」.....300g  
パン粉.....40g  
④卵.....1個  
塩こしょううナツメグ.....小さじ $\frac{1}{2}$   
【作りかた】  
①フライパンをIHヒーターの中央に置き、「弱火」～「中火」で加熱し、バターを溶かして玉ねぎが透るまで炒める。  
②①の粗熱を取り、④に加えてよく混ぜ、4等分する。  
③手にサラダ油(分量外)をつけ、②を片手に数たたきつけ空気を抜き、厚さ1.5~2cmの小判型にして中央をくぼませる。  
④3枚ラク旨グリルに並べてのせ、「メニユーリーキー」を押し、調理メニューの「肉・野菜」、仕上がり「中」を選び、「スタート」キーを押し、焼く。  
⑤器に盛りつけ、好みのソースをかける。

■作りかた  
①鍋をIHヒーターの中央に置き、しめじ、えのきだけと②を入れ、「弱火」～「中火」で加熱し、きのこ類ごが通つたら、③の水溶き片栗粉を加え、よくかき混ぜてとうみをつくる。



# 仕様

この製品は、日本国内家庭用です。電源電圧や電源周波数の異なる海外では使用できません。  
また、アフターサービスもできません。

# 「ご相談窓口」

(家庭電気製品の表示に関する公正競争規約による表示)

型 電 力	式 電 源	HTB-TS73JSF (レンジフードファン連動)	HTB-TS77JS
消費電力	単相200V (50~60Hz共用) 5.8kW (4.8kWに切り替え可能)	3.0kW (100W相当~3.0kW 10段階火力調節) ※	3.0kW (100W相当~3.0kW 10段階火力調節) ※
中央IHヒーター グリル	1.6kW (100W相当~1.6kW 7段階火力調節) ※	調理メニュー 1.2kW (「手動」740W相当、920W相当、1.2kW 3段階火力調節)	1.2kW (「手動」740W相当、920W相当、1.2kW 3段階火力調節)
待機時消費電力	0.05kW未満 (電源「切」の状態)	0.05kW未満 (電源「切」の状態)	0.05kW未満 (電源「切」の状態)
コードの長さ	3mキャビティケーブル 0.7m 250V~30A (接地極つき)	250V~30A (接地極つき)	250V~30A (接地極つき)
電源プラグ	幅599 奥行560 高さ236 [mm]	幅599 奥行369 高さ111 [mm] (有効高さ55 [mm])	幅272 奥行369 高さ111 [mm] (有効高さ55 [mm])
大きさ	本体 ケーブル	幅272 奥行369 高さ111 [mm] (有効高さ55 [mm])	約20.5kg
質量 (重さ)			

※消費電力は、鉛ホーロー鍋を使った場合です。

## 【燃費電力の切り替えについて】

本製品は、工場出荷時総消費電力を5.8kWに設定していますが、4.8kWに切り替えることでできます。アンペアレーカーの容量不足の場合などで、ご使用上不便があるときに選べます。詳細は、お買い上げの販売店へお問い合わせください。

## 【レンジフードファン連動の切り替えについて】 (HTB-TS73JSFのみ)

本製品は、工場出荷時レンジフードファンが運動するようには設定されておりますが、運動を停止することができます。  
詳細は、お買い上げの販売店へお問い合わせください。

# 保証とアフターサービス

## 保証書 (別添)

保証書はありません。「お買い上げ日・販売店名」などの記入をよく確かめのうえ、販売店から受け取っていただき、内容をよくお読みのあと、大切に保管してください。  
尚、保証期間内でも次の場合には原則として有料修理にさせていただきます。  
(1) 使用上の誤り。または改造や不当な修理による故障及び損傷。  
(2) お買い上げ後の取付場所の移動、落下、輸送等による故障、及び損傷。

(1) 火災、地震、風水害、落雷、その他天災地変、塩害、公害、ガス害(硫化ガスなど)や異常電圧、指定外の使用電源(電圧、周波数)による故障及び損傷。

(2) 一般家庭用以外(例えば業務用等)への長時間使用及び車両(車載用を除く)船舶への搭載)に使用された場合の故障及び損傷。

●保証期間は、お買い上げの日から1年です。  
※ただし、消耗部品は保証期間内でも有料とさせていただきます。

## 補修用性能部品の保有期間

当社はこの「正」クッキングヒーターの補修用性能部品を、製造打ち切り後8年保有しています。

●補修用性能部品とは、その商品の機能を維持するために必要な部品です。

## ご不明な点や修理に関するご相談は

修理に関するご相談並びにご不明な点は、お買い上げの販売店または「ご相談窓口」にお問い合わせください。

## 修理料金の仕組み

## 修理料金 = 技術料 + 部品代 + 出張料などで構成されています。

技術料	診断・部品交換・調整・修理完了時の点検などの作業にかかる費用です。技術者の人件費、技術教育費、測定機器などの設備費、一般管理費などが含まれます。
部品代	修理に使用した部品代金です。その他修理に付帯する部品等を含む場合もあります。
出張料	製品のある場所へ技術者を派遣する場合の費用です。別途駐車料金をいたく場合があります。