



1 カレー・スープ

メニュー番号		ページ	メニュー番号		ページ
1-1	■ チキンと野菜のカレー(無水カレー)	5	1-6	■ じゃがいものポタージュ	9
1-2	■ ビーフカレー ■ クリームシチュー	6		■ かぼちゃのポタージュ ■ さつまいものポタージュ	
1-3	■ キーマカレー ■ ドライカレー ■ グリーンカレー	7	1-7	■ クラムチャウダー ■ コーンスープ	11
1-4	■ ビーフシチュー ■ ボルシチ	8	1-8	サムゲタン 参鶏湯	12
1-5	■ 具だくさんみそ汁 ■ けんちん汁 ■ 野菜スープ	10 11	1-9	■ ポトフ ■ キャベツの丸ごとスープ煮 ■ 玉ねぎの丸ごとスープ煮	13
			1-10	■ ブイヤベース	12

2 煮 物

メニュー番号		ページ	メニュー番号		ページ
2-1	■ 肉じゃが ■ 鶏と大根の煮物	15	2-13	■ 鶏とカシューナッツの炒め煮 マーボー ■ 麻婆なす ■ 鶏とブロッコリーのオイスター炒め	27
2-2	■ 筑前煮	16	2-14	■ 豚バラ大根 ■ 白菜のクリーム煮	28
2-3	■ かぼちゃの煮物 ■ しょうがのさつと煮	17	2-15	■ パプリカとズッキーニのあえ物 ■ 小松菜とツナの煮物 ■ ピーマンのじゃこあえ ■ ブチトマトのさっぱり煮	29
2-4	■ 白菜と豚バラの重ね煮	18	2-16	■ ひじきの煮物 ■ きんぴら ■ 里いもの煮ころがし ■ こんにゃくの甘辛煮	30
2-5	■ たこと里いもの煮物	18	2-17	■ きこの佃煮 ■ 牛肉のしぐれ煮	31
2-6	■ 牛すじの煮こみ ■ スペアリブの煮こみ	19	2-18	■ ラタトゥイユ	31
2-7	■ 豚の角煮	20	2-19	■ 肉みそ ■ バーニャカウダソース	32
2-8	■ 骨付き鶏もも肉のタンドリー煮	20	2-20	■ さんまの骨までやわらか煮 ■ いわしの骨までやわらか煮 ■ さんまの骨までやわらか煮(トマト風味)	32
2-9	■ ミートソース ■ ポークビーンズ	21	2-21	■ 黒豆 ■ 昆布豆 ■ 五目豆	33
2-10	■ さばのみそ煮 ■ かわいいの煮つけ ■ いわしの梅煮 ■ アクアパッツァ ■ 一尾魚の煮つけ	22 23	2-22	■ おかゆ	34
2-11	■ ぶり大根 ■ たいのあら炊き	24			
2-12	■ おでん ■ しろふき大根 ■ ロールキャベツ	25			
2-13	ホイコーロー ■ 回鍋肉 ■ 八宝菜	26			

3 ゆ で 物

メニュー番号		ページ	メニュー番号		ページ
3-1	■ ほうれん草／小松菜	37	3-6	■ 鶏肉(むね肉)／豚肉(バラかたまり肉)	37
3-2	■ ブロッコリー	37	3-7	■ えび(ブラックタイガーなど)	37
3-3	■ アスパラガス	37	3-8	■ いか	37
3-4	■ いも／かぼちゃ	37	3-9	■ 卵(ゆで卵)	37
3-5	■ 丸ごといも	37			

4 蒸 し 物

メニュー番号		ページ	メニュー番号		ページ
4-1	■ シュウマイ(あたため)	40	4-4	■ 茶わん蒸し	41
4-2	■ 中華まん(あたため)	40	4-5	■ せいろ蒸し	42
4-3	■ ソーセージ	41			

5 め ん 類

メニュー番号		ページ	メニュー番号		ページ
5-1	■ スープパスタ ■ シーフードのクリームパスタ	43	5-4	■ カレーうどん	45
5-2	■ ナポリタン風パスタ	44	5-5	■ にゅうめん	45
5-3	■ 煮こみうどん	44	5-6	■ ちゃんぽん	46
			5-7	■ 即席めん(インスタントラーメン)	46

6 発 酵

メニュー番号		ページ	メニュー番号		ページ
6-1	しおこうじ ■ 塩麹 ■ しょうゆ麹	48	6-3	■ ヨーグルト	50
6-2	■ 甘酒 ■ さつまいもの甘酒 ■ あずきの甘酒 ■ 雑穀の甘酒 ■ にんじんとりんごの甘酒	49	6-4	■ クリームチーズ	50
			6-5	■ 手作りみそ	51
			6-6	■ だし	51
			6-7	■ 温泉卵	52
			6-8	■ 手作り豆腐	52

7 お 菓 子

メニュー番号		ページ	メニュー番号		ページ
7-1	■ スポンジケーキ ■ 野菜ジュースのケーキ	54 55	7-5	■ カスタードクリーム ■ ホワイトソース	56
7-2	■ ブラウニー	53	7-6	■ つぶあん	57
7-3	■ りんごのコンポート	56	7-7	■ 小麦パン	58
7-4	■ ジャム(いちご・キウイ・オレンジ)	55		■ 米粉入りパン	59
			7-8	■ パンプディング	57

メニュー番号の合わせかた

基本的な使いかたを簡単に説明しています。詳しい操作方法是、取扱説明書をご覧ください。



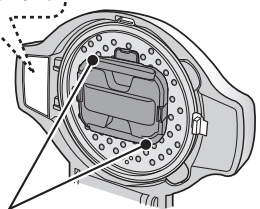
裏面のこの番号を合わせます



筑前煮：メニュー集16ページ

「まぜる」表示のあるものは、まぜ技ユニットを使います。ウィングを閉じた状態で、ふたに取り付けます。

取り付けかたの説明があります。



まぜ技ユニットのウィング

手動調理

調理時間を設定するときは、「手動調理の使いかたポイント」取扱説明書の18ページをご覧ください。

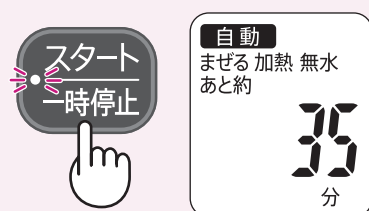
例：自動調理「2-2」(筑前煮)に合わせるとき

現在時刻を表示している状態からの操作説明です。



すぐに調理するとき

スタートキーを押します



加熱

調理終了



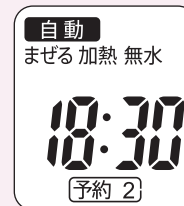
予約調理するとき(できあがり時刻を合わせる) 最大12時間後まで

①～⑤の操作の次に予約キーを押します(押すたびに予約1と予約2が交互に表示します)



あらかじめ、2種類の時刻(6時と18時)に合わせていますが、変更する場合は、< > を押してできあがり時刻を合わせます。詳しくは、取扱説明書の20ページをご覧ください。

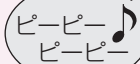
予約調理をスタートさせます



加熱

食材の腐敗を防ぐためにスタート後から加熱を開始し、合わせた時刻にできあがりします。

調理終了



例：できあがり時刻を18時30分に合わせたとき



Printed in China
TCADHA008KRRZ 16K- (CN) ①