



IRIS OHYAMA

室内・家庭用

スチームオーブンレンジ

MO-F2402

取扱説明書

もくじ

ご使用の前に

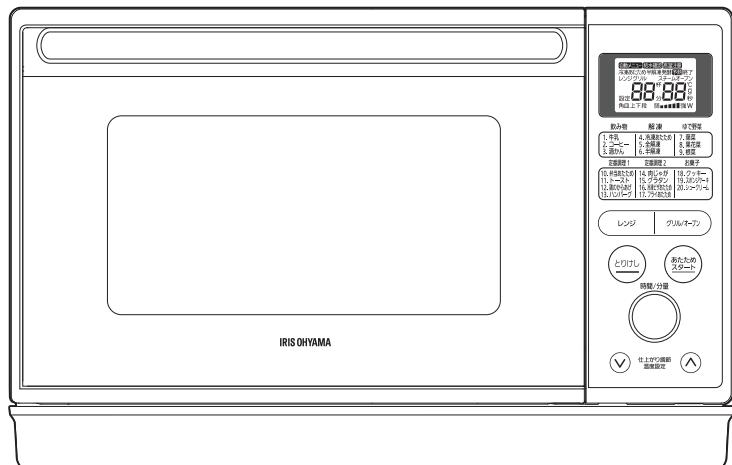
安全上の注意	2
使用上の注意	6
加熱のしくみ	7
使える容器・使えない容器	8
各部の名称	10

取り扱いかた

準備	13
使いかた 基本	14
使いかた あたため	16
使いかた 自動メニュー	
飲み物	17
解凍	18
ゆで野菜	19
弁当あたため	21
トースト	22
その他の自動メニュー	24
使いかた 手動メニュー	
レンジ	26
グリル	29
オーブン	30
お手入れ	35
クッキングガイド	36

こんなときには

故障かな?と思ったら	41
エラー表示一覧	42
仕様	43
保証とアフターサービス	43
保証書	裏表紙



この商品は海外ではご使用になれません。
FOR USE IN JAPAN ONLY

保証書付 (裏表紙)

このたびは、お買い上げいただきまことにありがとうございます。

- この取扱説明書をよくお読みになり、正しくお使いください。
- 使用する前に「安全上の注意」を必ずお読みください。
- この取扱説明書はお使いになる方がいつでも見ることができるように大切に保管してください。
- 「保証書」は「お買い上げ日」「販売店名」の記入を必ず確かめ、販売店からお受け取りください。

安全上の注意

最初に、この「安全上の注意」をよく読んでいただき、正しく使用してください。
人への危害や、財産への損害を未然に防止するため、必ず守る必要があることを説明しています。

図記号の意味



注意を促す記号です。



禁止を示す記号です。



必ず行うことと示す記号です。

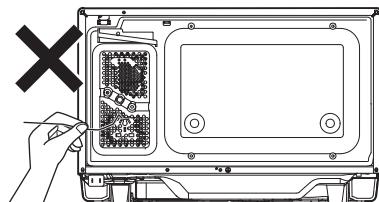


危険

誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う
おそれが高い、差し迫った内容を示しています。



- 吸気口・排気口や製品のすき間、庫内の開口部に、ピンや針金などの金属物・異物を入れない
火災・感電・けがの原因になります。
異物が入ったときは、お買い上げの販売店または修理専用コールにご相談ください。



- 自分で分解・修理・改造しない
火災・感電・けがの原因になります。修理技術者以外の方が修理を行うことは危険です。
修理については、お買い上げの販売店または修理専用コールにご相談ください。

電源プラグ・電源コードは正しく使う



- 電源プラグのほこりは定期的に取る
ほこりがたまると、湿気などで絶縁不良になり、火災・感電の原因になります。
- 電源プラグはコンセントの奥まで確実に差し込む
ショートによる火災・感電の原因になります。
- 電源は交流100V、定格15A以上のコンセントを単独で使う
火災の原因になります。



プラグを抜く

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



ぬれ手禁止

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



- 電源コードや電源プラグが傷んだり、コンセントの差し込みがゆるいときは使わない
ショートによる火災・感電の原因になります。電源コードが破損したときは、修理専用コールへお問い合わせください。
- 電源コードをたばねて通電しない
過熱してやけど・火災の原因になります。電源コードは、必ずのばして使用してください。
- 持ち運び時や収納時に電源コードを引っ張らない
火災・感電の原因になります。
- 電源コードを傷つけない
傷つける、加工する、無理に曲げる、引っ張る、ねじる、重いものを載せる、挟み込むなどしないでください。
電源コードが破損し、火災・感電の原因になります。



アースを
必ず接続

● アースを必ず取り付ける

故障したり漏電したりしたときに、感電のおそれがあります。

次のような場所で使用する場合は、法律でアース工事（D種接地工事）が義務付けられています。

・湿気の多い場所

土間・コンクリート床・貯蔵室など
飲食店の厨房など

・水気のある場所

洗い場など水を扱うところ
水滴が飛び散るところ
地下室など結露しやすいところ



● 水気の多いところで使用する場合は、漏電遮断器を設置する

水気の多いところに設置する場合は、アースの他に漏電遮断器の設置が義務付けられています。（ご家庭の分電盤に設置されていることがあります。）

詳しくは、お買い上げの販売店または電気工事店にご相談ください。



● アースは、ガス管や水道管、電話線や避雷針のアース線には絶対に接続しない

爆発・火災の原因になります。

調理中は



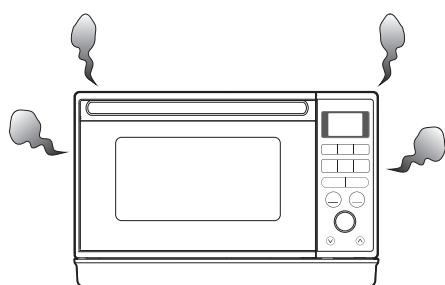
● 調理中はそばを離れない

食材が発煙・発火することがあるので、注意してください。



● 繊維質の多い食材・小さく切った食材・少量の食材は発火することがあるので、注意する

ラップをする、加熱しすぎないなど注意して調理してください。



● 屋外で使用しない

● 壁や家具、カーテンなど、燃えやすいものの近くで使用しない

● 置・じゅうたん・テーブルクロスなど熱に弱いものの上で使用しない

火災の原因になります。

レンジ加熱時は

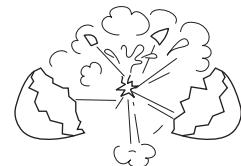


● 卵は必ず割りほぐしてから加熱する

● 壺や膜付きの食材は必ず切れ目を入れる

● びんや密封容器のふたは必ず外してから加熱する

破裂して、けがややけどの原因になります。



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

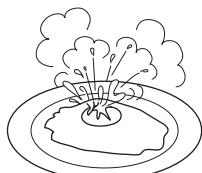


● 缶詰・びん詰め・袋詰め・レトルト食品・真空パック食品は加熱しない

破裂のおそれがあります。必ず別容器に移し替えてから加熱してください。

● ゆで卵、目玉焼きなどは加熱しない

爆発して大変危険です。



飲み物などの加熱時は



● 加熱しすぎないように注意する

● 加熱前・加熱後はスプーンなどでかきまぜる

飲み物や油脂分の多い液体（生クリームなど）は、加熱後取り出すときに突然沸騰して飛び散ることがあり、やけどの原因になります。

加熱しすぎたときは、庫内で冷ましてから取り出してください。



● 水まわり、風呂場など湿気のある場所では絶対に使用しない

● 本体を水につけたり、本体に水をかけたりしない

火災・感電の原因になります。

安全上の注意 つづき



- スプレーをかけない
(殺虫剤、整髪料、潤滑油など)
- 引火性のもの (灯油・ガソリン・シンナーなど)、可燃性のもののそばで使わない
- 油煙の舞う場所や近くで使用しない
火災の原因になります。



- 子どもなど取り扱いに不慣れな人だけで使わせたり、幼児に触れさせたりしない
- 乗ったり寄りかかったりしない
感電・やけど・けがなどの原因になります。
- 扇に無理な力を加えない
変形して電波漏れにより人体に被害を及ぼしたり、火災の原因になります。



- 異常・故障時には直ちに使用を中止し、電源プラグをコンセントから抜く
発煙・火災・感電のおそれがあります。
【異常の例】
 - ・異常な音やにおいがする
 - ・電源プラグ・電源コードが異常に熱くなる
 - ・電源コードを動かすと、通電したりしなかつたりする
 - ・運転中時々電源が切れる
 - ・触るとビリビリ電気を感じる→ 使用を中止し、お買い上げの販売店またはアイリスコールへお問い合わせください。



- 吸気口・排気口をふさがない
火災の原因になります。

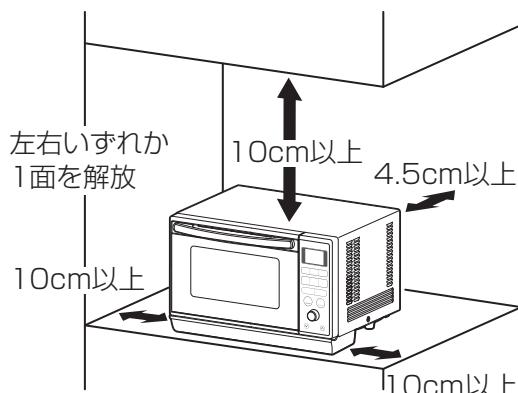
⚠ 注意

誤った取り扱いをすると、人掛けがをしたり、物的損害が発生するおそれがある内容を示しています。

安全に設置する



- 水平で安定した場所で使用する
不安定な場所で使用すると、落下・転倒してけがや火災の原因になります。
- 壁・家具・カーテンなどから図に示す距離を離す
壁・家具・カーテンの損傷・汚損、さらにせまい場所に設置すると、過熱・火災の原因になります。風通しが良く、水などのからないところに設置してください。



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



- 本体が転倒・落とした場合は、外部に損傷がなくても使用しない
- 扇が損傷したら使用しない
感電や電波漏れによる人体への被害のおそれがあります。点検・修理は、お買い上げの販売店または修理専用コールへご依頼ください。
- 扇にものをはさんだまま使用しない
誤動作して、電波漏れにより人体に被害を及ぼしたり、過熱して火災の原因になります。



- 衣類の乾燥や、ふきん・テーブル拭きなどの乾燥・消毒・殺菌など、調理以外の用途に使用しない
火災や異常動作の原因になります。
- 業務用など家庭用以外の用途に使用しない
本製品は家庭用として設計されています。業務用など家庭用以外の用途に使用すると、火災などの原因になります。



- 本体の上にものを置かない
- 本体の下にものを置かない
火災の原因になります。

加熱禁止



- レンジで金属容器や金串は使用しない
放電・火花・過熱・やけどの原因になります。
アルミホイルを使用する場合は、庫内壁面
に近づけないよう注意してください。
- 鮮度保持剤（脱酸素剤）を入れたまま
加熱しない
火災の原因になります。
- 庫内が空のままレンジ加熱しない
過熱して火災の原因になります。
- 付属のスチーム用カップをレンジ加熱
で使用しない
過熱や突沸により、やけどの原因になります。

加熱中・加熱後は



接触禁止

- 高温になっている部分にさわらない
加熱中・加熱直後は、容器・扉・庫内など
が熱くなっていることがあるので、やけどの
おそれがあります。
食器を取り出すときは、ミトンやふきんなど
を使用してください。
- ラップを外すときは注意する
蒸気でやけどするおそれがあります。



高温注意

食材が発煙・発火した場合は



- 扉を開けない
食材が発火した場合は、すぐに調理を中止
し、電源プラグを抜いて、炎が消えるま
で扉を開けないでください。空気が流れ込
み、炎が大きくなります。
また、扉に水をかけないでください。ガラ
ス窓が割れことがあります。



プラグを抜く

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



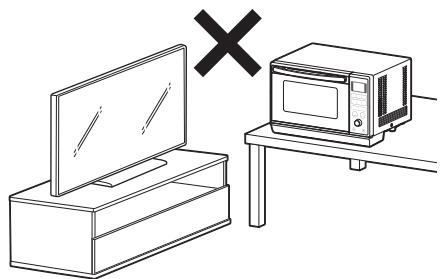
- 電源コードは本体の下を通さない
火災の原因になります。



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

使用上の注意

- ラジオやテレビに近づけないでください。
ラジオやテレビにノイズが入る場合があります。



- 扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。
扉を開けたままにすると、10分後に庫内灯は消灯しますが、電源は切れません。
- 扉を閉めた状態で、何も操作をしないで約5分経過すると、電源が切れます。
- このレンジは、ボタンを操作するとお知らせ音が鳴ります。調理終了も音でお知らせします。
- 取り忘れ防止のために、加熱終了後扉を開けないと「ピッ、ピッ、ピッ♪」と鳴ってお知らせします。(1分ごとに5分間くり返した後、電源が切れます。)
- 加熱終了後は、冷却のためファンが回ります。

廃棄について

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

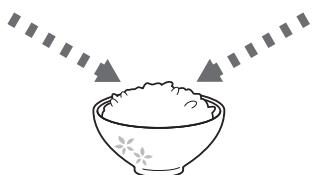
加熱のしくみ

本製品は、レンジ加熱・ヒーター加熱(グリル／オーブン)の機能を持った調理器です。

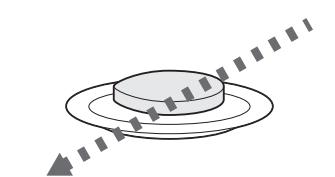
それぞれの機能が単独で使用できる他、自動メニューではこれらを組み合わせて適切な加熱方法で調理します。

レンジ加熱

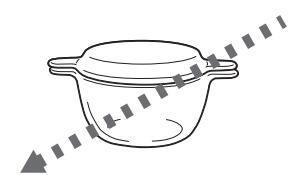
庫内に電波が放射されると、食品に含まれる水分子に吸収され加熱されます。



水分のある食品は電波を吸収します。



水分が凍っていると電波が吸収されにくくなります。



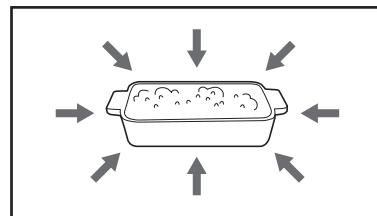
ガラス容器、陶器などは電波を透過して吸収されません。



金属製の器は電波を反射します。
(火花が出ることがあります。)

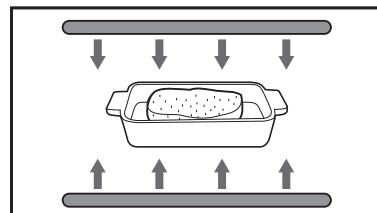
ヒーター加熱(オーブン)

上下にあるヒーターで庫内の温度を一定に保ち、じっくり焼き上げます。中までよく火を通したいときに使用します。



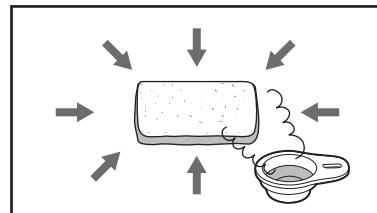
ヒーター加熱(グリル)

上下にあるヒーターで高温で一気に焼き上げます。火の通りやすいものや、表面に焦げ目をつけたいときに使用します。



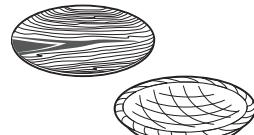
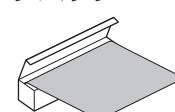
カップスチーム調理

ヒーター加熱(グリル／オーブン)時に、付属のスチーム用カップに水を入れて庫内に置くと、蒸し調理や、スチームトーストなどができます。



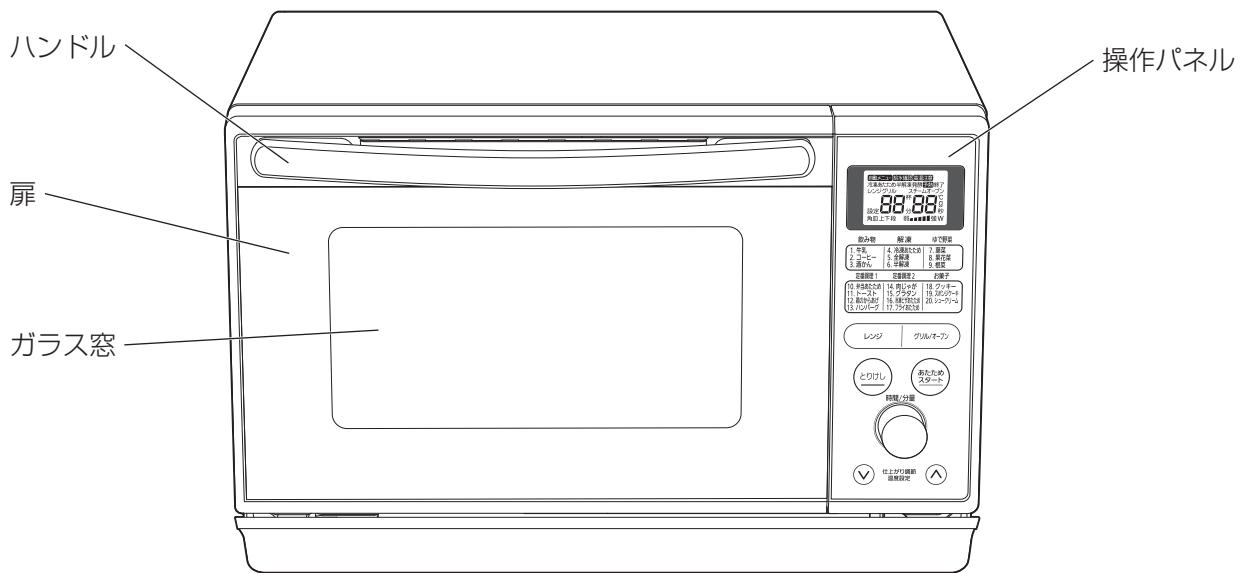
使える容器・使えない容器

容器の種類		レンジ加熱	ヒーター加熱（オーブン・グリル）
付属の角皿		✗ 使えません	○ 使えます
付属のスチーム用カップ		✗ 使えません	○ 使えます ・カップスチーム調理に使用します。（使用するときは、必ず水を入れてください。）
ガラス	耐熱性がある 	○ 使えます ・ただし、急熱・急冷すると割れことがあります。	
	耐熱性がない 	✗ 使えません ・カットグラス・強化ガラスも使えません。	
プラスチック	耐熱性がある (耐熱温度：140℃以上) 	○ 使えます ・「電子レンジ使用可能」の表示のあるものが使えます。 ・金属ねじを使用しているものは使えません。	✗ 使えません ・ただし、オーブン調理で設定温度が耐熱温度以下であれば使えます。
	耐熱性がない (耐熱温度：140℃未満) 	✗ 使えません ・耐熱性容器でも、ふたは耐熱性でないことがあるので確認してください。 ・熱で変形するものも使えません。（スチロール・ポリエチレン（PE）など） ・ただし、レンジ加熱の解凍や、オーブン加熱の発酵などでは使えます。	
	ラップ (耐熱温度：140℃以上) 	○ 使えます ・ただし、油分の多い料理は耐熱温度より高温になるので使えません。	✗ 使えません ・ただし、オーブン加熱の発酵では使うことがあります。
陶磁器	耐熱性がある 	○ 使えます ・ただし、急熱・急冷すると割れことがあります。 ・金銀模様・絵柄・ひび模様のある器は、火花が出たり、傷んだりすることがあるので使えません。	○ 使えます ・ただし、急熱・急冷すると割れことがあります。
	耐熱性がない 		✗ 使えません

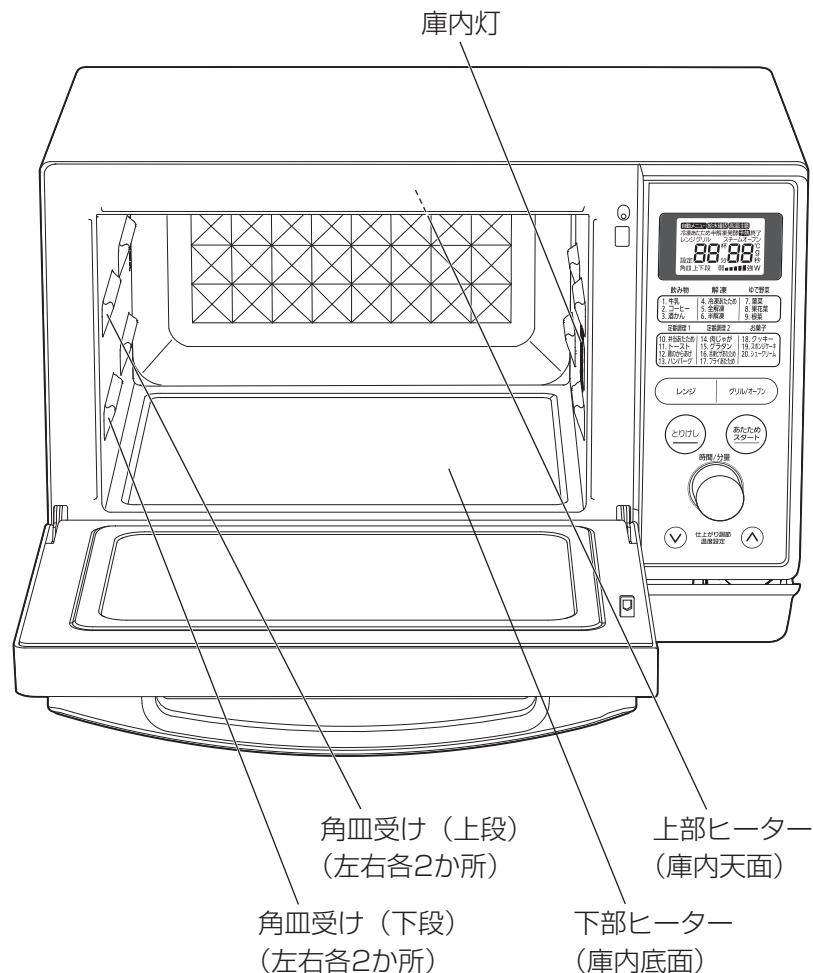
容器の種類		レンジ加熱	ヒーター加熱（オーブン・グリル）
金属	アルミ・ほうろうなどの金属容器 	× 使えません <ul style="list-style-type: none"> 金串、金網、金箔・銀箔のフィルムやテープ、針金の入ったものも使えません。 	○ 使えます
	アルミホイル 	△ <ul style="list-style-type: none"> なま物の解凍などで部分的に使うことがあります。（庫内壁面に近づけたり、鋭利な部分を作らないようにしてください。） 	○ 使えます
紙・木・竹	漆器 	× 使えません <ul style="list-style-type: none"> 塗りがはげたり、ひび割れしたりすることがあります。 	
	紙・木・竹 	× 使えません <ul style="list-style-type: none"> 加熱しすぎると燃えたりすることがあります。 釘や針金など金属を使用しているものは使えません。 	× 使えません
	クッキングペーパー クッキングシート クッキングバッグ 	○ 使えます <ul style="list-style-type: none"> ただし加熱しすぎると燃えたりすることがあります。 	△ <ul style="list-style-type: none"> クッキングシートは、自動メニューで使うことがあります。 発煙・発火があるので、注意して使用してください。

各部の名称

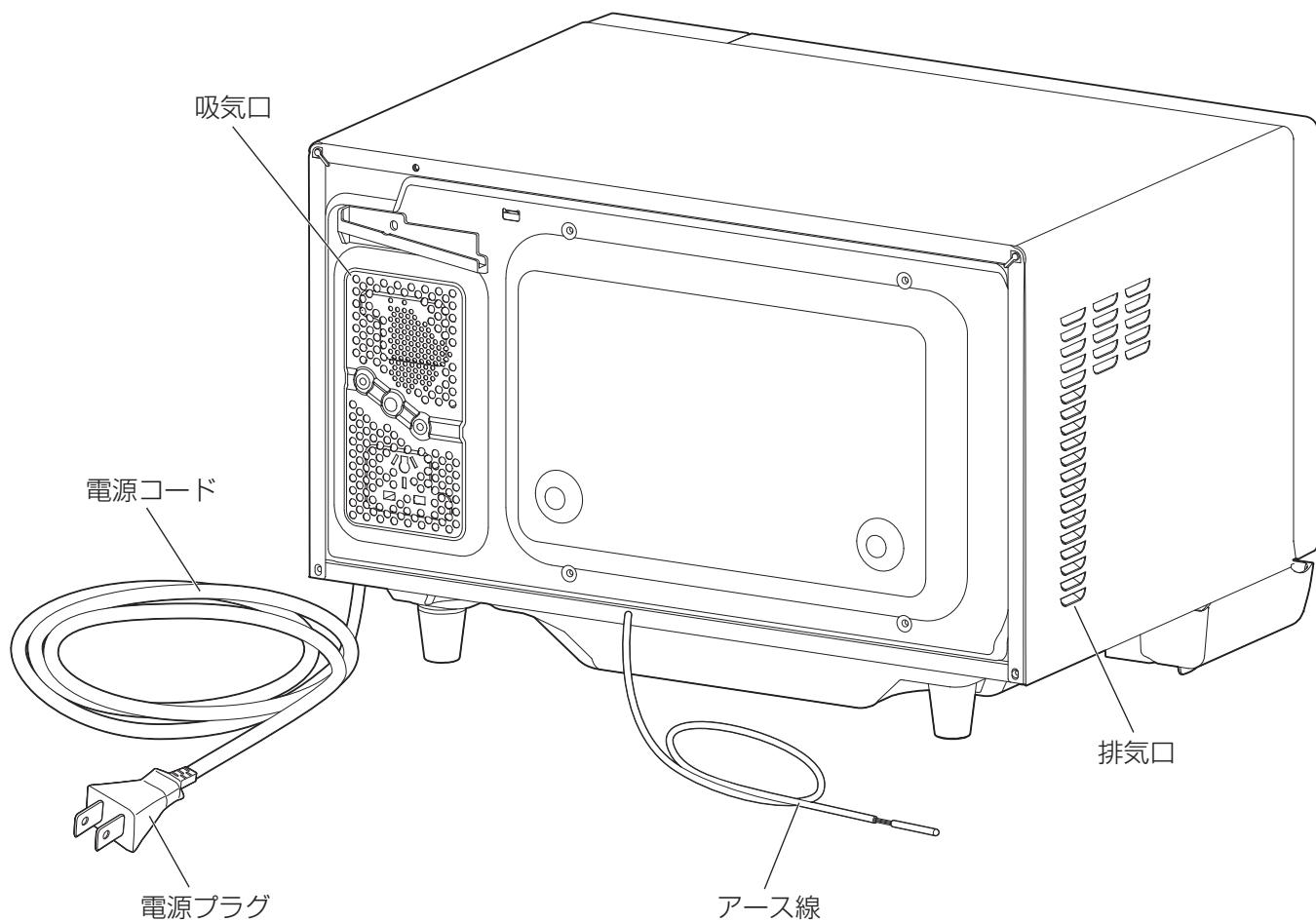
■正面



■庫内

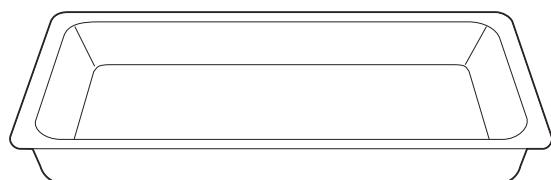


■背面



■付属品

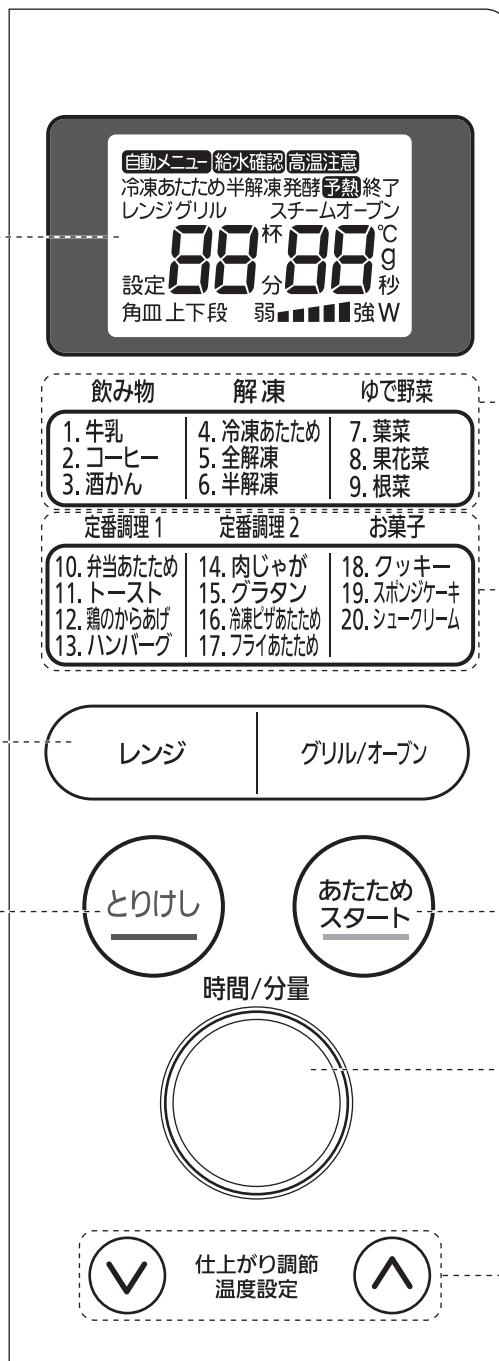
角皿（金属製）



スチーム用カップ



■操作パネル



表示部

加熱時間やメニュー番号などが表示されます。

手動メニューボタン

手動で加熱するときに、加熱の種類を選びます。

(→P13、26～34)

とりけしボタン

設定を取り消したり、加熱を途中で止めるときに押します。

(→P14、15)

長押しすると、お知らせ音の切入／入を切り替えできます。

(→P15)

自動メニューボタン

(飲み物・解凍・ゆで野菜)

基本の自動メニュー（1～9）を選びます。(→P17～19)

自動メニューボタン

(定番調理 1・定番調理 2・お菓子)

10～20の自動メニューを選びます。(→P21～24)

あたためスタートボタン

ボタンを押すと加熱がスタートします。

時間／分量つまみ

加熱時間や解凍の重量などを設定します。

仕上がり調節／温度設定ボタン

自動メニューの仕上がりの調節、オーブンの温度設定をします。

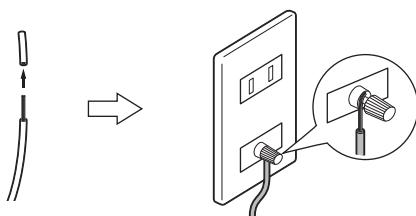
■ 設置

1 4ページの「安全に設置する」にしたがって、設置する

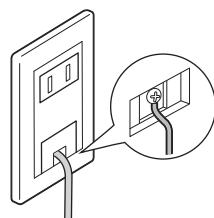
2 アースを接続する

アース端子付きコンセントがある場合

- アース線先端の絶縁被覆を抜き取り、芯線部分をアース端子に差し込んで固定します。

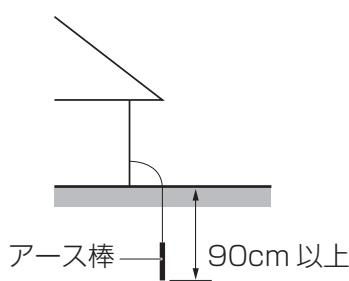


- ふた付きの場合は開けてつないでください。



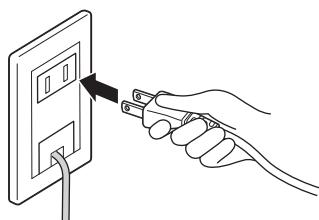
アース端子付きコンセントがない場合

- アース棒の設置が必要です。販売店または電気工事店に相談してください。



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

3 電源プラグをコンセントに差し込む



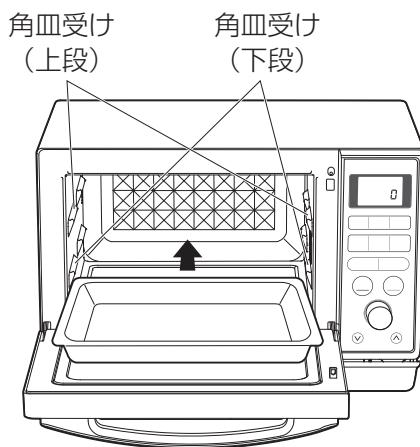
■ から焼き

● オーブン・グリルを初めて使用するときに、煙やにおいが出ることがあるので、使用を始める前にから焼きしてください。

● から焼きするときは、必ず換気してください。また、小鳥や小動物は別な部屋に移してください。

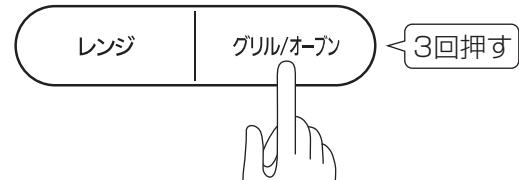
● 付属のスチーム用カップは入れないでください。

1 扇を開け、角皿を上段または下段の角皿受けにセットする



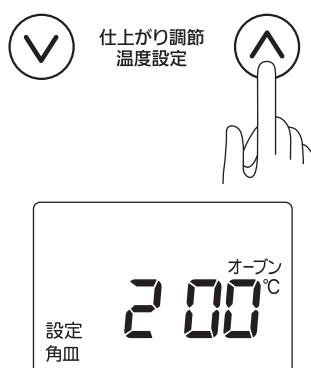
2 扇を閉め、グリル／オーブンボタンを3回押して、予熱なしのオーブンを選ぶ

- 設定・角皿・オーブン・170°Cが表示されます。



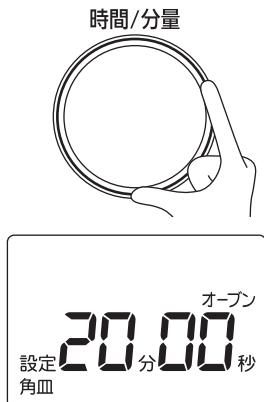
※ 操作を取り消すとき、加熱を途中で止めるときは、とりけしボタンを押してください。

3 仕上がり調節／温度設定ボタンで温度を200°Cに設定する



→つづく

4 時間／分量つまみを回して時間を20分にする



5 あたためスタートボタンを押す

- から焼きが開始され、表示部に残り時間が表示されます。



- 終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。

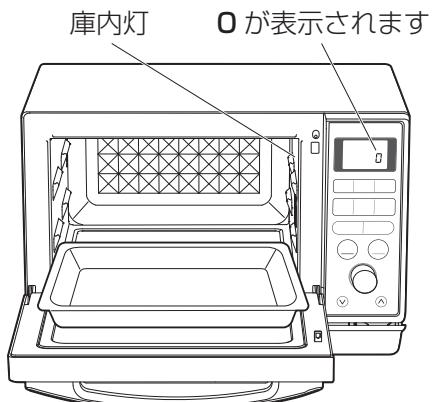
※ 1回のから焼きでにおいが取りきれない場合でも、何度か調理をすると、においはしなくなります。

⚠ 注意

- 加熱中・加熱直後は、ガラス窓や庫内壁面、角皿が熱くなりますのでやけどに注意してください。

■ 電源を入れるには

- 扉を開けると電源が入ります。
- 扉を開けたときは、庫内灯が点灯します。



※ 扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。

※ 扉を開けたままだと、約10分で庫内灯は消灯しますが、電源は切れません。

■ 操作を取り消すには

- 操作中にとりけしボタンを押すと、操作は取り消されて最初の状態に戻ります。
- 1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。



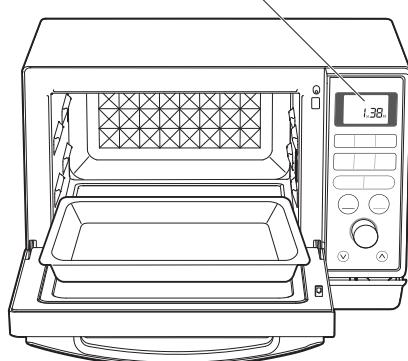
■ 加熱を一時停止するには

- ・加熱中にとりけしボタンを押すと、加熱は一時停止します。



- ・加熱の途中で扉を開けたときも、加熱が一時停止されます。

残り時間が表示されます



- ・扉を閉めて、あたためスタートボタンを押すと加熱が再開します。

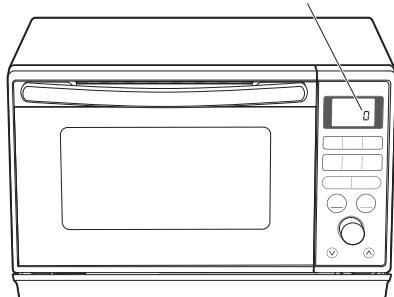


■ 加熱を停止するには

- ・一時停止中にとりけしボタンを押すと、加熱は停止して最初の状態に戻ります。



「O」が点灯



■ お知らせ音を切ったり、入れたりするには

- ・表示部に「O」が表示されているときに、とりけしボタンを3秒以上長押ししてください。長押しするたびに、「OFF」または「On」が3秒間表示され、お知らせ音の切／入が切り替わります。



3秒以上長押し

On

OFF

■ チャイルドロック

子どものいたずら事故を防ぐために、チャイルドロックをかけることができます。

チャイルドロックをかける

- ・とりけしボタンを押しながらあたためスタートボタンを押してください。
- ・表示部に「[]」が表示されます。

※あたためスタートボタンを先に押すと加熱が開始されてしまいます。とりけしボタンを先に押すようにしてください。

※あたためスタートボタンは、とりけしボタンを先に押してから3秒以内に押してください。とりけしボタンだけを3秒以上押すと、お知らせ音の切／入の切り替えになります。



チャイルドロックを解除する

- ・再度とりけしボタンを押しながらあたためスタートボタンを押すと、チャイルドロックは解除されます。

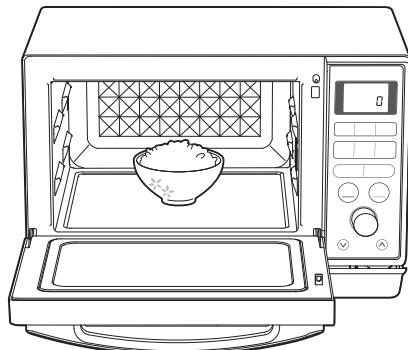
使いかた あたため

加熱時間を30秒ずつ、おこのみで設定できます。

- レンジ加熱を使用します。付属の角皿・スチーム用カップ、金属の容器は使えません。(\rightarrow P8～9)

1 食品を入れる

- ・扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- ・食品を耐熱性の容器に入れて庫内に入れ、扉を閉めます。
- ・食品は、できるだけ中央に、均等に配置してください。



※ごはんはラップをせず、固めのときは水をふりかけてください。



- 弁当は、調味料の容器・まるごとのゆで卵・アルミカップなどは取り出してから加熱してください。



- 飲み物は、加熱前と加熱後にスプーンなどでかきませてください。

2 あたためスタートボタンを押す

- ・加熱が開始され、表示部に残り時間が表示されます。
- ・加熱中にあたためスタートボタンを押すたびに、30秒ずつ時間が追加されます。(最長5分まで)



※加熱中にとりけしボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。一時停止中は、あたためスタートボタンを押すと加熱を再開します。

- ・加熱が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。



- 加熱後は容器が熱くなるので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください

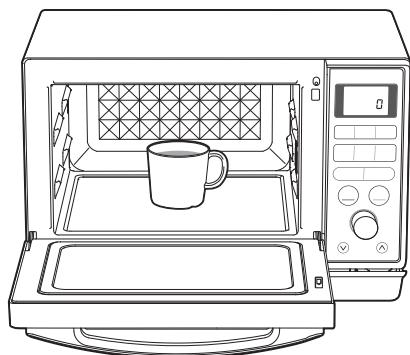
使いかた 自動メニュー（飲み物）

飲み物の種類と数量を指定してあたためます。

- レンジ加熱を使用します。付属の角皿・スチーム用カップ、金属の容器は使えません。（→P8～9）

1 飲み物を入れる

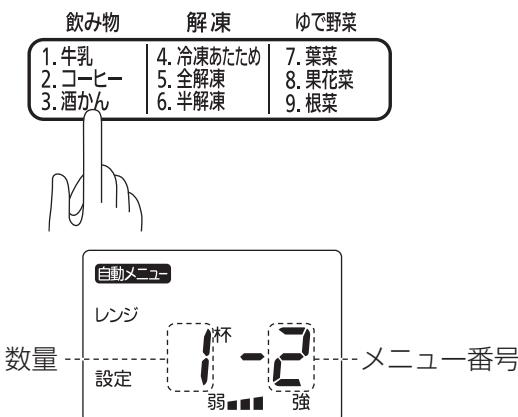
- 扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- 飲み物を耐熱性の容器に入れて庫内に入れ、扉を閉めます。
- 飲み物は、できるだけ中央に、均等に配置してください。



！ 注意 ●飲み物は、加熱前と加熱後にスプーンなどでかきませてください。

2 自動メニューの飲み物を選ぶ

- 飲み物ボタンを押すたびにメニューが切り替わります。



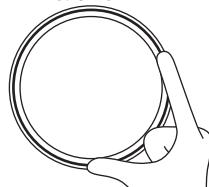
※操作を取り消すときはとりけしボタンを押してください。

※1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。

3 時間／分量つまみを回して、数量を選ぶ

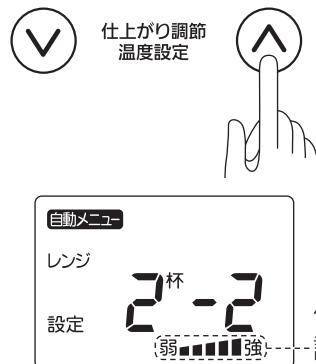
- 1～4杯から選ぶことができます。

時間/分量



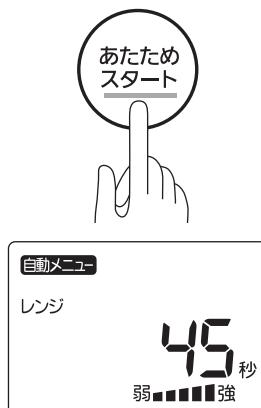
4 必要に応じて仕上がり調節／温度設定ボタンで調節する

- 調理時間が5段階に調節されます。



5 あたためスタートボタンを押す

- 加熱が開始され、残り時間が表示されます。



※加熱中にとりけしボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。

一時停止中は、あたためスタートボタンを押すと加熱を再開します。

- 加熱が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。

！ 注意

- 加熱後は容器が熱くなるので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。

使いかた 自動メニュー (解凍)

冷凍の食品や食材の重量を設定して、あたためや解凍をします。

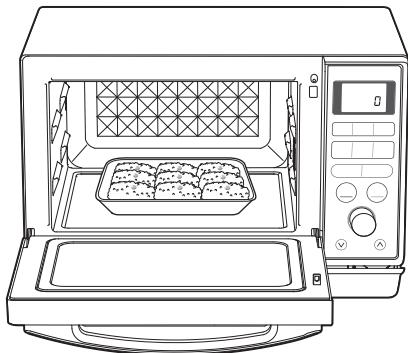
- レンジ加熱を使用します。付属の角皿・スチーム用カップ、金属の容器は使えません。(\rightarrow P8～9)
- 食材は3cm以内に厚さをそろえてください。
- 解凍しかかっている食材は仕上がりにむらが出て、一部が煮えてしまうことがあります。解凍する直前まで冷凍庫から出さないでください。
- 少量(100g未満)の食品・食材は、煮えや変色のおそれがあるので解凍はできません。
- 食材の細い部分や薄い部分にアルミホイルを巻くと、煮えや変色をおさえて解凍することができます。

!**注意**

- アルミホイルを使うときは、庫内壁面に近づけないでください。また鋭利な部分を作らないでください。火花が出ることがあります。

1 食品を入れる

- 扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- 食品のラップは外し、発泡スチロールのトレーに載せたまま庫内に入れ、扉を閉めます。
- 発泡スチロールのトレーがないときは、耐熱性の容器に入れてください。
- 食品は、できるだけ中央に、均等に配置してください。



!**注意**

- 発泡スチロールのトレーは熱で溶けがあるので、加熱のしすぎに注意してください。

2 自動メニューの解凍を選ぶ

- 解凍ボタンを押すたびにメニューが切り替わります。

飲み物	解凍	ゆで野菜
1.牛乳	4.冷凍あたため	7.葉菜
2.コーヒー	5.全解凍	8.果花菜
3.酒かん	6.半解凍	9.根菜



メニュー番号

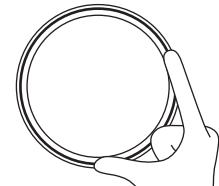
※操作を取り消すときはとりけしボタンを押してください。

※1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。

3 時間／分量つまみを回して、重量を設定する

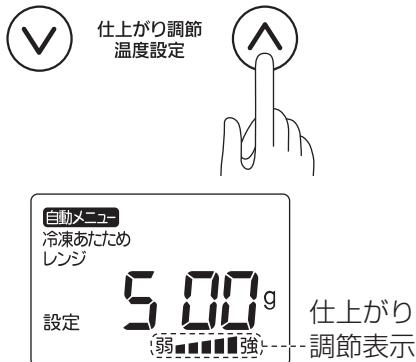
- 100～500gの範囲で、10g単位で設定できます。

時間/分量



4 必要に応じて仕上がり調節／温度設定ボタンで調節する

- 加熱時間が5段階に調節されます。



5 あたためスタートボタンを押す

- 加熱が開始され、残り時間が表示されます。



※ 加熱中にとりけしボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。

一時停止中は、あたためスタートボタンを押すと加熱を再開します。

- 加熱が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。

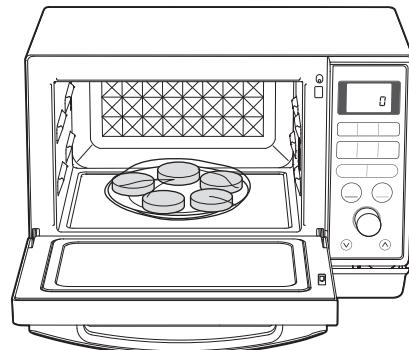
※ 解凍が不十分なときは、レンジボタンで200Wを選び、様子を見ながら加熱してください。(→P26)

野菜の種類と重量を設定してあたためます。

- レンジ加熱を使用します。付属の角皿・スチーム用カップ、金属の容器は使えません。(→P8~9)
- 食材は3cm以内に厚さをそろえてください。
- 食材は耐熱皿にできるだけ重ならないように並べ、ラップでおおいます。ラップは、蒸気がもれないように容器をきっちりとおおってください。
- 油分を含む食材を加熱するときは、ラップの耐熱温度を超えるおそれがあるので注意してください。

1 食品を入れる

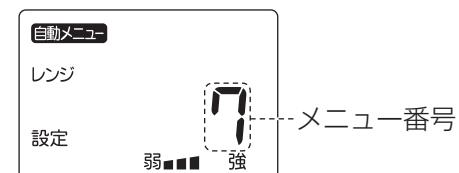
- 扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- 庫内中央に置いて、扉を閉めます。



2 自動メニューのゆで野菜を選ぶ

- ゆで野菜ボタンを押すたびにメニューが切り替わります。

飲み物	解凍	ゆで野菜
1. 牛乳	4. 冷凍あたため	7. 葉菜
2. コーヒー	5. 全解凍	8. 果花菜
3. 酒かん	6. 半解凍	9. 根菜



※ 操作を取り消すときはとりけしボタンを押してください。

※ 1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。

使いかた 自動メニュー（ゆで野菜）つづき

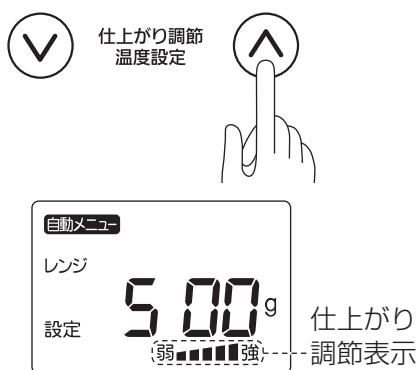
3 時間／分量つまみを回して、重量を設定する

- 100～500gの範囲で、10g単位で設定できます。



4 必要に応じて仕上がり調節／温度設定ボタンで調節する

- 調理時間が5段階に調節されます。



5 あたためスタートボタンを押す

- 加熱が開始され、残り時間が表示されます。



※ 加熱中にとりけしボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。

一時停止中は、**あたためスタートボタン**を押すと加熱を再開します。

- 加熱が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。



警告

- 繊維質の多い食材を加熱するときは、発煙・発火することがあるので注意してください。



注意

- 加熱後は容器が熱くなるので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。
- 小さく切ったにんじんなどを少量だけ加熱すると火花が出ることがあります。

※ 加熱が足りないときは、**レンジボタン**で**600W**を選び、様子を見ながら加熱してください。（→P26）

使いかた 自動メニュー (弁当あたため)

弁当の大きさに応じてあたためをします。

- レンジ加熱を使用します。付属の角皿・スチーム用カップ、金属の容器は使えません。(\rightarrow P8～9)

1 食品を入れる

- 扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- 弁当は、できるだけ中央に置いてください。

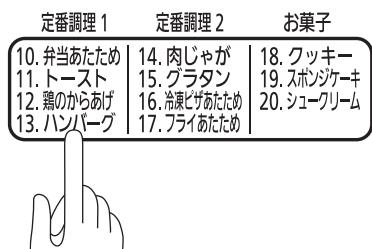


- 調味料の容器・まるごとのゆで卵・アルミカップなどは取り出してから加熱してください。



- 飾り・ふた・ラップ・テープ・輪ゴムなどは取り外してから加熱してください。

2 定番調理1ボタンで10 (弁当あたため) を選ぶ



※操作を取り消すときはとりけしボタンを押してください。

※1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。

3 時間／分量つまみを回して、重量を選ぶ

- 300g・400g・500gから選ぶことができます。



4 必要に応じて仕上がり調節／温度設定ボタンで調節する

- 調理時間が5段階に調節されます。



5 あたためスタートボタンを押す

- 加熱が開始され、残り時間が表示されます。



※加熱中にとりけしボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。

一時停止中は、あたためスタートボタンを押すと加熱を再開します。

- 加熱が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。



- 加熱後は容器が熱くなるので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。

※加熱が足りないときは、レンジボタンで600Wを選び、様子を見ながら加熱してください。 $(\rightarrow$ P26)

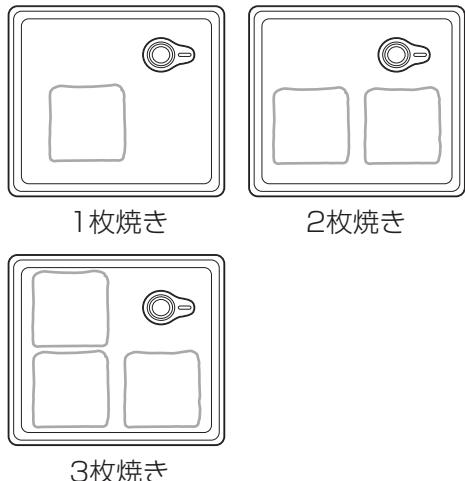
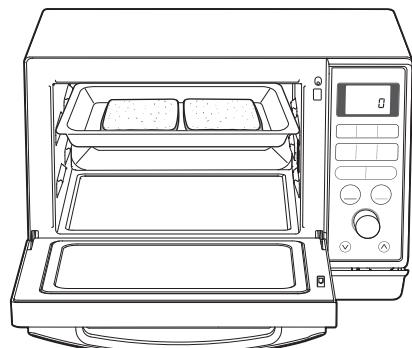
使いかた 自動メニュー（トースト）

付属のスチーム用カップに水を入れて使用すると、蒸気を供給することにより、外はカリッと、中はもっちりとしたスチームトーストを焼くことができます。（3枚まで）

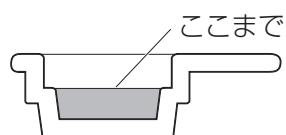
- 付属の角皿・スチーム用カップを使用します。

1 角皿に食パンを並べて、角皿受け（上段）にセットする

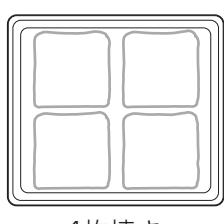
- 扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- スチーム用カップに水を入れ、角皿の右奥にセットしてください。
- 食パンはスチーム用カップを避けて、3枚まで並べることができます。



- 水は、内側の段差まで入れてください。

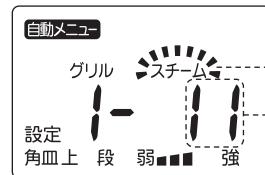
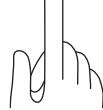


※食パンを4枚焼くときは、スチーム用カップは使えません。



2 定番調理1ボタンで11（トースト）を選ぶ

定番調理1	定番調理2	お菓子
10.弁当あたため	14.肉じゃが	18.クッキー
11.トースト	15.グラタン	19.スponジーキ
12.鶏のからあげ	16.冷凍どざあたため	20.ショーキー
13.ハンバーグ	17.フライあたため	



点滅

メニュー番号

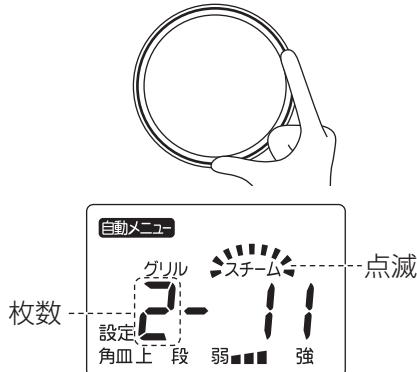
※操作を取り消すときはとりけしボタンを押してください。

※1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。

3 時間／分量つまみを回して、食パンの枚数を選ぶ

- 1～4枚から選ぶことができます。
- ※4枚のときはスチームトーストはできません。

時間／分量



点滅

4 必要に応じて仕上がり調節／温度設定ボタンで調節する

- 調理時間が5段階に調節されます。



点滅

仕上がり
調節表示

5 あたためスタートボタンを押す

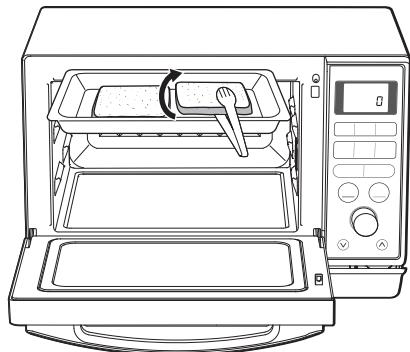
- ・加熱が開始され、残り時間が表示されます。



※ 加熱中にとりけしボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。
一時停止中は、あたためスタートボタンを押すと加熱を再開します。

6 ピッピッ♪と鳴ったら、扉を開け角皿を引き出して、食パンを裏返す

※ ミトン、トングなどを使用してください。



7 扉を閉め、あたためスタートボタンを押す

- ・裏面の加熱が開始されます。



・加熱が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。



注意
● 加熱後は容器が熱くなるので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。

※ 加熱が足りないときは、グリル／オープンボタンを1回押してグリルを選び、様子を見ながら加熱してください。(→P29)

使いかた その他の自動メニュー

加熱の方法を組み合わせて、選んだメニューを自動で調理します。

それぞれのメニューについて、詳しくは「クッキングガイド」(P36 ~ 40) をご覧ください。

● 使用する加熱方法によって、使用できない容器があります。「使える容器・使えない容器」(P8 ~ 9) 及び「クッキングガイド」(P36 ~ 40) を参照して容器を選んでください。

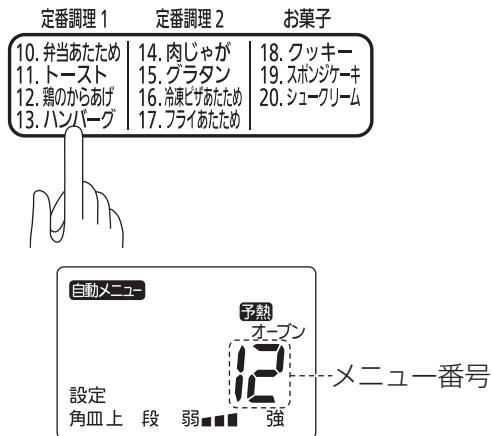
● 付属の角皿・スチーム用カップの使いかたについては、「クッキングガイド」(P36 ~ 40) を参照してください。

1 食品を入れる

- 扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- 食品は、できるだけ中央に、均等に配置してください。
- 下ごしらえが必要なものは、「クッキングガイド」にしたがってあらかじめ済ませてください。

2 自動メニューボタンを押してメニューを選ぶ

- それぞれのボタンを押すたびに、メニューが切り替わります。それぞれのボタンの表記または次ページの「その他のメニュー一覧」を参照して選んでください。



※ 操作を取り消すときはとりけしボタンを押してください。

※ 1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。

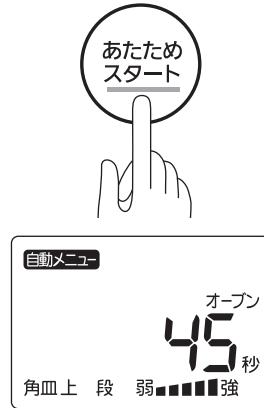
3 必要に応じて仕上がり調節／温度設定ボタンで調節する

- 調理時間が5段階に調節されます。



4 あたためスタートボタンを押す

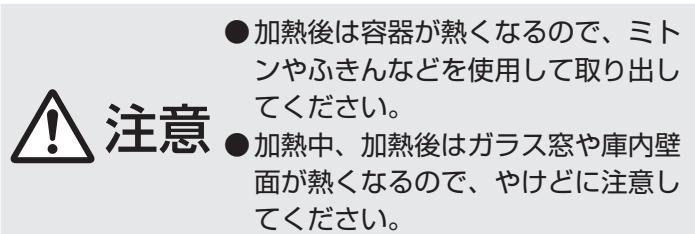
- 加熱が開始され、残り時間が表示されます。



※ 加熱中にとりけしボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。

一時停止中は、あたためスタートボタンを押すと加熱を再開します。

- 加熱が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。



■ その他の自動メニュー一覧

表示	ボタン	メニュー	分量	加熱方法	調理時間の目安	クッキングガイド
12	定番調理1	鶏のからあげ	4人前	オーブン	20分	P36
13		ハンバーグ	4人前	オーブン	18分	P36
14	定番調理2	肉じゃが	2人前	レンジ	42分	P37
15		グラタン	2人前	オーブン	26分	P37
16		冷凍ピザあたため	直径15～20cm	オーブン	15分	P38
17		フライあたため	約200g	グリル	8分	P38
18	お菓子	クッキー	約25枚分	オーブン	15分	P38
19		スポンジケーキ	直径18cm	オーブン	30分	P39
20		シュークリーム	9個	オーブン	28分	P40

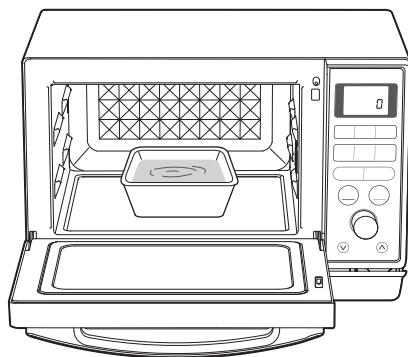
使いかた 手動メニュー（レンジ）

手動で出力と時間を設定して加熱します。

- レンジ加熱を使用します。付属の角皿・スチーム用カップ、金属の容器は使えません。（→P8～9）
- 量が多いときは、少量ずつに分けて加熱してください。
- ごはんやカレーなどは、平たく均一に1人前ずつ冷凍しておくと、上手にあたためることができます。
- ラップの使いかたについては28ページを参照してください。

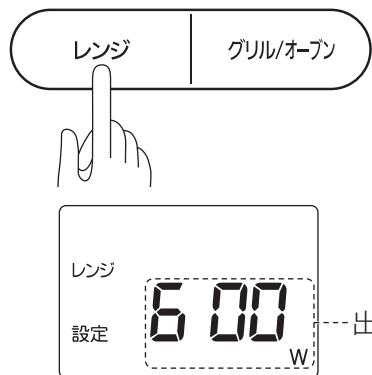
1 食品を入れる

- 扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- 食品を耐熱性の容器に入れて庫内に入れ、扉を閉めます。
- 食品は、できるだけ中央に、均等に配置してください。



2 レンジボタンを押す

- レンジボタンを押すたびに出力が切り替わります。



→ 1000W → 600W → 500W → 200W

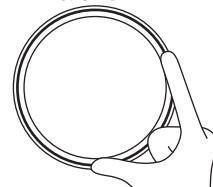
※操作を取り消すときはとりけしボタンを押してください。

※1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。

3 時間／分量つまみを回して時間を設定する

- 時間設定の表示に切り替わります。

時間/分量



- 1000Wは3分まで、600W・500Wは30分まで、200Wは90分まで以下のように設定できます。

0～1分	5秒単位
1～5分	10秒単位
5～10分	30秒単位
10～30分	1分単位
30～90分	5分単位

4 あたためスタートボタンを押す

- 加熱が開始され、残り時間が表示されます。



※とりけしボタンを押すと、加熱は一時停止します。

もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。

一時停止中はあたためスタートボタンを押すと加熱を再開します。

- 加熱が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。



●加熱後は容器が熱くなるので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。

■レンジ加熱の目安 (600Wの場合)

あたため

食品・食材	分量	ラップ	加熱時間	メモ
ハンバーグ	1個 (80g)	—	約1分	
ハンバーグ (冷凍)	1個 (80g)	する	約1分30秒	加熱後、2~3分ラップをしたまま蒸らす
焼きとり	6本 (150g)		約1分	照りを出すため、先にたれを塗る
てんぷら・フライ	1人前(150g)	—	約1分	キッチンペーパーやてんぷら敷紙の上に、重ならないように並べる
⚠ 注意 ●いかは、はじけることがあるので加熱時間は控えめにしてください。				
フライ (冷凍)	4個 (100g)	—	約1分30秒	皿に並べる
焼きそば・スパゲッティ	1人前(200g)	—	約1分30秒	加熱後かきませる また、ぱさついているときはサラダ油かバターを少しませる
ピラフ (冷凍)	1人前(250g)	する	約4分30秒	あらかじめ、ほぐしておく
ごはん (冷凍)	1杯 (150g)	する	約2分30秒	
焼きおにぎり (冷凍)	1個 (80g)	する	約1分	
おにぎり	1個 (80g)	—	約30秒	
まんじゅう	1個 (65g)	—	約20秒	あんが熱くなるので、控えめに加熱する
肉まん・あんまん	1個 (110g)	する	約40秒 (冷凍品は約1分~1分30秒)	底の紙を取って、さっと水にくぐらせ、1個ずつゆったりとラップに包む
⚠ 注意 ●あんまんは、先にあんが熱くなり、3分以上 (冷凍品は4分以上) 加熱すると発煙・発火のおそれがあります。				
しゅうまい (冷凍)	1袋 (230g)	する	約3分	両面に水をふりかける
みそ汁	1杯 (150g)	する	約1分	加熱前と加熱後にかきませる
煮物	1人前(200g)	する	約1分30秒	
カレー・シチュー	1人前(200g)	する	約1分30秒	加熱後かきませる
丼物	1人前(350g)	する	約2分	
牛乳 (冷蔵)	1杯 (200mL)	—	約1分30秒	加熱前と加熱後にかきませる
お酒 (常温)	1本 (180mL)	—	約1分	加熱前と加熱後にかきませる
茶わん蒸しのあたため	1個	—	30~60秒	様子を見ながら加熱する
ロールパンのあたため	2個 (80g)	—	約20秒	時間が経つと固くなるので、食べる直前に加熱する
今川焼き (冷凍)	1個 (90g)	する	約1分30秒	
ミックスベジタブル (冷凍)	100g	する	約1分30秒	
⚠ 注意 ●小さく切ったにんじんなどを少量だけ加熱すると火花が出ることがあります。100gより少ないときは、大きめの容器に野菜がひたるくらいの水を入れ、ふたをして加熱してください。 (にんじん50g+水50mLで約2分)				
里いも (冷凍)	300g	—	約10分	

※ レトルト食品などで500Wが推奨されている場合は、レンジで500Wを選んでください。

使いかた 手動メニュー（レンジ）つづき

ラップの使いかた

ラップをするもの

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

ラップをしないもの

- ・ごはんもの、揚げ物、焼き物、炒め物など、水分を飛ばし気味にしたい場合

- ・ラップは容器をゆったりとおおい、食品・食材に沿わせます。余裕がないと破れることができます。
- ・油分の多い食品を加熱するときは、ラップの耐熱温度を超えることがあるので注意してください。

ゆで野菜

食材	分量	ラップ	加熱時間	メモ
じゃがいも さつまいも	150g	する	約3分	まるごと加熱するときは、丸皿の中央を避けて置く
にんじん	200g	する	約6分	用途に合わせて切り、容器に入れてひたるくらいの水を加え、ふたかラップをする
だいこん	200g	する	約4分	大きさをそろえる
キャベツ・白菜	200g	する	約2分30秒	太い芯はあらかじめそいでおく
ほうれん草	200g	する	約2分	葉と茎を交互に重ねてラップに包む
カリフラワー ブロッコリー	200g	する	約2分30秒	小房に分け、あらかじめ食塩水につけておく
グリーンアスパラガス	200g	する	約2分30秒	根元の固い皮を取り、あらかじめ軽く塩でもんでもく

※ ゆで野菜は、自動メニューでも、簡単に作れます。（→P19）



● 繊維質の多い食材は、発煙・発火することがあります。ラップをする、加熱しすぎないなど、注意して調理してください。



● 加熱時間は目安であり、分量や調理状態により異なります。必要以上に加熱すると、発煙・発火の原因になりますので注意してください。

使いかた 手動メニュー（グリル）

手動で時間を設定してグリル調理します。

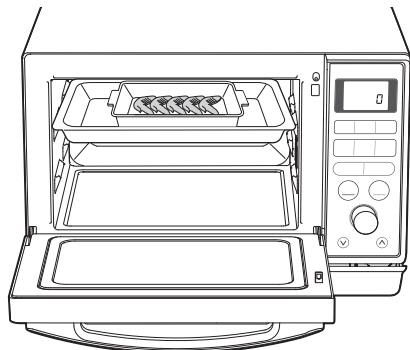
※ 温度は設定できません。手動で時間を設定して調節してください。

- ヒーター加熱を使用します。使用可能な容器については8~9ページをご覧ください。

- 付属の角皿を使います。

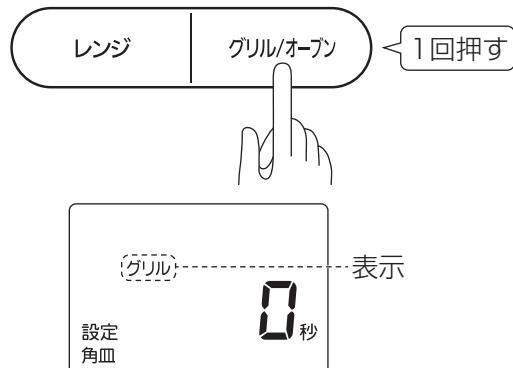
1 食品を入れる

- 扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- 食品を耐熱性の容器に入れて付属の角皿にのせ、角皿を上段または下段の角皿受けにセットして扉を閉めます。
- 食品は、できるだけ中央に、均等に配置してください。



2 手動メニューのグリル／オープンボタンでグリルを選ぶ

- グリルが表示され、加熱時間の設定表示になります。



※ 操作を取り消すときはとりけしボタンを押してください。

※ 1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。

3 時間／分量つまみを回して時間を設定する

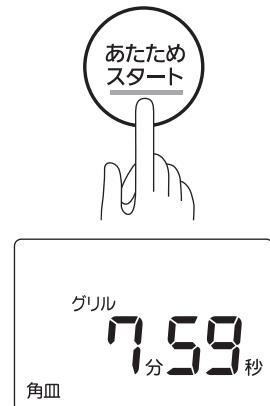


- 30分まで以下のように設定できます。

0~1分	5秒単位
1~5分	10秒単位
5~10分	30秒単位
10~30分	1分単位

4 あたためスタートボタンを押す

- 加熱が開始され、残り時間が表示されます。



※ とりけしボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。一時停止中はあたためスタートボタンを押すと加熱を再開します。

- 加熱が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。



- 加熱後は容器が熱くなるので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。
- 加熱中・加熱直後はガラス窓や庫内壁面が熱くなりますのでやけどに注意してください。

使いかた 手動メニュー（オープン）

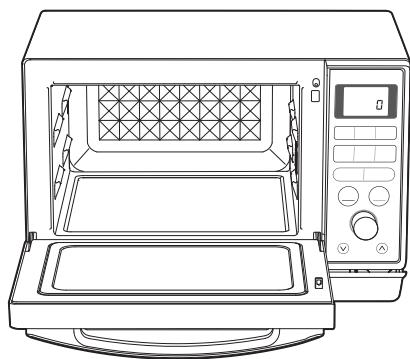
■ 予熱ありメニュー

手動で温度と時間を設定してオープン調理します。予熱をして、庫内温度を上げてから調理します。

- ヒーター加熱を使用します。使用可能な容器については8~9ページをご覧ください。
- 付属の角皿を使います。

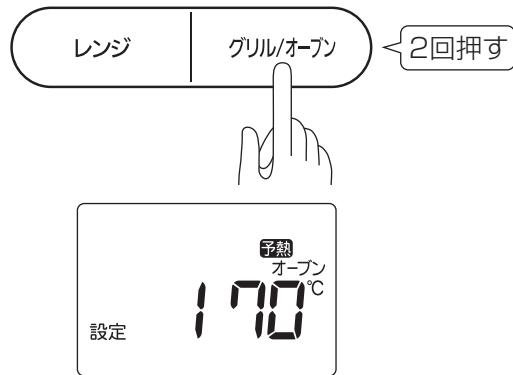
1 扉を開けて電源を入れる

- 扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- 食品を入れずに扉を閉めます。



2 手動メニューのグリル／オープンボタンを2回押す

- 予熱とオープンが表示され、温度設定画面になります。

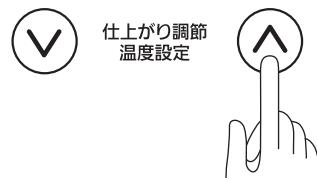


※操作を取り消すときはとりけしボタンを押してください。

※1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。

3 仕上がり調節／温度設定ボタンで温度を設定する

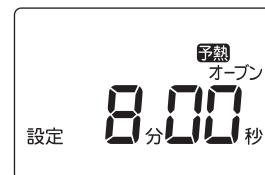
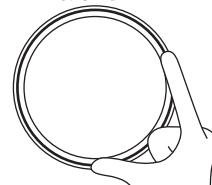
- 100~250°Cの範囲で設定できます。



4 時間／分量つまみを回して、時間を設定する

- 調理時間の設定になります。

時間/分量

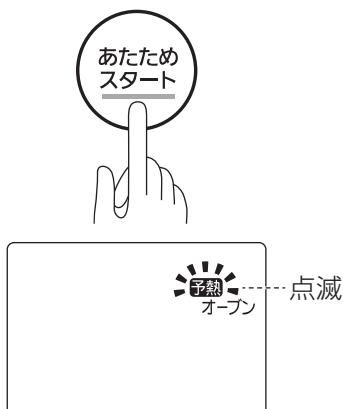


- 90分まで以下のように設定できます。

0~1分	5秒単位
1~5分	10秒単位
5~10分	30秒単位
10~30分	1分単位
30~90分	5分単位

5 あたためスタートボタンを押す

- ・予熱が開始されます。
- ・予熱の間は**予熱**が点滅します。



※調理を途中で止めるときは**とりけし**ボタンを押してください。

※予熱開始後に**グリル／オーブン**ボタンを押すと、設定温度が5秒間表示されます。

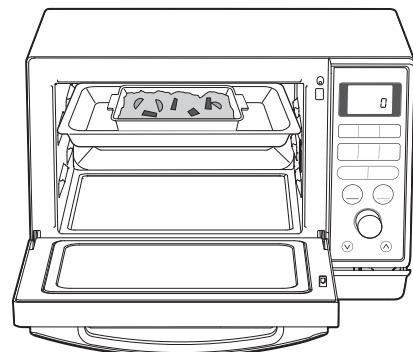
- ・予熱が完了すると、「ピッ♪」と2回鳴ってお知らせします。



6 予熱が完了したら、5分以内に食品を入れ、あたためスタートボタンを押す

※予熱完了後5分以上放置すると、音が鳴って操作はキャンセルされます。

- ・扉を開けると**予熱終了**は消灯します。
- ・食品は耐熱性の容器に入れて付属の角皿にのせ、クッキングガイド(P36～40)などを参考にして、角皿を上段または下段の角皿受けにセットして扉を閉めます。
- ・食品は、できるだけ中央に、均等に配置してください。



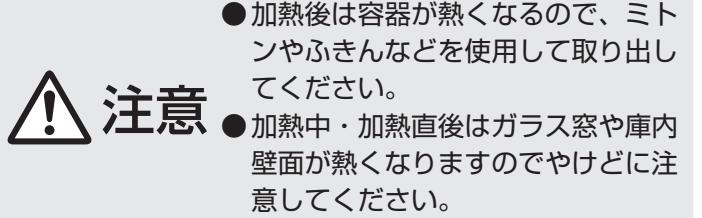
- ・あたためスタートボタンを押すと、調理が開始され、残り時間が表されます。



※**とりけし**ボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。

一時停止中は**あたためスタート**ボタンを押すと加熱を再開します。

- ・調理が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。



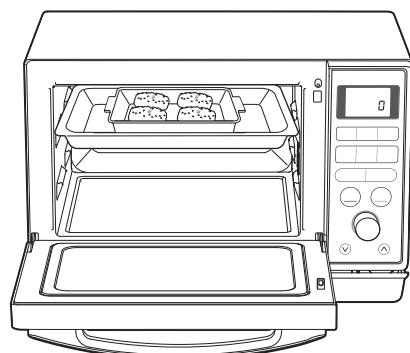
■ 予熱なしメニュー

手動で温度と時間を設定してオープン調理します。予熱をせずに調理を開始します。調理後で庫内温度が上がっているときや、食品を低温から調理するときに使用します。

- ヒーター加熱を使用します。使用可能な容器については8~9ページをご覧ください。
- 付属の角皿を使います。

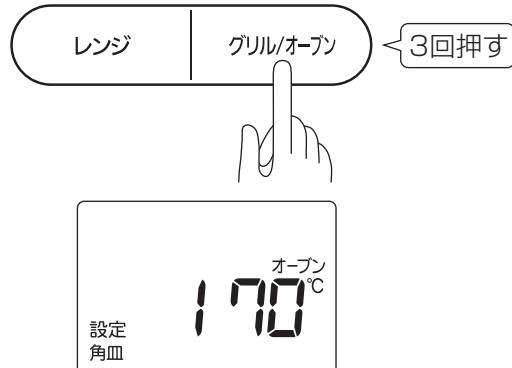
1 食品を入れる

- 扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- 食品を耐熱性の容器に入れて付属の角皿にのせ、角皿を上段または下段の角皿受けにセットして扉を閉めます。
- 食品は、できるだけ中央に、均等に配置してください。



2 手動メニューのグリル／オープンボタンを3回押す

- ・オープンが表示され、温度設定画面になります。
(予熱は点灯しません。)

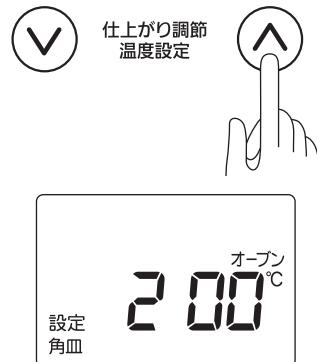


※操作を取り消すときはとりけしボタンを押してください。

※1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。

3 仕上がり調節／温度設定ボタンで温度を設定する

- ・35、40、100~250°Cの範囲で設定できます。
- ・35、40°Cに設定すると、発酵になります。発酵については、33~34ページの「発酵」をご覧ください。



4 時間／分量つまみを回して時間を設定する

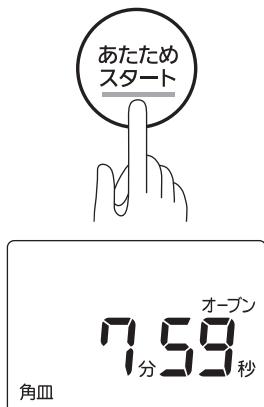


- ・90分まで以下のように設定できます。

0~1分	5秒単位
1~5分	10秒単位
5~10分	30秒単位
10~30分	1分単位
30~90分	5分単位

5 あたためスタートボタンを押す

- 調理が開始され、表示部に残り時間が表示されます。



※ とりけしボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。一時停止中はあたためスタートボタンを押すと加熱を再開します。

- 調理が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。

- 注意**
- 加熱後は容器が熱くなるので、ミトンやふきんなどを使用して取り出してください。
 - 加熱中・加熱直後はガラス窓や庫内壁面が熱くなりますのでやけどに注意してください。

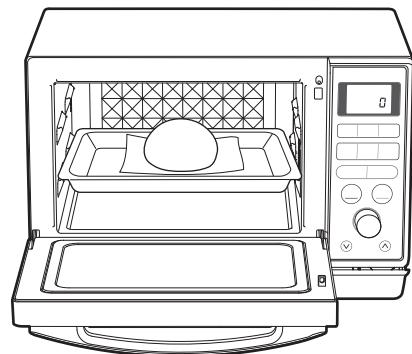
■発酵

低温でオーブン加熱して食品を発酵させます。

- ヒーター加熱を使用します。使用可能な容器については8~9ページをご覧ください。
- 付属の角皿を使います。

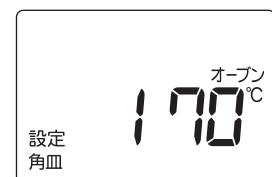
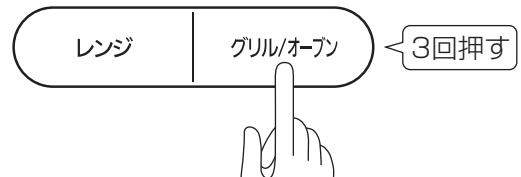
1 食品を入れる

- 扉を開けると電源が入り、庫内灯が点灯します。扉を閉めた後、何も操作をしないと、約5分で電源が切れます。
- 角皿に食品をのせ、上段または下段の角皿受けにセットして扉を閉めます。
- 食品は霧吹きなどが必要な場合はあらかじめ済ませて、乾燥しないようにラップなどをかぶせてください。
- 食品は発酵するとふくらむので、間を空け、均等に配置してください。



2 手動メニューのグリル／オーブンボタンを3回押す

- オーブンが表示され、温度設定画面になります。
(予熱は点灯しません。)



※ 操作を取り消すときはとりけしボタンを押してください。

※ 1分間何も操作をしなかった場合も、操作は取り消されます。

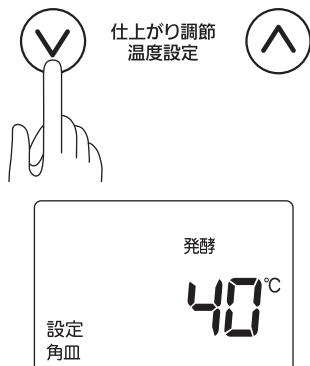
→つづく

使いかた

手動メニュー（オープン）つづき

3 仕上がり調節／温度設定ボタンで温度を設定する

- 35°Cまたは40°Cに設定すると、発酵になります。



4 時間／分量つまみを回して時間を設定する



- 90分まで以下のように設定できます。

0～1分	5秒単位
1～5分	10秒単位
5～10分	30秒単位
10～30分	1分単位
30～90分	5分単位

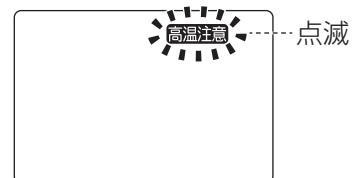
5 あたためスタートボタンを押す

- 加熱が開始され、残り時間が表示されます。



※ 庫内温度が高いときは、高温注意が点滅表示され、加熱は開始されません。

このようなときは、とりけしボタンを押して加熱を一旦停止し、庫内が十分冷えてから再度操作してください。



※ とりけしボタンを押すと、加熱は一時停止します。もう一度ボタンを押すと加熱は停止して最初の状態に戻ります。

一時停止中はあたためスタートボタンを押すと加熱を再開します。

- 加熱が終了すると、「ピッ♪」と5回鳴ってお知らせします。

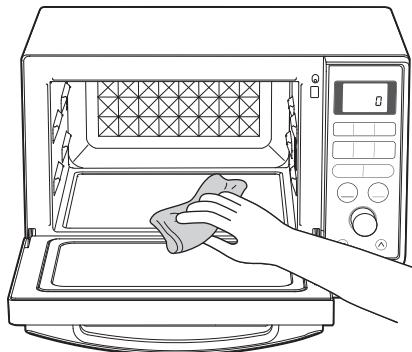
お手入れ

⚠ 注意

- お手入れは、必ず本体が冷えてから行ってください。
- 食材の残りや汚れが残ったまま放置しないでください。火災の原因になります。
- 使用後は早めにお手入れしてください。
- みがき粉、たわし、シンナー、ベンジンなどは使用しないでください。

本体・庫内

よくしぼったふきんで拭く



※汚れが取れにくいときは、薄めた台所用中性洗剤を含ませた柔らかい布で拭いた後、洗剤分が残らないようにかたく絞った布などで水拭きしてください。

⚠ 注意

- 庫内は汚れがついたままにしないでください。火災の原因になります。

角皿・スチーム用カップ

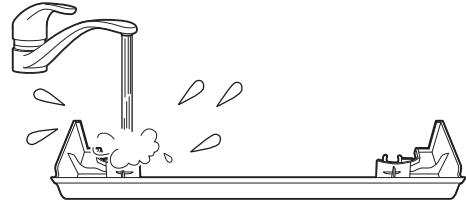
薄めた台所用洗剤で洗い、水で流す

- ・洗った後、よく乾かしてください。



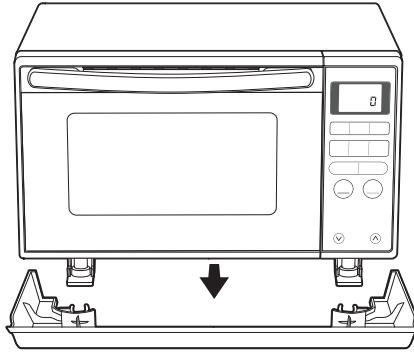
排水トレー

- ・庫内から漏れた水などがたまつたときは、水を捨ててください。
- ・水を捨てた後は流水で洗い、水滴はよく拭き取ってください。



排水トレーを取り外すには

- ・排水トレーの左右を持って、手前に引いてください。



⚠ 注意

- 排水トレーは必ず取り付けて使用してください。

クッキングガイド 自動メニュー 12～15

- ※ 材料は最大分量です。分量が選べるメニューは、人数分に応じて調節してください。
- ※ 容器の種類や大きさ、食材の温度によって仕上がりが異なることがあります。仕上がり調節／温度設定ボタンで調節してください。
- ※ 写真はイメージです。

鶏のからあげ



オープン

自動メニュー
12

材 料 (4人前)

とりもも肉 500g 市販の唐揚げ粉..袋記載の分量

作りかた

- 1 自動メニュー「12」を選んで、あたためスタートを押す。(予熱)
- 2 とりもも肉を一口大（1個約30g）に切り、唐揚げ粉をまぶす。10分ほどおいて、粉っぽさがなくなるまでなじませる。
- 3 角皿にクッキングシートを敷き、2の皮を上にし て並べ、スチーム用カップに水を入れて角皿の右奥に置く。

4 お知らせ音が鳴って予熱が完了したら、角皿を上段にセットして、あたためスタートを押す。

ハンバーグ



オープン

自動メニュー
13

材 料 (4人前)

合びき肉(牛7:豚3)...	400g	玉ねぎ ... 小1個 (200g)
パン粉	25g	牛乳 大さじ4
塩	少々	ナツメグ 少々
こしょう	少々	

作りかた

- 1 みじん切りにした玉ねぎを、バター（分量外）で うす茶色になるまでしっかり炒め、冷ます。
- 2 パン粉は牛乳についてふやかしておく。
- 3 ボウルに、合びき肉と塩、ナツメグ、こしょうを 入れ、ねばりが出るまでよくませ合わせる。

4 1と2を加えてよくませ、4等分する

5 自動メニュー「13」を選んで、あたためスタートを押す。(予熱)

6 予熱の間に、手にサラダ油をぬり、両手でキャッチボールをするように生地をたたいて空気を抜く。

7 中央を軽くくぼませ、厚さ2cmの小判形に形を整えて、角皿に並べる。

8 スチーム用カップに水を入れ、角皿の右奥に置く。

9 お知らせ音が鳴って予熱が完了したら、角皿を上段にセットして、あたためスタートを押す。

肉じゃが



× 角皿使用不可

レンジ

自動メニュー
14

材 料 (2人前)

牛または豚肉(薄切り)…150g 糸こんにゃく…100g
にんじん…70g じゃがいも…300g
玉ねぎ…120g 絹さや…適量

A

水…300mL 砂糖…大さじ3
酒…大さじ1½ みりん…大さじ1½
しょうゆ…大さじ4½

作りかた

1 薄切り肉は食べやすい大きさに(3~4cm幅)、にんじんは小さめの乱切り、じゃがいもは乱切り、玉ねぎは薄切りにする。糸こんにゃくは食べやすい大きさに切り、ゆでてあく抜きをしておく。

- 2 中火で熱したフライパンに油(大さじ1、分量外)をひき、1をすべて入れて、肉に火が通るまで炒める。
- 3 耐熱ボウルに2とAを入れ、クッキングシートなどでおとしぶたをする。
- 4 3のボウルにふんわりとラップをして庫内中央に置き、自動メニュー「14」を選んであたためスタートを押す。
- 5 加熱が終了したらよくませ合わせ、お好みでゆでた絹さやを散らす。

グラタン



○ 角皿使用

オープン

自動メニュー
15

材 料 (2人前)

マカロニ…40g マッシュルーム(薄切り)…25g
ナチュラルチーズ(ピザ用)…80g

A (ホワイトソース)

薄力粉…15g バター…15g
牛乳…180mL 塩…少々
こしょう…少々

B

とりむね肉…50g むきえび…50g
玉ねぎ(薄切り)…50g バター…12g
塩…少々 こしょう…少々
白ワイン…大さじ1

作りかた

- 1 マカロニを柔らかくなるまでゆで、水気を切る
- 2 耐熱ボウルに薄力粉とバターを入れ、庫内中央に置いて、手動メニューのレンジ1000Wで1分加熱する。
- 3 加熱後よくませ合わせ、牛乳を加えてさらにませ合わせる。
- 4 再び庫内中央に置いて、手動メニューのレンジ1000Wで4分30秒に合わせ、沸騰するまで加熱し、途中2~3度かき混ぜる。
- 5 加熱後、塩とこしょうを加えて、味をととのえる
- 6 別の耐熱容器にBを入れ、ラップをして庫内中央に置き、手動メニューのレンジ1000Wで4分加熱する。
- 7 マッシュルームを加え、手動メニューのレンジ1000Wで1分加熱する。
- 8 7に1と5を加え、ませ合わせ、薄くバター(分量外)をぬったグラタン皿に等分に入れる。
- 9 チーズをのせ、角皿に並べて上段にセットし、自動メニューの「15」を選んで、あたためスタートを押す。

冷凍ピザあたため



○ 角皿使用

○ スチーム用カップ使用

○ オープン

自動メニュー
16

材 料

冷凍ピザ 1枚
(直径15～20cm)

作りかた

- 1 角皿にクッキングシートを敷いて、包装を外したピザをのせる。
- 2 スチーム用カップに水を入れ、角皿の右奥に置いて、角皿を下段にセットする。
- 3 自動メニューの「16」を選んで、あたためスタートを押す。

フライあたため



○ 角皿使用

○ グリル

自動メニュー
17

材 料

冷蔵フライ 約200g

作りかた

- 1 角皿にフライをのせ、上段にセットする。
- 2 自動メニューの「17」を選んで、あたためスタートを押す。
- 3 ピッピッ♪と鳴ったら、すぐに扉を開け、フライをすばやく裏返す。
- 4 扉を閉め、あたためスタートを押す。

クッキー



○ 角皿使用

○ オープン

自動メニュー
18

材 料 (25枚分)

薄力粉 160g バター 70g
砂糖 55g 卵 2/3個
バニラエッセンス 少々

作りかた

- 1 室温で柔らかくしておいたバターに砂糖を加え、泡立て器で白っぽくなるまでよくませる。
- 2 1に、溶いた卵、バニラエッセンス、ふるった薄力粉の順に、まぜながら加えていく。

- 3 ひとまとめにした生地をラップに包み、麺棒で5mm程度の厚さにのばす。
- 4 冷蔵庫で30分以上寝かせる。
- 5 自動メニューの「18」を選び、あたためスタートを押す。(予熱)
- 6 予熱の間に、生地を直径5cmくらいの型で抜き、バター(分量外)を薄くぬった角皿に並べる。
- 7 お知らせ音が鳴って予熱が完了したら、角皿を下段にセットして、あたためスタートを押す。

スポンジケーキ

角皿使用
スチーム用カップ使用
オープン
自動メニュー
19



材 料 (直径18cm)

薄力粉 90g 卵 3個
砂糖 90g 牛乳 大さじ1
バター 15g バニラエッセンス ... 少々
フルーツ(いちごなど) ... 適量

ホイップクリーム

生クリーム 300g 砂糖 55g
ブランデー 大さじ1

作りかた

1 卵を卵黄と卵白に分け、卵白はボウルに入れて、泡立て器で角が立つまで泡立てる。さらに、半量の砂糖を2~3回に分けて加え、さらによく泡立てる。

- 2 別の容器に、卵黄を入れ残りの砂糖を加えて、白くなるまで泡立てる。
- 3 1に2を加えて、クリーム状になるまで泡立て、バニラエッセンスを加える。
- 4 バターと牛乳を耐熱容器に入れ、手動メニューのレンジ 1000Wで40秒加熱して、取り出しておく。
- 5 自動メニューの「19」を選び、あたためスタートを押す。(予熱)
- 6 予熱の間に、3に薄力粉をふるい入れ、粉がなくなるまでさっくりとまぜて、さらに4を加えて手早くまぜる。型に流し込んだら、型ごと10cmの高さから数回落として空気を抜く。
- 7 6を角皿にのせ、スチーム用カップに水を入れて角皿の右奥に置く。お知らせ音が鳴って予熱が完了したら、角皿を下段にセットして、あたためスタートを押す。
- 8 焼きあがったら、すぐに20~30cmの高さから落として空気を抜き、底を上にして網の上に取り出す。
- 9 ボウルにホイップクリームの材料を入れ、底を氷水に当てて、クリーム状に泡立てる。ホイップクリームをぬって、フルーツを飾る。

シュークリーム



角皿使用
オープン

自動メニュー
20

材 料 (9個分)

シュー生地

薄力粉	60g	バター	45g
水	400mL	牛乳	40mL
卵	2個		

カスタードクリーム

牛乳	450mL	薄力粉	大さじ2
砂糖	75g	コーンスターチ	大さじ1 1/2
卵黄	4個分	バター	大さじ2
バニラエッセンス	少々	ラム酒	小さじ1

作りかた

【シュー生地】

- 1 薄力粉はふるっておく
- 2 大きめの耐熱容器に、水、牛乳、バター、薄力粉（大さじ1）を入れ、庫内中央に置いて、手動メニューのレンジ 1000Wで沸騰するまで（2分30秒～3分30秒）加熱する。
- 3 残りの薄力粉を一度にすばやく入れ、よくまぜて、庫内中央に置き、手動メニューのレンジ 1000Wで1分～1分30秒加熱する。均一に仕上げるために、途中2～3度まぜ合わせ、加熱後も手早くまぜる。
- 4 割りほぐした卵を少しづつ加えてまぜる。卵は、木べらですくって、生地がゆっくりとすべり落ちるくらいまで様子を見ながら加える。（卵があまることもある）
- 5 自動メニューの「20」を選んで、**あたためスタート**を押す。（予熱）
- 6 予熱の間に、角皿にバター（分量外）をぬり、生地を絞り袋に入れて、直径5cmの大きさで9個分、すき間を空けて絞り出す。さらに、フォークを水でぬらして、上を軽く押さえる。
- 7 お知らせ音が鳴って予熱が完了したら、角皿を下段にセットし、**あたためスタート**を押す。
- 8 焼きあがったら、すぐに角皿から外して、網などにのせて冷やす。

【カスタードクリーム】

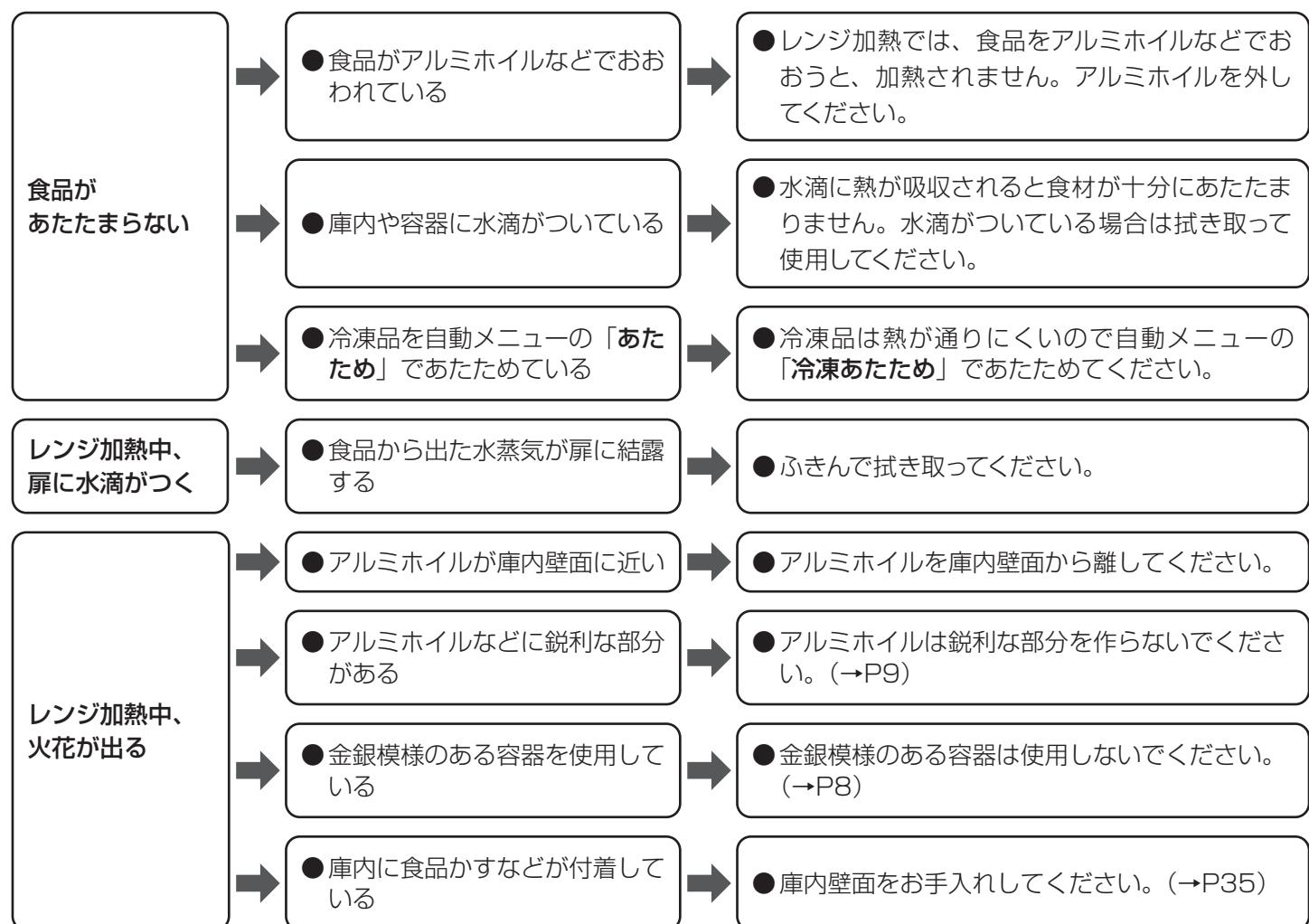
- 1 薄力粉、砂糖、コーンスターチはまぜ合わせて、ふるっておく
- 2 耐熱ボウルに牛乳を入れ、庫内中央に置いて、手動メニューのレンジ 1000Wで3分加熱する。
- 3 だまにならないように、泡立て器でまぜながら、1を少しづつ加える。さらに卵黄を少しづつ加えてよくまぜる。
- 4 ボウルを庫内中央に置き、手動メニューのレンジ 1000Wで5分加熱する。途中で3回くらい取り出して、よくまぜる。
- 5 バターとバニラエッセンスを加えてまぜ、あら熱が取れたら、ラム酒を加える。
- 6 半分に切ったシュー生地に、でき上がったカスタードクリームをつめる。

故障かな？と思ったら

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

状態	考えられる理由	処置
電源が入らない (ボタンを押しても反応しない)	●電源プラグがコンセントに確実に差し込まれていない ●電源ブレーカーが入ってない ●電源が切れている(表示が消えている)	●電源プラグをコンセントに確実に差し込んでください。 ●安全を確認のうえ、電源ブレーカーを入れてください。 ●扉を開けて電源を入れてください。
加熱中に電源が切れる(ブレーカーが切れる)	●使用できる電気の量を超える	●他の電気製品のスイッチを切る、別なブレーカーの回路に接続するなどして、回路の容量を超えないようにしてください。
動作しない	●扉がしっかり閉まっていない	●扉をしっかり閉めてください。
お知らせ音が鳴らない	●お知らせ音が切(OFF)になっている	●とりけしボタンを3秒押して、お知らせ音を入れ(ON)にしてください。(→P15)
1分ごとに、「ピッ、ピッ、ピッ♪」と鳴る	●調理後、食品を取り忘れている	●扉を開けると音は止まります。庫内の食品を取り出してから、扉を閉めてください。
加熱中に「ブーン」という音が大きくなったり小さくなったりする	●加熱をコントロールしている	●故障ではありません。そのまま使用してください。
加熱中に「カチッ」という音がする		
加熱が終了してもファンの音がする	●加熱が終了した後も内部を冷却するためにファンが回る	●内部が冷却されるまでお待ちください。電源プラグは抜かないでください。
煙が出る においがする	●初めて使用する前にから焼きをしていない	●初めて使用する前にから焼きをしてください。(→P13~14)
解凍すると むらが出て一部が煮えてしまう	●食材に細い部分・薄い部分がある ●食材が半解凍されていた	●食材の薄い部分や細い部分にアルミホイルを巻くと、煮えや変色を防ぐことができます。 ●食材の凍った部分と解凍された部分では熱の通りかたが違います。食材は、解凍する直前まで冷凍庫から出さないでください。

故障かな？と思ったら つづき



それでも解決できないときは

お買い上げの販売店またはアイリスコールにお問い合わせください。



●

警告

自分で分解・修理・改造しないでください。

エラー表示一覧

表示部に次の表示が出た場合は、使用を中止し、アイリスコールへお問い合わせください。

表示	内容
E01	
E02	温度センサー故障
E03	
E04	電子回路故障
E05	庫内で発火 ※ 絶対に扉を開けないでください。 すぐに調理を中止し、電源プラグを抜いて、炎が消えるまで扉を開けないでください。

表示	内容
E11	
E15	
E16	
E18	インバーター故障

仕様

電源	AC 100V
定格周波数	50/60Hz
レンジ	定格消費電力 1,450W
	定格高周波出力 1,000W、600W、500W、200W相当
	発振周波数 2,450MHz
	タイマー 5秒～90分
グリル	定格消費電力 1,330W
	ヒーター出力 1,300W
	タイマー 5秒～30分
オーブン	定格消費電力 1,330W
	ヒーター出力 1,300W
	温度調節 35、40℃ (発酵)、100～250℃
	タイマー 5秒～90分
外形寸法 (ハンドル・つまみを含まず)	幅513×奥行403×高さ332 mm
加熱室の有効寸法	幅328×奥行355×高さ206 mm
庫内総容量 ^{※1}	約24L
製品質量	13.1kg
区分名 ^{※2}	B
電子レンジ機能の年間消費電力量 ^{※3}	58.1kWh／年
年間待機時消費電力量 ^{※3}	0.0kWh／年
年間消費電力量 ^{※3}	72.1kWh／年

※1 庫内総容量とは、JISの判定基準にもとづき算出された容量です。

※2 区分名は、家庭用品品質表示法及び省エネ法にもとづき、機能・加熱方式・庫内容量の違いで分かれています。

※3 年間消費電力量は、省エネ法特定機器「電子レンジ」測定法により測定した数値です。実際に使用する年間消費電力量は、周囲環境・使用回数・使用時間・食材の量によって左右されます。

コンセントに電源プラグを接続した状態で、表示部が消灯しているとき（待機時）の消費電力は0Wです。

※ 商品の仕様は予告なく変更することがあります。

保証とアフターサービス

必ずお読みください。

■ 保証書

お買い上げの際に、所定の事項が記入されている保証書をお買い上げの販売店より必ずお受け取りください。

保証書がないと、保証期間内でも代金を請求させていただく場合がありますので、大切に保管してください。

■ 保証期間

保証期間は、保証書（裏表紙）に記載されています。保証期間内に故障した場合は、保証規定にしたがって修理させていただきます。

■ 保証期間経過後の修理

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

■ 補修用性能部品の保有期間について

当社はこの製品の補修用性能部品を製造打ち切り後、8年間保有しています。

性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品です。

■ アフターサービスについて

ご不明な点はお買い上げの販売店またはアイリスコールにお問い合わせください。

スチームオーブンレンジ MO-F2402

保証書

本書は、お買い上げ日から下記期間内に故障が発生した場合に、下記の保証規定により無料修理を行うことをお約束するものです。

お買い上げ日 ※ 年 月 日		保証期間	お買い上げ日より：1年間 ※付属品（角皿・スチーム用カップ）を除く	
お客様	お名前		※販売店	住所・店名
	ご住所 〒			
	電話 () -		電話 () -	

販売店様へ： ※印欄は必ず記入してお渡しください。

保証規定

- 取扱説明書、本体貼付ラベルなどの注意書きにしたがった正常な使用状態で故障及び損傷した場合には、弊社が無料にて修理または交換いたします。
- 保証期間内に、故障などによる無料修理をお受けになる場合には、お買い上げの販売店にて、保証書をご提示のうえ、修理をご依頼ください。
- 保証内容は本製品自体の無料修理に限ります。保証期間内においても、その他の保証はいたしかねます。
- ご転居や贈答品などで本保証書に記入してある販売店に修理をご依頼になれない場合には、アイリスコールにお問い合わせください。
- 保証期間内におきましても次の場合には有料修理になります。
 - ① 使用上の誤り、不当な修理、改造などによる故障及び損傷
 - ② お買い上げ後の落下などによる故障及び損傷
 - ③ 火災、地震、その他の天災地変による故障及び損傷
 - ④ 一般家庭用以外（たとえば業務用の長時間使用、車両・船舶への搭載など）に使用された場合の故障及び損傷
 - ⑤ お買い上げ後の移動、輸送または什器・備品などとの接触による故障及び損傷
 - ⑥ 本書の提示がない場合
 - ⑦ 本書にお買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き換えられた場合
- 本書は日本国内においてのみ有効です。
- 本書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保管してください。

修理メモ

※ この保証書は本書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。したがって、この保証書によって保証書を発行しているもの（保証責任者）、及びそれ以外の事業者に対するお客様の法律上の権利を制限するものではありません。保証期間経過後の修理などについてご不明の場合は、お買い上げの販売店またはアイリスコールにお問い合わせください。

※ 保証期間経過後の修理、補修用性能部品の保有期間にについては、「保証とアフターサービス」をご覧ください。

アイリスオーヤマ株式会社 〒980-8510 仙台市青葉区五橋2丁目12番1号
ホームページ <http://www.irisohyama.co.jp/>

製品に関するお問い合わせは

アイリスコール (通話料無料)

0120-311-564

修理に関するお問い合わせは

修理専用コール (通話料無料)

0800-170-7070

受付時間 平日 9:00~17:00、土・日・祝日 9:00~12:00 / 13:00~17:00

(年末年始・夏期休業期間・会社都合による休日を除く)

FAXでのお問い合わせは（通信料無料）

0800-888-2600

Webからのお問い合わせは

<https://www.irisohyama.co.jp/support/>

メールフォームにご記入のうえ送信してください