

保証とアフターサービス

使いかた・お手入れ・修理 などは

■まず、お買い求め先へ ご相談ください

修理を依頼されるときは

「うまく仕上がらない」、「故障かな？」
(P.46～48)でご確認のあと、
直らないときは、まず電源プラグを抜いて、
お買い上げ日と右の内容をご連絡ください。

●保証期間中は、保証書の規定に従って
出張修理いたします。

保証期間：お買い上げ日から本体 1 年間。
ただし、マグネトロンは 2 年間です。
(一般家庭用以外に使用される場合は除きます)

●保証期間終了後は、診断をして修理できる場合はご要望により修理させていただきます。

※修理料金は次の内容で構成されています。

技術料 診断・修理・調整・点検などの費用

部品代 部品および補助材料代

出張料 技術者を派遣する費用

▼お買い上げの際に記入されると便利です

販売店名

電 話 () -

お買い上げ日 年 月 日

●製品名 オープンレンジ

●品 番 NE-T15A3

●故障の状況 できるだけ具体的に

※補修用性能部品の保有期間 **8年**

当社は、このオープンレンジの補修用性能
部品(製品の機能を維持するための部品)を、製造
打ち切り後 8 年保有しています。

パナソニック 総合お客様サポートサイト <http://www.panasonic.com/jp/support/>

?

調理商品
使い方・お手入れなどのご相談窓口

フリーダイヤル
0120-878-694

■上記電話番号がご利用
いただけない場合
■FAX フリーダイヤル 0120-878-236

パナは ロクキューヨン
受付時間
9:00～18:00
(年中無休)

06-6907-1187

Help desk for foreign residents in Japan
Tokyo (03) 3256-5444 Osaka (06) 6645-8787
Open: 9:00 - 17:30 (closed on Saturdays/Sundays/national holidays)

修理に関するご相談窓口

フリーダイヤル
0120-878-554

■上記電話番号がご利用
いただけない場合
■FAX フリーダイヤル 0120-878-225

パナは イイヨ
03-6633-6700

便利な修理サービスサイト
<http://club.panasonic.jp/repair/>

・掲載サイトおよび動画の視聴は無料ですが、通信料金はお客様のご負担となります。
(パケット定額サービスに未加入の場合、高額になる可能性があります)
・ご使用の回線 (IP 電話やひかり電話など) によっては、回線の混雑時に数分で切れる場合があります。
・上記の URL はお使いの携帯電話等により、正しく表示されない場合があります。

【ご相談窓口におけるお客様の個人情報のお取り扱いについて】

パナソニック株式会社およびグループ関係会社は、お客様の個人情報をご相談対応や修理対応などに
利用させていただき、ご相談内容は録音させていただきます。また、折り返し電話をさせていただく
ときのために発信番号を通知いただいております。なお、個人情報を適切に管理し、修理業務等を
委託する場合や正当な理由がある場合を除き、第三者に開示・提供いたしません。個人情報に関する
お問い合わせは、ご相談いただきました窓口にご連絡ください。

パナソニック株式会社 アプライアンス社

〒525-8520 滋賀県草津市野路東2丁目3番1-1号

© Panasonic Corporation 2019

レシピなど、お役立ち情報を満載! パナソニックのホームページ: <http://panasonic.jp>

FO016-12TO

FO819-0

Panasonic®

取扱説明書

家庭用オーブンレンジ

品番 **NE-T15A3**



黒こしょう風味のポークソテー / 焼き野菜 P.38



かぼちゃの煮物 P.35

保証書別添付

このたびは、パナソニック製品をお買い上げいただき、まことにありがとうございます。

■取扱説明書をよくお読みのうえ、正しく安全にお使いください。

■ご使用前に「安全上のご注意」(4～9 ページ)を必ずお読みください。

■保証書は、「お買い上げ日・販売店名」などの記入を確かめ、取扱説明書とともに大切に保管してください。

パナソニックの会員サイト「**CLUB Panasonic**」で「ご愛用者登録」をお願いします。(51 ページご参照)

まず、確認を!

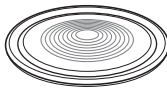
付属品

丸皿受け台(あみ) 1枚
品番: A201F-10N0



常に庫内にセットしておきます。
(トースト用あみと兼用)
取り付けかた➡ P.10

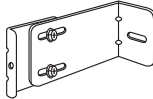
丸皿 1枚
品番: AO601-10N0



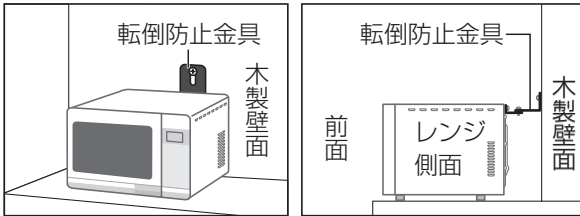
トースト以外の調理に使います。
●オープン調理では
付属の丸皿をご使用ください。
他の機種種の角皿などは使用できません。

別売品

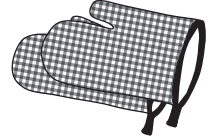
電子レンジ転倒防止金具C
(電子レンジと木製壁面とを固定する金具)
品番: A195A-1K20
メーカー希望小売価格
: 1,000円(税抜き)



●地震対策としてもお使いいただけます。
●設置イメージ



ミトン 1セット(2枚)
品番: AO60M-10GO
メーカー希望小売価格
: 1,500円(税抜き)



メーカー希望小売価格は2019年11月現在

●イラストは、実物と異なる場合があります。

●付属品や別売品は、販売店でお買い求めいただけます。
パナソニックの家電製品直販サイト「パナソニック ストア」でもお買い求めいただけます。
パナソニックグループのショッピングサイト

 **Panasonic Store** <http://jp.store.panasonic.com/>

■自動電源オフ機能
しばらく操作をしなかったとき、または、加熱後しばらくすると自動で電源が切れます。([O]表示が消える)
電源が切れる時間は操作中か、加熱終了後かなどの状況により異なります。(約2~6分)

■電源を入れるには
通常は、電源プラグを差し込むと電源が入ります。
自動電源オフ時は、ドアを開閉すると電源が入り、表示部に「O」と表示します。

表示部に「M」と表示されているとき: 店頭用モードのため調理できません。➡ P.11
【解除方法】①「レンジ」ボタンを押す。 ②「あたため/スタート」ボタンを4度押す。
③「取消」ボタンを4度押す。

もくじ

取り扱い説明編

ご使用前に

まず、確認を! 2

安全上のご注意 4

使用上のお願い 9

各部の名前 10

使える容器・使えない容器 12

使いかた

自動メニュー

ごはん・おかずをあたためる 14

自動メニューで加熱 3~16 18

3 お弁当あたため 20

4 トースト 1枚/2枚 21

5 フライあたため 22

6 全解凍、7 半解凍 23

8 牛乳・コーヒー、9 酒かん 24

10 ゆで葉果菜、11 ゆで根菜 25

レンジ

●500~100W 26

●連動調理
(強火と弱火を組み合わせる) 27

トースター/オープン(発酵)

●トースター 28

●オープン予熱あり 29

●オープン予熱なし(発酵) 30

手動メニュー

ロックについて 31

ブザー音を消したいときは 31

加熱が足りないときは 31

必要なときに

うまく仕上がらない 46

故障かな? 47

お手入れする 48

●17 脱臭 49

仕様 50

保証とアフターサービス 裏表紙

●本書に掲載のイラストは、実物と異なる場合があります。写真は盛り付け例です。
●料理をするときは、記載の分量や食品の置きかたをお守りください。
分量や置きかたが違くと上手にできない場合があります。

●おもちオープン庫内が大きく、ヒーターとの距離が離れているため焼けません。

メニュー編

アイデアクッキング 32

ごはん

ごはん

なめたけの炊き込みごはん 33

カレーピラフ 33

野菜でアレンジ

◆キャベツときのこのサラダ 34

◆ポテトサラダ 34

もやしのナムル 35

かぼちゃの煮物 35

お弁当セット

◆さけの漬焼き / 和風焼き野菜 36

◆鶏のから揚げ / 3色ピーマンのソテー /
きのこのソテー 37

◆黒こしょう風味のポークソテー / 焼き野菜 38

おそうざい

バイクドチキン 39

◆じゃがいものグラタン 39

スイーツ

◆いちごのショートケーキ 40

◆チョコレートケーキ 41

クッキー 42

スナック

焼きいも 43

チルドピザ 43

手動加熱するときの目安時間 44

レシピは記載していません。

◆の付いているメニューは、
「自動メニュー」ボタンでできるメニューです。

ご使用前に

使いかた

必要なときに

安全上のご注意

必ずお守りください

人への危害、財産への損害を防止するため、必ずお守りいただくことを説明しています。

■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区分して、説明しています。

 危険	「死亡や重傷を負うおそれがある内容」です。
 警告	「死亡や重傷を負うおそれがある内容」です。
 注意	「軽傷を負うことや、財産の損害が発生するおそれがある内容」です。

■お守りいただく内容を、次の図記号で説明しています。(次は図記号の例です)

	してはいけない内容です。
 	実行しなければならない内容です。
 	気を付けていただく内容です。

危険

 **自分で絶対に修理・分解・改造をしない**
感電や発火、異常動作によるけがのおそれがあります
故障した場合は
お買い上げの販売店にご相談ください。

 **吸気口・排気口(→ P.10)・製品のすき間に針金などの金属物や異物、指を入れない**
高圧部があり、感電やけがのおそれがあります
異物が本体に入ったら
まず電源プラグを抜いて、お買い上げの販売店にご相談ください。

警告

設置するとき

 **吸気口・排気口(→ P.10)はふさがない**
火災の原因になります
ごみ、ほこりなどで吸気口・排気口がふさがれないようこまめにお手入れしてください。

 **燃えやすい物や火気の近くでは使わない**
(たたみ、じゅうたん、テーブルクロスの上、カーテンなど)
ヒーター使用時は、高温になり、引火や火災の原因になります

 **スプレー缶などの近くで使わない**
ヒーター使用時の熱で、引火や爆発のおそれがあります

 **水のかかる場所では使わない**
感電や漏電の原因になります

 **アースを確実に取り付ける → P.9を必ずお読みください。**
故障や漏電のときに、感電のおそれがあります

アース線は
●アース端子に接続する。また、転居などの際も忘れずに取り付ける。取り付けかたは→ P.10
●ガス管や水道管、電話や避雷針のアースなどと、絶対に接続しない。(法令で禁止されています)
●アース端子がないとき、湿気が多い場所、水けのある場所では、アース工事が必要。

警告

レンジ(電波)の加熱時は

 **食品を加熱しすぎない**
過熱により、発火や発煙、やけどのおそれがあります

- 以下の場合、自動で加熱しない
 - 少量や指定分量※以外の食品
 - 100g未満の食品
- 「レンジ」ボタンで様子を見ながら加熱する。

※指定分量はメニューによって異なります。
各ページを参照してください。

 **「レンジ」ボタンでは、設定時間を控えめにし、様子を見ながら加熱する**

食品の分量に対して、加熱時間が長いと、過熱により、発火や発煙、やけどのおそれがあります

特に、水分が少ない食品、薄く小さく切った野菜、油脂の多い食品・液体は、少量だけ加熱すると、焦げやすく、加熱が進むと煙が出たり、発火したりする場合があります。必ず、加熱時間を控えめにし様子を見ながら加熱してください。

飲み物などの加熱時、やけどを防ぐために(突沸に注意)

 **飲み物を加熱しすぎない**
加熱後、取り出したあとに、突然沸とうして飛び散ることがあり、やけどのおそれがあります

- 牛乳、コーヒー、お茶、ジュース、水などを自動であたためるときは、必ず、「8 牛乳・コーヒー」で加熱する。→ P.24
- お酒を自動であたためるときは、必ず、「9 酒かん」で加熱する。→ P.24



 **油脂の多い食品・液体※1や、粒入りスープ※2を加熱するときは以下の方法で加熱する**

加熱後、取り出したあとに、突然沸とうして飛び散ることがあり、やけどのおそれがあります

ラップをして、「レンジ」ボタンの500Wで様子を見ながら加熱する。

※1 バター・生クリーム・オリーブ油など
※2 コーンの粒やさりなどが入ったスープ

 **「レンジ」ボタンで加熱するときは、設定時間を控えめにする**

加熱しすぎると、加熱後、取り出したあとに突然沸とうして飛び散ることがあり、やけどのおそれがあります

 **容器は、広口で背の低い容器に8分目まで入れる**

少量の加熱は沸とう、沸とうによる突然の飛び散りの原因になります

 **加熱前、加熱後は必ずスプーンでかき混ぜる**
加熱後、取り出したあとに、突然沸とうして飛び散ることがあり、やけどのおそれがあります



警告

レンジ(電波)を使う加熱時の破裂を防ぐために



ゆで卵(殻付き・殻なし)は加熱しない

破裂によるけが、やけどのおそれがあります



卵は必ず割りほぐす

破裂によるけが、やけどのおそれがあります



ぎんなんなど、殻や膜のある食品は切れ目を入れる

破裂によるけが、やけどのおそれがあります



ビン・容器のふたや、ネジ式のせんは外す

破裂によるけが、やけどのおそれがあります

- 密閉状態にならないようにする。
- レンジ用のふたやラップをするときは、すき間をあける。

電源プラグ・電源コードなどは



電源コードや電源プラグを傷付けない

(加工する、排気口などの高温部に近づける、無理に曲げる、ねじる、引っ張る、重い物をのせる、束ねる、はさみ込むなど)

傷付いた電源コードや電源プラグ、緩んだコンセントは使わない

破損による感電、ショートして火災などの原因になります

修理はお買い上げの販売店にご相談ください。



ぬれた手で電源プラグを抜き差ししない

感電のおそれがあります



電源プラグを抜くときは、電源コードを持って引き抜かない

感電や、ショートによる発火のおそれがあります



電源は、延長コードを含め、定格15A以上・交流100Vのコンセントを必ず単独で使う

異常発熱による火災の原因になります



〈タコ足配線は禁止〉



電源プラグは、根元まで確実に差し込む

感電や発熱による火災の原因になります
緩んだコンセントは使わないでください。



電源プラグのほこりは、乾いた布で定期的に確実に取る

ほこりに湿気がたまり、絶縁不良で火災のおそれがあります



長期間使用しないときは、電源プラグを抜く

絶縁劣化で火災の原因になります

次の点もご注意ください



子供だけで使わせたり、幼児の手の届くところで使わない

やけど、感電、けがのおそれがあります



本体のお手入れは、電源プラグを抜き、庫内が冷めてから行う

やけど、感電、けがのおそれがあります

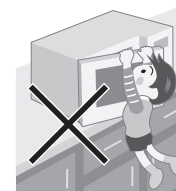
警告

次の点もご注意ください



ドアに乗ったり、ぶら下がったりしない

電子レンジが転倒、落下し、けがのおそれがあります



ベビーフードや介護食をあたためるときは、加熱後、かき混ぜてから温度を確認する
やけどのおそれがあります

異常・故障時には



直ちに使用を中止し、電源プラグを抜く

発火や発煙、感電のおそれがあります

異常・故障例

- 丸皿が回転しない。
- 電源コードや電源プラグが異常に熱くなる。
- 異常なおいや音がする。
- ドアや庫内に著しいガタや変形がある。
- 触ると電気を感ずる。

すぐにお買い上げの販売店へ点検・修理を依頼してください。

注意

設置について



転倒や落下をさせない

けが、感電、電波漏れの原因になります

- 不安定な場所に置かない。
- 置き台からはみ出さない。
- ドアに無理な力を加えない。

●転倒防止金具をご利用ください。
当社電子レンジ転倒防止金具Cがあります。(別売品 P.2参照)

万一、転倒・落下したら

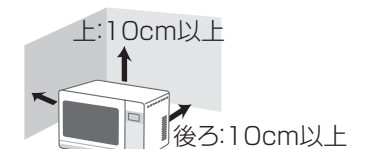
外部に損傷がなくてもそのまま使用せず、必ずお買い上げの販売店にご相談ください。



本体上面、壁との間は下表以上の距離を確保する

過熱による壁などの焦げや変形、発火などの原因になります

- 本体の上には物を置かない。
- 熱に弱い物やカーテンのそばに置かない。



左右: 各4.5cm以上
左右どちらか一方を開放する

この電子レンジの離隔距離は「平成14年 消防庁告示第1号」に基づく試験基準に適合しています。

安全にご使用いただくために、本体上面、壁とは、下表以上の距離を確保してください。

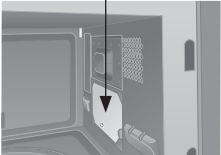
場所	上方	左方	右方	前方	後方	下方
離隔距離 (cm)	10	4.5 (どちらか一方を開放)	(開放)	(開放)	10	0

「消防法 基準適合」

次ページへつづく

⚠ 注意

発火や発煙などを防ぐために、ご使用前に確認する

- ❌ **調理以外の目的には使わない**
過熱により、発火や発煙、やけどのおそれがあります
- ❌ **レンジ(電波)加熱では、庫内に食品などが入っていない状態で、動作させない**
火花が出て異常高温になり、発火や発煙、やけどのおそれがあります
容器や付属品だけでも動作させない。
- ❌ **開口カバーは外さない**
火花が出て、発火や発煙の原因になります
※加熱中、開口カバー一部から電波が出ています。

- ❌ **庫内に付着した油や食品カスを放置したまま加熱しない**
発火や発煙の原因になります
●必ず庫内が冷めてからふき取ってください。
●特に開口カバー部に付着した汚れはすぐにふき取ってください。
- ❗ **庫内の包装材は取り出す**
焦げや変形、発火の原因になります
- ❗ **鮮度保持剤(脱酸素剤)などを取り出す**
発火や発煙のおそれがあります

調理中、調理後は

- ❌ **万一、庫内で食品が燃えたら、ドアは開けない**
酸素が入り、勢いよく燃えます
●次の処置をして、鎮火を待ってください。
①「取消」ボタンを押す。
②電源プラグを抜く。
③燃えやすい物を、本体から遠ざける。

万一、鎮火しないときは
水や消火器で消火し、必ずお買い上げの販売店へご相談ください。
- ❌ **ヒーターを使う調理中、調理後は、高温部(本体・ドア・庫内など)に素手で触れない**
やけどのおそれがあります
特に、本体や付属の丸皿は高温になります。
- ⚠ **次の場合、熱い容器や蒸気、飛まつに気を付ける**
やけどのおそれがあります
●ドアを開けるとき
●食品を取り出すとき
●ふたやラップを外すとき
●ヒーター加熱後、付属の丸皿を急冷するとき

お弁当をあたためるときは

- ❌ **「1 あたため」ボタンを押してあたためない**
容器の変形や溶けのおそれがあります
「3 お弁当あたため」ボタンであたためる。
➡ P.20
- ❗ **ふた・ラップを外し、ゆで卵やアルミケース、調味料類は取り出す**
火花が出たり、破裂したりして、けが、やけどのおそれがあります

⚠ 注意

ドアは

- ❌ **物をはさんだまま使わない**
電波漏れの原因になります
- ❌ **調理中や調理後に水をかけない**
ガラスが割れて、けがの原因になります

金属容器・付属の丸皿などは

- ❌ **レンジ(電波)を使う加熱では、金属容器などは使わない**
火花が出て、発火・発煙・ドアガラスの割れによるけがのおそれがあります
金あみや金ぐし、金属製の焦げ目付け皿は、オープン(発酵)以外では使わない。
- ❌ **丸皿に衝撃を加えない**
破損して、けがをするおそれがあります
特に食器の出し入れのとき
丸皿のふちに当たらないようにしてください。
- ❌ **付属の丸皿受け台(トースト用あみと兼用)(➡ P.2)の上に、直接魚や肉を置いたり、バター・ジャムを多量に塗ったパンを焼いたりしない**
油脂などが底面に落ち、発火するおそれがあります

使用上のお願い

QRコードから
アースについての内容を
ご覧いただけます。



本体の設置について

- 本体は、テレビやラジオから4m以上離してください。画像や音声の乱れる原因になります。
- 本体の近くでは、無線機器(無線LANなど)の通信機能が低下することがあります。
無線機器の取扱説明書などをよくお読みのうえ、ご使用ください。
- 壁の材質によっては、壁に本体との接触の跡が付く場合があります。
気になる場合は、壁面から少しすき間をあけて設置してください。

アースの工事が必要なとき

- 本体価格には工事費は含まれていません。
- 電源コンセントにアース端子がないときは、アース端子を取り付けするための工事が必要なため、お買い上げの販売店にご相談ください。
 - 次の場合は、電気工事士の資格のある者による、施工「D種接地工事」が法令で定められています。
 - 湿気の多い場所：飲食店の厨房や酒、しょうゆの貯蔵庫、コンクリート床など
 - 水けのある場所(漏電しゃ断器も取り付け)：生鮮食料品店の作業場など水の飛び散る所、土間・地下室など結露の起きやすい所など

必ずお読みください。➡ P.4「警告／アースを確実に取り付ける」

レンジ使用調理では

- 缶詰(金属容器)や、レトルトパウチ食品(包装の一部にアルミを使用)は、別の容器に移して加熱してください。

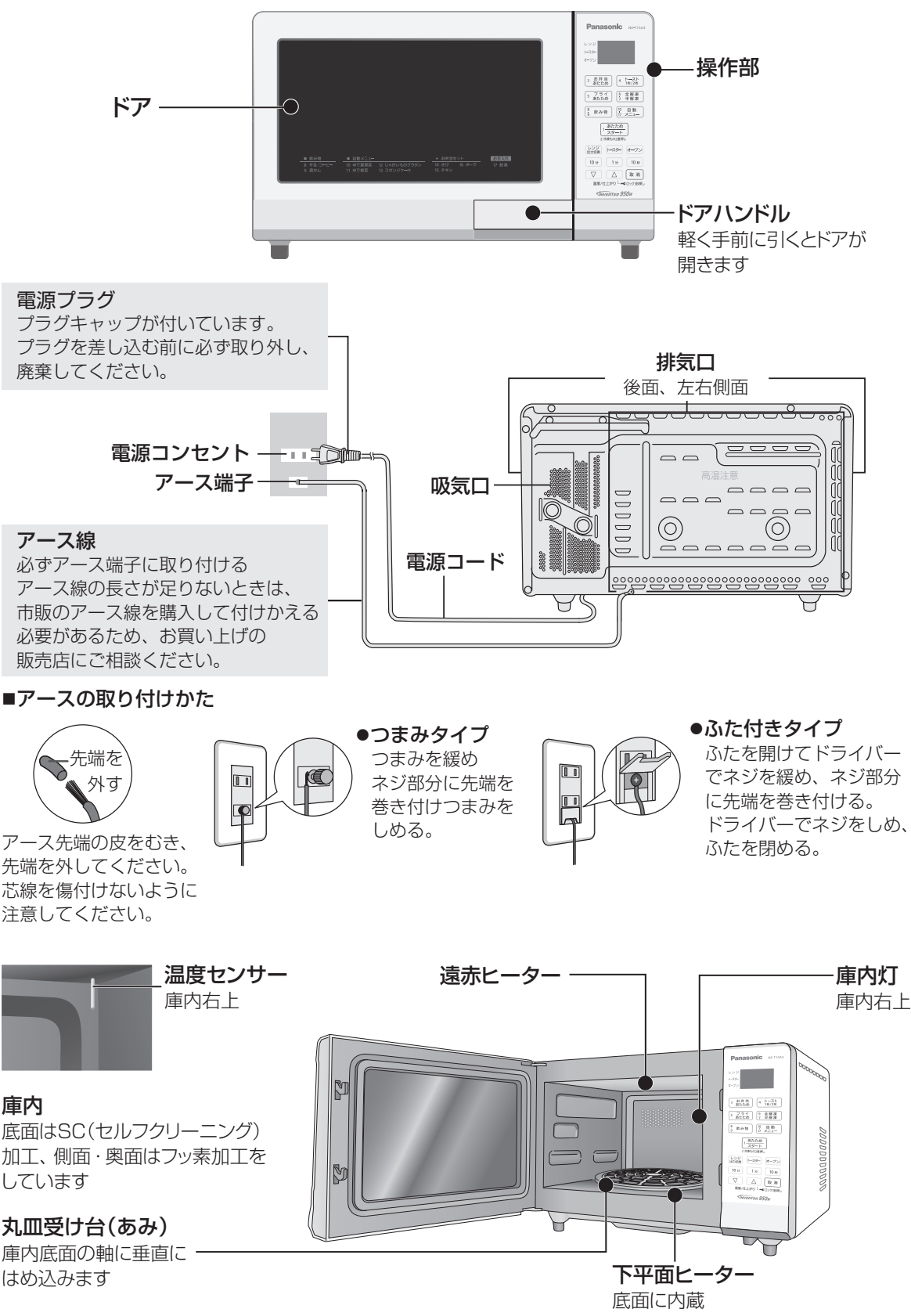
ヒーター調理後は

- 丸皿は高温のため、必ずお手持ちのミトンなどを使い、落とさないよう両手で出し入れしてください。

長い間で使用いただくために

- 庫内に付着した油、食品カス、水滴などは放置せず、調理後、庫内が冷めてから必ずふき取ってください。(さびの原因になります)

各部の名前



操作部

「M」と表示されているとき
店頭用モードのため、
調理できません。

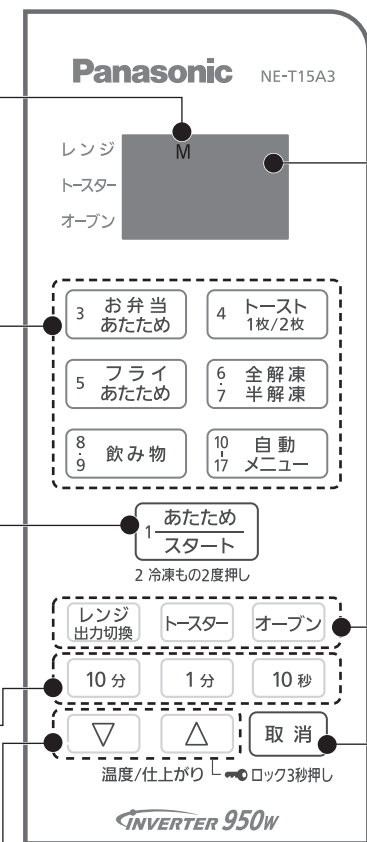
【解除方法】
①「レンジ」ボタンを押す。
②「あたため/スタート」ボタンを
4度押す。
③「取消」ボタンを4度押す。

自動メニューボタン
➡ P.18~25
時間・温度設定が不要なボタンです。
「4トースト 1枚/2枚」ボタンは
枚数設定をします。

あたため/スタートボタン
●ごはんやおかずをあたためるときに
使います。
●調理をスタートさせるときに使います。

時間ボタン
手動メニューの加熱時間の
設定に使います。

温度/仕上がりボタン
●オープン調理の温度設定に使います。
また、「1 あたため」ボタンを押して
あたためるときや自動メニューのとき、
仕上がりの強弱の調節に使います。
●ロックの設定に使います。
➡ P.31



表示部
自動メニューの番号や
仕上がり調節、温度や時間などを
表示します。

手動メニューボタン
「レンジ」ボタン ➡ P.26
「トースター」ボタン ➡ P.28
「オープン」ボタン ➡ P.29, 30
食品の状態や仕上がりに応じて、
時間や温度設定が必要な
ボタンです。

取消ボタン
操作を取り消す(「0」表示に戻る)
調理を中止するとき
調理中にできばえを見たいときは、
このボタンを押さずに、ドアを
開けて確認します。
ドアを閉め、「あたため/スタート」
ボタンを押すと、調理を
再開します。
●ブザー音を消すことができます。
➡ P.31

イラストは、実物と異なる場合があります。また、製品には、注意ラベルがはられています。

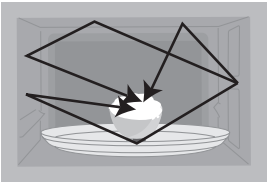
ご使用前に

使える容器・使えない容器

加熱の種類

レンジ

500~100W



レンジ加熱

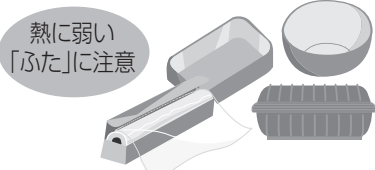
使える容器

○ 陶器、磁器、耐熱ガラス



●ただし、次の器は使えません。
●金銀模様の器(火花が出る)
●色絵の付いた器(はげる)
●高温になる料理は、急熱・急冷に強い耐熱ガラス製容器をお使いください。

○ 耐熱140℃以上のプラスチック、ラップ、シリコン容器



●ただし、次の物は使えません。
●油脂や糖分の多い食品(高温になる)
●密閉したふたや袋
●「電子レンジ使用可能」表示のない容器

○ 陶器、磁器、耐熱ガラス



●高温になる料理は、急熱・急冷に強い耐熱ガラス製容器をお使いください。

○ 金属容器、アルミホイル、金ぐし、シリコン容器*



●取っ手が樹脂の物は溶けるため使えません。
※シリコン容器はオーブン(発酵)のみで使えます。容器に記載された耐熱温度以下でお使いください。

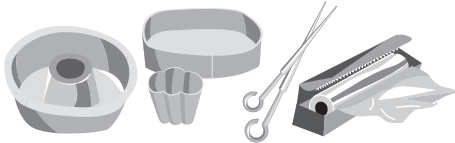
オーブン(発酵)、トースター



ヒーター加熱

使えない容器

✕ 金属容器、金ぐし、アルミホイル



●金あみや金属製の焦げ目付け皿なども使えません。→安全上のご注意 P.9

✕ 耐熱140℃未満のプラスチック



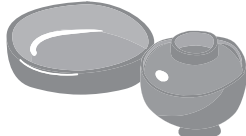
●高温になり、溶けたり、変形したりします。

✕ ポリエチレン、メラミン、フェノール、ユリア樹脂



●電波で変質します。

✕ 漆器



●塗りははげたりひび割れたり、燃えたりします。

✕ 耐熱性のないガラス



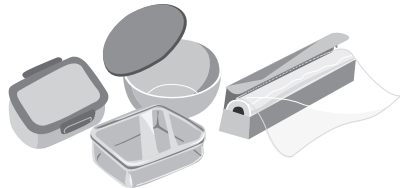
●カットガラスや強化ガラスも溶けたり、割れたりします。

✕ 紙製品、木製容器



●レンジ加熱では針金を使っている物は燃えやすくなります。
●耐熱加工されているクッキングシートやオーブンシートなどはパッケージの耐熱温度に従って使うことができます。

✕ オープンやグリル用以外のプラスチック、ラップ



●高温になり、溶けます。

付属品	
丸皿受け台(トースト用あみ)は常に庫内にセットしておきます。	
加熱方法	丸皿受け台(トースト用あみ)
レンジ	○
オープン(発酵)	○
トースター	○

加熱方法	丸皿
レンジ	○
オープン(発酵)	○
トースター	○

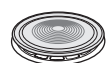
「4トースト 1枚/2枚」ボタンでは付属の丸皿は使いません。
→ P.21

ご使用前に

ごはん・おかずをあたためる

(室温・冷蔵)

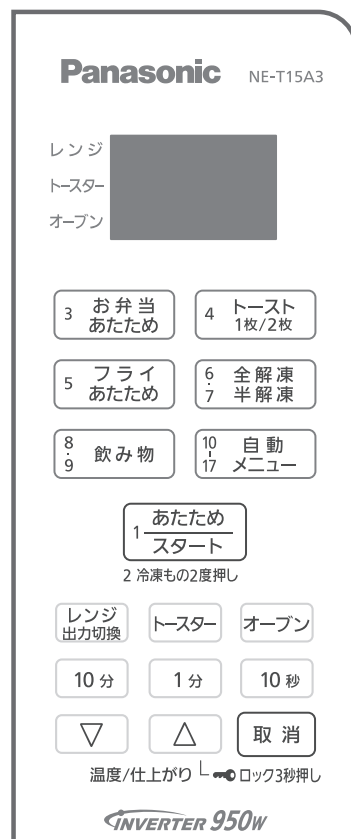
付属品



冷蔵ものは仕上がりが<やや強>に合わせます。

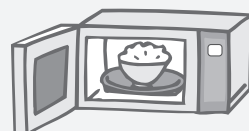
例) ごはんを1杯あたためるとき

レンジ加熱



1 食品を入れる

食品の量に合った耐熱性の容器で。
(使える容器 → P.12)
(食品の分量 → P.15)



2 1あたためスタートを押す (加熱開始)

好みの仕上がりを選ぶには

▽ △ を押して
温度/仕上がり

仕上がりを選ぶ

- 5段階(弱～強)に調節できます。
- スタート後、仕上がりの表示が点滅中(約14秒間)に設定ができます。
- 冷蔵ものは<やや強>に合わせます。



<やや強>

途中で残り時間を表示します。

ピーピーと5回鳴ったら

でき上がり

庫内に取り忘れがあると、「ピーピー」と2分おきにブザーが鳴ります。(6分間)

■加熱不足のときは追加加熱をする

取り出して混ぜたり、並べかえたりして、「レンジ」ボタンの500Wで様子を見ながら加熱します。

「1 あたため」ボタンでうまくあたためられない食品は

(安全上のご注意 → P.5、8)

- いかなど、はじけやすい食品
「レンジ」ボタンの300Wで様子を見ながら加熱する。
- 乾干物、冷凍ゆで野菜、ポップコーン、市販の冷凍食品、肉まん・あんまんなどのあん入りの食品
「レンジ」ボタンの500Wで様子を見ながら加熱する。 → P.44
市販の冷凍食品などの加工食品は、パッケージの指示に従う。

ラップをする／しないのコツ

ラップをする	ラップをしない
● しゅうまいなどの蒸し物 ● カレー ● シチュー ● 煮魚 ● たれがかかった食品など ● どんぶり物	● ごはん ● チャーハン・ピラフ ● みそ汁・スープ*
	● 野菜炒め、焼きそばなど ● ハンバーグ ● 焼き魚 ● フライ、天ぷら
	● 肉じゃがなどの煮物

● ラップはゆつたりとかけてください。

● 密閉すると破裂することがあります。(安全上のご注意 → P.6)

※コーンの粒やあさりなどが入ったスープ、ポタージュスープは、ラップをして「レンジ」ボタンの500Wで様子を見ながら加熱してください。 → P.44

上手にあたためるには

ごはん 分量 100～500g

柔らかく仕上げたいときは水か酒をふる。

焼き物・炒め物 分量 100～500g

ふた(ラップ)なしで加熱する。

汁物 分量 100～500g

陶器や耐熱性の容器に入れ、加熱後混ぜる。

煮物・蒸し物 分量 100～500g

- 深めの耐熱容器で加熱する。
- カレー・シチューは必ずラップをして、加熱後に混ぜる。
- レトルト食品は、パッケージの加熱方法に従う。

どんぶり物 分量 300～400g

汁けの多いときは、ラップをして加熱する。

● でき上がりは容器の重さ・加熱前の食品の温度で変わるため、温度/仕上がりの▽△ボタンで調節する。

警告

「1 あたため」ボタンを押してあたためるときは

- 100g未満の食品はあたためない
発火や発煙するおそれがあります
「レンジ」ボタンで様子を見ながら加熱してください。
- コーンの粒やあさりなどが入ったスープはあたためない
具が飛び散ることがあり、やけどのおそれがあります
ラップをして、「レンジ」ボタンの500Wで様子を見ながら加熱してください。 → P.44

注意

「1 あたため」ボタンを押してあたためるときは、お弁当はあたためない

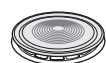
容器の変形や溶けのおそれがあります
ふた・ラップを外し、ゆで卵やアルミケース、調味料類は取り出して「3 お弁当あたため」ボタンで加熱してください。 → P.20

使
い
か
た

ごはん・おかずをあたためる

(冷凍)

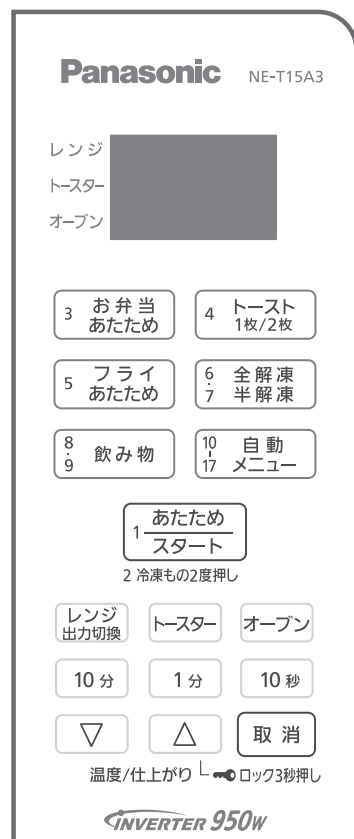
付属品



冷凍カレー・シチューは仕上がりが＜強＞に合わせます。

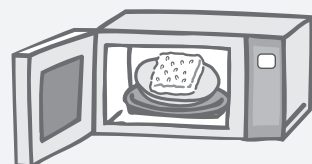
例) 冷凍ごはんをあたためるとき

レンジ加熱



1 食品を入れる

食品の量に合った耐熱性の容器で。
(使える容器 → P.12)
(食品の分量 → P.17)

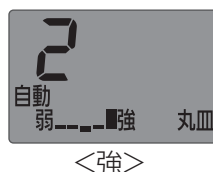


2 1あたためスタート を2度押す (加熱開始)

好みの仕上がりを選ぶには

▽ △ を押して
温度/仕上がり
仕上がりを選ぶ

- 5段階(弱～強)に調節できます。
- スタート後、仕上りの表示が点滅中(約14秒間)に設定ができます。
- 冷凍カレー・シチューは＜強＞に合わせます。



途中で残り時間を表示します。

ピーピーと5回鳴ったら

でき上がり

庫内に取り忘れがあると、「ピーピー」と2分おきにブザーが鳴ります。(6分間)

■加熱不足のときは追加加熱をする

取り出して混ぜたり、並べかえたりして、「レンジ」ボタンの500Wで様子を見ながら加熱します。

上手にあたためるには

ごはん物 分量 100～300g

- 冷凍ごはんはラップに包み、耐熱性の平皿にのせる。
- 冷凍した焼きおにぎりは重ならないように耐熱性の平皿にのせる。



カレー・シチュー 分量 100～500g

温度/仕上りの △ ボタンで＜強＞に合わせる。
深めの耐熱容器に入れて加熱後必ず混ぜる。



- 冷凍した食品はラップをする。
- 市販の冷凍食品は、パッケージの指示に従い「レンジ」ボタンの500Wで様子を見ながら加熱する。
- 手動で加熱するときの目安時間 → P.44

汁物 分量 100～500g

広口のスープ皿か深めの耐熱容器で加熱する。
加熱後混ぜる。

蒸し物 分量 100～400g

- 深めの耐熱容器で加熱する。
- 乾燥防止のため水をふりかけ、ラップをゆったりかける。

- ラップはゆったりとかけてください。
- 密閉すると破裂することがあります。(安全上のご注意 → P.6)
- ラップは加熱後すぐに外してください。(食品が変形する原因に)

上手な冷凍のしかた

平たく均一に、1人分、1個ずつ包む。

警告

- ⊘ 「1 あたため」ボタンを押してあたためるときは100g未満の食品はあたためない
発火や発煙するおそれがあります
「レンジ」ボタンで様子を見ながら加熱してください。

使
い
か
た

付属品

- 気を付けていただきたいこと、上手にお使いいただくためのコツなどを掲載していますので、必ず下記のページをご覧ください。
- 仕上がりは、食品の状態(大きさ、厚み、鮮度、野菜の季節、肉・魚の脂の多少、保存状態など)によって異なります。特に冷蔵庫内のパースシャルやチルドで保存された食品は、内部温度が低めに仕上がる場合があります。

「3 お弁当あたため」ボタン		「6・7 全解凍／半解凍」ボタン		「10-17 自動メニュー」ボタン	
3 お弁当あたため	P.20	6 全解凍	P.23	10 ゆで葉果菜	P.25、34
		7 半解凍		11 ゆで根菜	
「4 トースト 1枚/2枚」ボタン		「8・9 飲み物」ボタン		12 じゃがいものグラタン	P.39
4 トースト 1枚/2枚	P.21			13 スポンジケーキ	P.40
「5 フライあたため」ボタン				14 さけ※	P.36
5 フライあたため	P.22	8 牛乳・コーヒー	P.24	15 チキン※	P.37
		9 酒かん		16 ポーク※	P.38

※お弁当セット

1

食品または飲み物を入れる

2

3 お弁当あたため

を押す

3

自動弱 強 丸皿

4 トースト 1枚/2枚

を押して枚数を合わせる

4-1

自動弱 強 丸皿

1枚の場合

5 フライあたため

を押す

5

自動弱 強 丸皿

6 全解凍、7 半解凍

を押してメニュー番号を合わせる

6

自動弱 強 丸皿

6 全解凍の場合

8・9 飲み物

8 9 飲み物

を押してメニュー番号を合わせる

9

自動弱 強 丸皿

9 酒かんの場合

10-16 自動メニュー

10 17 自動メニュー

を押してメニュー番号を合わせる

10

自動弱 強 丸皿

10 ゆで葉果菜の場合

お好みの仕上がりを選ぶには

▽ △

を押して仕上がりを選ぶ

温度/仕上がり

3または5段階(弱～強)に調節できます。
スタート後にも、仕上がりの表示が点滅中(約14秒間)に設定ができます。

■メモリー機能
「4 トースト 1枚/2枚」ボタン、「8・9 飲み物」ボタンを選んだ場合、「仕上がり調節」は1度設定すると記憶されます。
変えたいときは設定し直してください。

3

あたためスタート

を押す (加熱開始)

途中で残り時間を表示します。(「4 トースト 1枚/2枚」ボタンは残り時間を表示しません)

ピーピーと5回鳴ったら

でき上がり

庫内に取り忘れがあると、「ピーピー」と2分おきにブザーが鳴ります。(6分間)

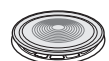
- 加熱不足のときは追加熱をする
(「8・9 飲み物」ボタン以外。「8・9 飲み物」ボタンの追加熱は➡ P.24)
加熱終了後、表示部の「秒」が点滅中(6分間)に追加時間を合わせてスタートします。
追加熱について➡ P.31
- 表示部の「秒」の点滅が消えたときは、各使いかたのページ(P.20～23、25)を見ながら再度加熱してください。

使
い
か
た

3 お弁当あたため

レンジ加熱

付属品



加熱時間の目安 1個：400g 約2分

お弁当をあたためるときに使います。

あたためのコツ

あたためかたは

- 包装しているラップやふたを必ず外します。
- あたためるときは1個ずつあたためます。
2段積みなどにした場合は上手にあたためられません。

あたためることのできるお弁当

- コンビニエンスストアなどで売っている幕の内弁当、どんぶり物、スパゲティなど。
(ただし、丸皿からはみ出さないサイズ)
また、どんぶり物など、ごはんが多い場合は、温度／仕上りの  ボタンで
<強>に合わせます。
- 冷蔵庫に保存した場合は、「レンジ」ボタンの500Wで様子を見ながら加熱します。



あたためることのできないお弁当

- お弁当屋さんのお持ち帰り弁当。(耐熱の弱い容器があるため⇒ P.13)
- コンビニエンスストアなどで売っていても
1種類ずつ小分けしてあるお惣菜(から揚げ・しゅうまい)、おにぎりなどは
「3 お弁当あたため」ボタンではあたためられません。
「レンジ」ボタンの500Wで様子を見ながら加熱します。⇒ P.44

■加熱不足のときは追加加熱をする

加熱終了後、表示部の「秒」が点滅中(6分間)に追加時間を合わせてスタートします。
追加加熱について⇒ P.31

表示部の「秒」の点滅(6分間)が消えたときは、「レンジ」ボタンの500Wで様子を見ながら加熱します。

⚠ 注意



お弁当をあたためるときは、ふた・ラップを外し、ゆで卵やアルミケース、調味料類は取り出す

火花が出たり、破裂したりして、けが、やけどのおそれがあります

4 トースト 1枚/2枚

ヒーター加熱

付属品



(丸皿は不要です)

加熱時間の目安 1枚のとき：約4分30秒
2枚のとき：約5分30秒

食パン、冷凍食パンが1～2枚焼けます。

フランスパンも食パンと同じ厚さに切って焼くことができます。

置きかた

- 食パン2枚は横一列に、フランスパンなどは、中央を避けて周囲に並べます。
- 1枚だけ焼く場合は、中央を避け、片方に寄せて焼きます。

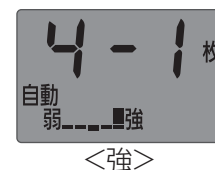


仕上がりを変えるときは

- パンの種類や、大きさ、厚さ、好みなどに合わせて仕上がりを選んでください。
- 冷凍食パンを焼くときは、温度／仕上りの  ボタンで<強>に合わせます。

■メモリー機能

「仕上がり調節」は1度設定すると記憶されます。
変えたいときは設定し直してください。



■加熱不足のときは追加加熱をする

加熱終了後、表示部の「秒」が点滅中(6分間)に追加時間を合わせてスタートします。
追加加熱について⇒ P.31

表示部の「秒」の点滅(6分間)が消えたときは、「トースター」ボタンで様子を見ながら加熱します。

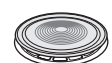
お願い

- トーストを焼くときは丸皿は使わないでください。底面に焼き色がきれいに付きません。
- パンの種類・大きさ・厚さにより焼けかたが変わるため様子を見ながら焼いてください。
- 加熱後はすぐに取り出してください。食品が焦げすぎる場合があります。

5 フライあたため

レンジ+ヒーター加熱

付属品



加熱時間の目安 コロッケ4個：250g 約6分

揚げ調理済みのフライや天ぷらのあたために。

あたためのコツ

- 分量は、1度に100～250gまで。
- 冷蔵庫で保存していたフライをあたためるときは、温度／仕上がりの ボタンで<強>に合わせます。
- 冷凍した揚げ物はあたためられません。

置きかた

丸皿に揚げ調理済みのフライを重ねないように直接のせる。
(汚れが気になる場合は、オープンシートを敷いてください)

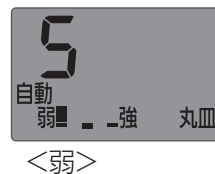


天ぷらをあたためる

温度／仕上がりの ボタンで<弱>に合わせる。



加熱後、食品の底面がべた付くときは、
キッチンペーパーなどで油分を取ってください。



■加熱不足のときは追加加熱をする

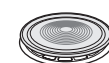
加熱終了後、表示部の「秒」が点滅中(6分間)に追加時間を合わせてスタートします。
追加加熱について➡ P.31

表示部の「秒」の点滅(6分間)が消えたときは、「トースター」ボタンで様子を見ながら加熱します。

6 全解凍、7 半解凍

レンジ加熱

付属品



加熱時間の目安 全解凍：300g 約8分
半解凍：300g 約6分

冷凍庫で保存していた肉や魚を、スピーディーに解凍します。
全解凍・半解凍を使い分けましょう。

全解凍	半解凍
使いやすい固さに解凍し、加熱調理する場合に適しています。 ●仕上がりは 形状、肉質、冷凍状態、開始温度によっては部分的に煮えたり、固めになったりすることがあります。	少し固めで、包丁でサクサクと切れる固さに仕上げます。 ●さしみ、肉の細切り、いかに切り目を入れる場合などに適しています。

解凍のコツ

- 分量は、100～500gまで。
- ラップはせず、発泡スチロールのトレーで解凍。
- 発泡スチロールのトレーがないときは丸皿にラップやキッチンペーパーを広げ、その上に食品をのせてください。
お皿や容器を使用すると自動では上手に解凍できません。

■次のような食品は、上手に解凍できません

- 冷凍庫から出して長い間放置した食品。
- 冷凍庫から冷蔵庫へ移した食品。
- 分量が100g未満の食品。
➡ 「レンジ」ボタンの100Wで様子を見ながら解凍します。➡ P.45

- ゆでて冷凍した野菜は「レンジ」ボタンの500Wで時間を合わせて解凍します。➡ P.44

■加熱不足のときは追加加熱をする

加熱終了後、表示部の「秒」が点滅中(6分間)に追加時間を合わせてスタートします。
追加加熱について➡ P.31

表示部の「秒」の点滅(6分間)が消えたときは、「レンジ」ボタンの100Wで様子を見ながら加熱します。

上手に解凍するには、まずは上手に冷凍しましょう

- 新鮮な食材を選ぶ。
- 食材はラップでしっかり密封する。
- 薄切り肉は、極端に厚い、薄い部分がないようにできるだけ厚みをそろえる。
- ミンチ肉は、薄く(3cm以内に)厚みをそろえて、平たく形を整える。
- さしみは厚みを均一に、魚介類はできるだけ重ねない。
- 鶏肉は折り曲げたりせず、厚みがでないように平たく広げる。



8 牛乳・コーヒー、9 酒かん

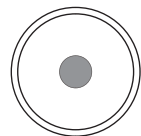
レンジ加熱

「8・9 飲み物」ボタンであたためるときは

- 1度に1～3杯まであたためられます。
- 容器の8分目まで入れてください。
- 2杯以上は分量をそろえてください。
- 加熱前、加熱後は必ず混ぜてください。
- 「仕上がり調節」は1度設定すると記憶されます。変えたいときは設定し直してください。

置きかた

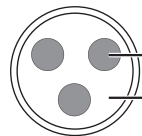
■1杯



■2杯



■3杯



飲み物
丸皿

牛乳・コーヒーのあたためは

- 1杯の分量は200mlが基準
- 加熱前の温度の基準
牛乳：冷蔵庫温(約8℃)
コーヒー：室温(約20～25℃)
牛乳、コーヒーともに基準より温度が高いときは「レンジ」ボタンの500Wで様子を見ながら加熱してください。

次のようなときは、温度／仕上がりの▽△ボタンで調節してください。

容器が厚く重いとき	▶	<弱>または<やや弱>
-----------	---	-------------

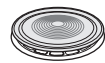
お酒のあたためは

- 1本の分量は180ml、加熱前の温度は約15℃が基準
- 次のようなときは、温度／仕上がりの▽△ボタンで調節してください。

● 保存温度が高いとき(夏場など) ● 人肌の温度にしたいとき	▶	<弱>または<やや弱>
● 加熱前の温度が低いとき(冷蔵庫保存、冬場など) ● 熱かんにしたいとき	▶	<強>または<やや強>

- 加熱不足のときは追加加熱をする
「レンジ」ボタンの500Wで様子を見ながら加熱します。

付属品



加熱時間の目安

牛乳・コーヒー：1杯 約1分
酒かん：1本 約1分



<弱>



<やや弱>



警告



飲み物を加熱しすぎない(突沸に注意)
加熱後、取り出したあとに、突然の沸とうによる飛び散りなどでやけどのおそれがあります
自動であたためる場合、必ず、本ページの記載に従い、「8 牛乳・コーヒー」または「9 酒かん」で加熱する。

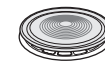
10 ゆで葉果菜、11 ゆで根菜

レンジ加熱

野菜をゆでるときのコツ

- 直接ラップに包んで丸皿にのせます。皿などの容器は使わないでください。
- アクの強い野菜は加熱前や、加熱後に水にさらしてアク抜きしてください。
- 洗ったときの水分を残して加熱しましょう。しっとりと仕上がります。
- 野菜の状態(季節や野菜の保存状態)により、仕上がりが異なります。温度／仕上がりの▽△ボタンで調節してください。

付属品



加熱時間の目安

ゆで葉果菜：300g 約4分
ゆで根菜：300g 約7分

10 ゆで葉果菜

分量は、100～500gまで(ほうれん草・小松菜・チンゲン菜などは300gまで)

葉菜

ほうれん草・小松菜など

葉と茎は交互に重ね、太い茎には十文字に切り込みを入れる。
加熱後、流水にさらしアクを抜く。

グリーンアスパラガス

穂先と根元を交互に重ねる。加熱後、手早く冷水にとる。

果花菜

かぼちゃ・なすなど

大きさをそろえて切る。
かぼちゃは厚めに。なすは塩水につけてアクを抜く。

ブロッコリー・カリフラワーなど

小房に分け、塩水につけてアクを抜く。



11 ゆで根菜

分量は、100～500gまで➡ 加熱後は、ムラ解消のため約5分蒸らしてください。

にんじん、大根

いちょう切りや厚さ2～3cmの輪切りにする。
上下に重ねないようにラップで包む。

じゃがいも・さつまいも・さといもなど

そのまま洗って使う。
2個以上の場合、上下に重ねないように丸皿にのせる。
切って使うときは、皮をむき大きさをそろえて切る。



■ 加熱不足のときは追加加熱をする

加熱終了後、表示部の「秒」が点滅中(6分間)に追加時間を合わせてスタートします。
追加加熱について➡ P.31

表示部の「秒」の点滅(6分間)が消えたときは、「レンジ」ボタンの500Wで様子を見ながら加熱します。

警告

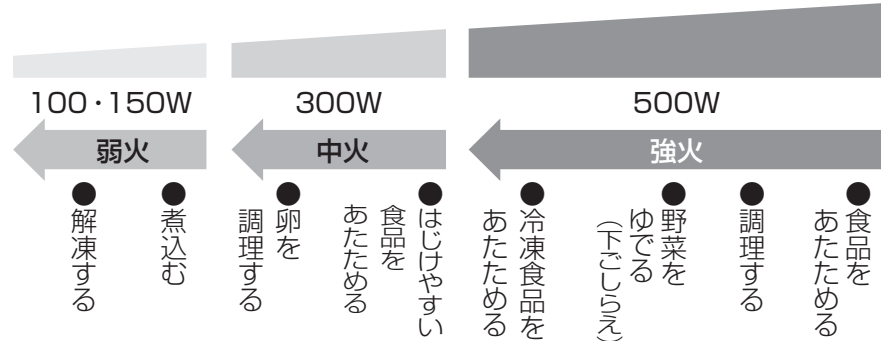
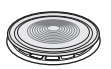


10 ゆで葉果菜、11 ゆで根菜では

- 容器を使用して加熱しない
容器を使用すると加熱しすぎになり、食品が発火や発煙するおそれがあります
 - 次の場合、自動で加熱しない
 - 100g未満の野菜
発火や発煙のおそれがあります
 - 薄く切った物、小さく切った物(にんじんやミックスベジタブルなど)
火花が出て焦げることがあります
- ➡ 「レンジ」ボタンで様子を見ながら加熱してください。

使いかた

付属品



500～100W レンジ加熱

例)「300W 10分」で調理するとき

Panasonic NE-T15A3

レンジ
トースター
オープン

3 お弁当
あたため

4 トースト
1枚/2枚

5 フライ
あたため

6 全解凍
半解凍

8 飲み物

10 自動
メニュー

1 あたため
スタート

2 冷凍もの2度押し

レンジ
出力切換

トースター

オープン

10分

1分

10秒

▽

△

取消

温度/仕上がり L ロック3秒押し

INVERTER 950W

1

食品を入れる

食品により、ふた、またはラップが必要。➡ P.15、17、44

2

レンジ出力切換 を押して出力を合わせる

押すごとに出力表示が切り換わります。

レンジ 300 W 丸皿

500W→300W→150W→100W

3

10分 1分 10秒 を押して 時間を合わせる

時間を合わせると出力の変更はできません。

変更したいときは、「取消」ボタンを押して、最初から操作し直してください。

レンジ 10分 丸皿

4

あたためスタート を押す (加熱開始)

加熱中に「レンジ」ボタンを押すと、設定した出力を表示します。

ピーピーと5回鳴ったら
でき上がり

庫内に取り忘れがあると、「ピーピー」と2分おきにブザーが鳴ります。(6分間)

⚠ 警告

食品・飲み物は加熱しすぎない
発火や発煙、やけどのおそれがあります
飲み物は、加熱後、取り出したあとに、突然の沸とうによる飛び散りなどでやけどのおそれがあります
設定時間を控えめにし、様子を見ながら加熱してください。



連動調理 (強火と弱火を組み合わせる) レンジ加熱

炊き込みごはんなど、最初に強火でひと煮立ちさせ、弱火で煮込む料理に使います。
例)「500W 5分」➡「150W 10分」で調理するとき

1

食品を入れる

2

レンジ出力切換 500W を押して時間を合わせる

500～100Wの設定が可能です。

レンジ 5分 丸皿

3

レンジ出力切換 150W を押して時間を合わせる

300～100Wの設定が可能です。

レンジ 10分 丸皿

4

あたためスタート を押す (加熱開始)

2で設定した時間経過後、自動的に150Wに切り換わります。

■出力ごとの最大設定時間

500、300W	30分	●連動調理も最大設定時間は変わりません。
150、100W	300分	●加熱時間の目安➡ P.44

■加熱不足のときは追加加熱をする
加熱終了後、表示部の「秒」が点滅中(6分間)に追加時間を合わせてスタートします。
追加加熱について➡ P.31
表示部の「秒」の点滅が消えたときは、「レンジ」ボタンで出力を設定し、様子を見ながら加熱します。

トースター／オーブン(発酵)

トースター ヒーター加熱

付属品  または 

例) 「トースター」10分で調理するとき

Panasonic NE-T15A3

レンジ
トースター
オーブン

3 お弁当 あたため	4 トースト 1枚/2枚
5 フライ あたため	6 全解凍 7 半解凍
8 飲み物	10 自動 メニュー

1 あたため
スタート
2 冷凍もの2度押し

レンジ
出力切換 トースター オーブン

10分 1分 10秒

▽ △ 取消
温度/仕上がり  ロック3秒押し

INVERTER 950W

1 食品を入れる

2 トースター を押す

トースター ◀ 0秒

3 10分 1分 10秒 を押して時間を合わせる

トースター ◀ 10分

最大設定時間: 30分

4 あたためスタート を押す (加熱開始)

ピーピーと5回鳴ったら **でき上がり**

庫内に取り忘れがあると、「ピーピー」と2分おきにブザーが鳴ります。(6分間)

■加熱不足のときは追加加熱をする
加熱終了後、表示部の「秒」が点滅中(6分間)に追加時間を合わせてスタートします。
追加加熱について→ P.31
表示部の「秒」の点滅が消えたときは、「トースター」ボタンで様子を見ながら加熱します。

オーブン 予熱あり ヒーター加熱

付属品 

例) 190℃予熱ありで20分調理するとき

予熱時、丸皿や食品を入れないでください。入れるとエラー表示が出ます。→ P.47

1 オープン を押す

オープン ◀

2 ▽ △ を押して温度を合わせる

温度/仕上がり

- 100～230℃の設定が可能です。
- 庫内が熱いとき(オープンを連続で使うときや庫内が90℃以上のとき)は電気部品保護のため、210℃以上の設定はできません。
- 210℃以上に設定したとき、設定温度での保持時間は約5分となります。その後は、自動的に200℃に切り換わります。
- 予熱中も温度が変えられます。
- ここで時間を合わせると、予熱なし設定になります。

オープン ◀ 190℃ 予熱

3 あたためスタート を押す (予熱開始)

予熱中は、省エネのため庫内灯を消しています。ただし、予熱スタート後の約17秒間は付属品検知のため、庫内灯が点灯します。

● 予熱時間の目安
150℃: 約3分
200℃: 約4分
230℃: 約6分

ピーピーと5回鳴ったら **予熱完了**

予熱をスタートしてから約50分間予熱を保持します。

ブザー音設定が「OFF」のときは、予熱完了ブザーは鳴りません。各メニューの予熱時間を参考に予熱完了の表示をご確認ください。ブザー音設定について→ P.31

オープン ◀ 190℃ 予熱 完 丸皿

「完」と表示されます。

4 ドアを開けて丸皿と食品を入れる

5 10分 1分 10秒 を押して時間を合わせる

最大設定時間: 120分

オープン ◀ 20分 予熱 完 丸皿

6 あたためスタート を押す (加熱開始)

- 途中、②と同じ操作で設定温度を変更できます。
- スタート後、「オープン」ボタンを押すと設定温度を確認できます。(約3秒間)

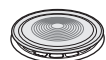
ピーピーと5回鳴ったら **でき上がり**

庫内に取り忘れがあると、「ピーピー」と2分おきにブザーが鳴ります。(6分間)

■加熱不足のときは追加加熱をする→ P.30

使いかた

付属品



1 食品を入れる

2 オープン を押す

3 ▽ △ を押して温度を合わせる

- 40℃、100～230℃の設定が可能です。
- 発酵は40℃、オープン予熱なしは、100～230℃に設定します。
- 庫内が熱いとき(オープンを連続で使うときや庫内が90℃以上のときは電気部品保護のため、210℃以上の設定はできません。
- 210℃以上に設定したとき、設定温度での保持時間は約5分となります。その後は、自動的に200℃に切り換わります。



オープン



オープン

40℃(発酵)の場合

4 10分 1分 10秒 を押して時間を合わせる

- 最大設定時間：120分
- ③の操作後、時間を合わせると予熱なし設定になります。



オープン



オープン

40℃(発酵)の場合

5 あたためスタート を押す (加熱開始)

- 途中、③と同じ操作で設定温度を変更できます。
- 「オープン」ボタンを押すと3秒間、設定温度を表示します。

ピーピーと5回鳴ったら
でき上がり

庫内に取り忘れがあると、「ピーピー」と2分おきにブザーが鳴ります。(6分間)

■加熱不足のときは追加加熱をする

加熱終了後、表示部の「秒」が点滅中(6分間)に追加時間を合わせてスタートします。
追加加熱について➡ P.31

表示部の「秒」の点滅が消えたときは、「オープン」ボタンの予熱なしで様子を見ながら加熱します。

発酵の目安時間

バターロール6個の場合、1次発酵は約40～60分、2次発酵は約20～40分が目安です。
季節や庫内に入れる器具により、庫内温度が設定と異なる場合がありますので食品の様子を見ながら発酵の時間を調節してください。

ロックについて

すべてのボタン操作を受け付けない設定にできます。

自動電源オフ機能が働いたり、電源プラグを抜いたりしてもロック状態が継続されます。



3秒間押す



「0」表示の状態で ▽ ボタンを3秒押すと、画面に「L」が表示されます。

- ロックを解除したいときは設定と同じ操作を行います。(「0」表示に戻ります)

ブザー音を消したいときは

操作音と終了音などが消せます。

(終了音などには、取り出し忘れ防止ブザー音、予熱完了ブザー音などが含まれます)



2秒間押す
(3回くり返す)



「取消」ボタンを2秒押す。この操作を3回くり返す。
(「OFF」表示され、3秒後、「0」表示に戻ります)

- ブザー音を鳴らすときは、消したいときと同じ操作を行います。(「On」表示され、3秒後、「0」表示に戻ります)

ブザー音を消すと

- ブザー音を消しているときは、予熱完了ブザーも鳴りません。
- 予熱時間は各メニューを参考に予熱完了の表示をご確認ください。

加熱が足りないときは

追加加熱をしてください

- 加熱終了後、表示部の「秒」の点滅中(6分間)に追加時間を合わせて「あたため/スタート」ボタンを押します。
- 追加できる時間
 - 自動メニュー：最大10分まで
 - 手動メニュー：各使いかたのページの最大設定時間をご覧ください。
- 表示部の「秒」の点滅が消えたときは、各使いかたのページを見ながら、再度加熱してください。

MENU編

アイデア クッキング

レンジ加熱

使用ボタン

レンジ
出力切換

付属品と
加熱時間の目安



■豆腐を水切りする

揚げ物・炒め物に

- ①耐熱皿にのせ、ラップなしで丸皿の中央に置く。
- ②「レンジ」ボタンの500Wで1丁(400g)は、約2～3分。½丁は、約1分～1分30秒。
- ③キッチンペーパーで包み、皿にのせ、重し(皿1枚)をし、約5分おく。



■にんにくの臭みを抜く

- ①薄皮を付けたまま、1片をラップに包み丸皿の中央に置く。
- ②「レンジ」ボタンの500Wで約20秒。(大きさによって様子を見ながら)



■干しいたけを戻す

- ①耐熱容器にしいたけを2～3枚入れ、ひたひたの水を入れて、ふたなしで丸皿の中央に置く。
- ②「レンジ」ボタンの500Wで様子を見ながら約20～30秒。



■めんつゆ

- ①耐熱容器に水¼カップ、削り節3g、みりん大さじ3、砂糖小さじ1、しょうゆ大さじ3を入れ、ふたをして丸皿の中央に置く。
- ②「レンジ」ボタンの500Wで約2分。
- ③取り出してそのまま粗熱を取り、茶こしでこす。



■バターを溶かす

- ①バター50gを細かく切り、耐熱容器に入れ、ふたをして丸皿の中央に置く。
- ②「レンジ」ボタンの500Wで様子を見ながら約30～50秒。

■ゼラチンを溶かす

- ①耐熱容器に水¼カップとゼラチン5gを混ぜ、ふたなしで丸皿の中央に置く。
- ②「レンジ」ボタンの500Wで約30～40秒。

■チョコレートを溶かす

- ①耐熱容器に板チョコ50gを割り入れ、牛乳大さじ1を加えて、ふたなしで丸皿の中央に置く。
- ②「レンジ」ボタンの500Wで約50秒～1分10秒。



ごはん で使用する容器について

使用する容器の大きさなどは下記の内容をお守りください。

「なめたけの炊き込みごはん」
「カレーピラフ」

陶器製の丼鉢



直径15～16cm

高さ
8～9cm

- 小さい(浅い)容器を使用するとふきこぼれることがあります。また、極端に重たい容器(キャセロールなど)や、軽い容器は炊き上がりが悪くなります。
- 直径18～20cm、高さ8～9cm、容量900mlの耐熱ガラス製ボウルを使用することもできます。

ごはん

なめたけの炊き込みごはん

レンジ加熱



材料(1人分) カロリー 約315kcal / 塩分 約2.2g

米…………… 0.09L(½合)
熱湯…………… ½カップ
なめたけ…………… 50g
にんじん(せん切り) …… 10g
生しいたけ(薄切り) …… 1枚(15～20g)
さやいんげん …… 2本(10g)
(筋を取り、斜め細切り)
薄あげ(せん切り) …… ¼枚

●なめたけの種類で味が変わります。

使用ボタン

レンジ
出力切換

付属品と
加熱時間の目安

約17分

■調理前に必ずお読みください
→ P.32

1 下ごしらえをする

米を洗い、ざるにあげて水けを切る。
陶器製の丼鉢(→ P.32)に米を入れ、熱湯を加える。

2 材料を合わせて、加熱する

1になめたけを加えて混ぜ、他の材料を散らす。
ラップをして、丸皿の中央に置く。

レンジ 出力切換
500W 約4～5分

レンジ 出力切換
150W 約13分

あたため
スタート

3 仕上げる

加熱後、取り出して全体を混ぜる。

●ラップをして5分蒸らすとさらにおいしくなります。

カレーピラフ



材料(1人分) カロリー 約341kcal / 塩分 約2.5g

米…………… 0.09L(½合)
熱湯…………… 120ml
ウィンナー(小口切り) …… 1本
冷凍ミックスベジタブル(湯をかけて、水けを切る) …… 大さじ2
しめじ(ほぐす) …… 20g
カレー粉…………… 小さじ½
顆粒洋風スープ…………… 小さじ½
塩…………… 小さじ¼
(混ぜておく)

2 材料を合わせて、加熱する

1にAを加えてよく混ぜ、他の材料を散らす。ラップをして、丸皿の中央に置く。

レンジ 出力切換
500W 約4～5分

レンジ 出力切換
150W 約13分

あたため
スタート

3 仕上げる

加熱後、取り出して全体を混ぜる。

●ラップをして5分蒸らすとさらにおいしくなります。

■加熱不足のときは追加加熱をする→ P.27「レンジ」

野菜でアレンジ

キャベツときのこのサラダ



使用ボタン	自動メニュー 「10 ゆで葉果菜」
付属品と 加熱時間の目安	約3分

材料(1人分) カロリー 約32kcal / 塩分 0g
(ドレッシングのカロリー・塩分は含んでいません)

キャベツ……………100g お好みのドレッシング… 適量
(一口大に切る)

しめじ(ほぐす)……………50g

1 加熱する

キャベツとしめじをラップで包み、丸皿の中央に置く。



10 ゆで葉果菜

加熱後、器に移してお好みのドレッシングであえる。

●手動のときは

「レンジ」ボタンの500Wで約2分30秒～3分。

レンジ加熱

もやしのナムル



使用ボタン	レンジ 出力切換
付属品と 加熱時間の目安	約3分

材料(2人分) (1人分)カロリー 約69kcal / 塩分 約0.8g

もやし……………½袋(100g)
にんじん……………¼本(25g)
ピーマン……………小1個(25g)
塩……………少々

A

いりごま(白)……………大さじ1
ごま油……………大さじ½
しょうゆ……………小さじ1
おろしにんにく……………少々
(混ぜておく)

1 下ごしらえをする

もやしは洗って水けを切る。
にんじん、ピーマンはせん切り
にする。

3 あえる

加熱後、塩を入れて混ぜる。
水分を絞り、合わせておい
たAであえる。

2 加熱する

耐熱ガラス製ボウルにもやし、
にんじん、ピーマンをのせ、
ラップをして、丸皿の中央に
置く。



レンジ
出力切換

500W

約3分

あたため
スタート

レンジ加熱

ポテトサラダ



使用ボタン	自動メニュー 「11 ゆで根菜」
付属品と 加熱時間の目安	約4分

材料(1人分) カロリー 約227kcal / 塩分 約0.6g

じゃがいも… 中1個(150g)
薄切りハム……………1枚
(5mm幅に切る)

A

「マヨネーズ……………大さじ1
塩、こしょう……………少々
たまねぎ(薄切り)……………中½個(25g)

1 下ごしらえをする

たまねぎは、塩少々(分量外)で
もみ、水で洗い、水けを切る。

2 加熱する

水洗いしたじゃがいもをラッ
プで包み、丸皿の中央に置く。



11 ゆで根菜

3 仕上げる

加熱後、取り出し、皮をむいて
フォークなどで粗くつぶす。
たまねぎ、ハムとともにAで
あえる。

●手動のときは

「レンジ」ボタンの500Wで約4分～4分30秒。

レンジ加熱

かぼちゃの煮物



使用ボタン	レンジ 出力切換
付属品と 加熱時間の目安	約12分

材料(2人分) (1人分)カロリー 約104kcal / 塩分 約0.7g

かぼちゃ……………200g
(3×4cmの角切り)

A

だし汁……………90ml
砂糖……………大さじ½
薄口しょうゆ……………大さじ½
みりん……………小さじ½

1 下ごしらえをする

かぼちゃを耐熱ガラス製
ボウルに皮を下にして入れ、
Aを混ぜて加える。

2 煮る

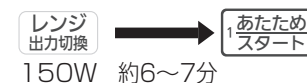
クッキングシートで落とし
ぶたをし、ラップをして
丸皿の中央に置く。



レンジ
出力切換

500W

約6分



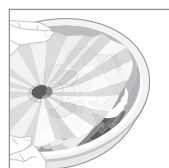
レンジ
出力切換

150W

約6～7分

レンジ加熱

落としぶたについて



●落としぶたには、穴をあけた
クッキングシートを使います。
金属製の落としぶたは使えません。

■加熱不足のときは追加加熱をする➡ P.27「レンジ」

お弁当セット

メニュー写真は盛り付け例です。
「お弁当セット」以外のおかず、ごはん、飲み物、付け合わせなどは一例でレシピには記載していません。

ポイント

- 材料の切りかたはレシピ通りに。大きさが違うとうまく焼けません。
- たれに漬け込む時間はレシピ通りに。
(長時間漬けると焼き色が濃くなったり、味が濃く塩辛くなったりすることがあります)
- 漬け込みが必要なメニューから準備すると段取りよく仕上げることができます。
- 材料は各ページのイラスト通りに丸皿に置いてください。焼きムラの原因になります。
- 野菜から水分が出ることがあります。その場合は、水分を切って盛り付けてください。

さけの漬焼き / 和風焼き野菜

ヒーター加熱



材料(1人分) カロリー 約248kcal / 塩分 約1.9g

【さけの漬焼き】

生さけ切り身…1切れ(100g)

A [しょうゆ…小さじ1
みりん…小さじ½
酒…小さじ½
おろししょうが…少々]

【和風焼き野菜】

長いも…30g
さつまいも…30g
オクラ…2本
アルミホイル

B [サラダ油…小さじ½
しょうゆ…小さじ½
塩、こしょう…少々]

使用ボタン

自動メニュー
「14 さけ」

付属品と 加熱時間の目安

約17分

- 2人分はすべての材料を2倍量にして仕上がり<強>に合わせる。

さけの漬焼きの下ごしらえ

- 1 さけは両面に軽く塩(分量外)をする。水けをふき取り、身を半分に切って、混ぜ合わせたAに約15分漬け込む。

和風焼き野菜の下ごしらえ

- 2 長いもは皮をむき、さつまいもは皮をむかず厚さ1cmの輪切りにし、長いもは酢水に、さつまいもは水につけてアクを抜く。

オクラは塩(分量外)を付けてこすり、うぶ毛を取って水洗いする。水分をふき取った野菜を合わせたBに、約15分漬け込む。

加熱する

- 3 丸皿にアルミホイルを敷く。丸皿の中央を避けて、図のようにさけと野菜を並べる。(2人分のときは中央に野菜を並べる)



1人分 2人分

10 自動メニュー → 1あたためスタート

14 さけ

- 手動のときは「オープン」ボタンの210℃予熱なしで約18～23分。

鶏のから揚げ / 3色ピーマンのソテー / きこのソテー

ヒーター加熱



使用ボタン

自動メニュー
「15 チキン」

付属品と 加熱時間の目安

約16分

- 2人分はすべての材料を2倍量にして仕上がり<強>に合わせる。

「お弁当セット」のポイント → P.36

材料(1人分) カロリー 約365kcal / 塩分 約2.7g

【鶏のから揚げ】

鶏もも肉…125g キッチンペーパー
から揚げ粉
…パッケージの記載に従う

【3色ピーマンのソテー】

ピーマン、パプリカ(赤、黄) ……合わせて30g A [サラダ油…小さじ½
塩、こしょう…少々]

【きのこのソテー】

生しいたけ、エリンギ、しめじ ……合わせて40g B [ごま油…小さじ1
しょうゆ…小さじ½
塩、こしょう…少々]

鶏のから揚げの下ごしらえ

- 1 肉は厚みをそろえ、4cm角(1個約30g)に切る。
- 2 ビニール袋にから揚げ粉と肉を入れ、しっかりとるまでよくもみ込む。

3色ピーマンのソテーの下ごしらえ

- 3 ピーマンは2cm幅に切り、パプリカは1cm幅に切る。ピーマンとパプリカを合わせ、Aをからめる。

きのこのソテーの下ごしらえ

- 4 しいたけは縦半分、エリンギは1cm角の拍子木切りになるように縦に切る。しめじは小房に分ける。きのこにBを混ぜ合わせ、からめる。

加熱する

- 5 丸皿にクッキングシートを敷く。図のように、中央にきのこを置き、まわりに皮目を上にした肉と野菜を交互に並べる。



1人分 2人分

10 自動メニュー → 1あたためスタート

15 チキン

- 6 加熱後、から揚げをすぐにキッチンペーパーを敷いたあみの上で油を切る。
- 手動のときは「オープン」ボタンの210℃予熱なしで約17～22分。

■加熱不足のときは追加加熱をする → P.30「オープン」

黒こしょう風味のポークソテー / 焼き野菜

ヒーター加熱



使用ボタン	自動メニュー 「16 ポーク」
付属品と 加熱時間の目安	 約13分

●2人分はすべての材料を2倍量にして仕上がり<強>に合わせる。

「お弁当セット」のポイント ➡ P.36

材料(1人分) カロリー 約291kcal / 塩分 約1.2g

【黒こしょう風味のポークソテー】

豚ロース肉……………1枚(80g)
A 粗びき黒こしょう……………小さじ½
カレー粉、塩……………少々
砂糖……………小さじ½

【焼き野菜】

かぼちゃ、たまねぎ、
じゃがいも……………合わせて40g
グリーンアスパラガス……………1本
溶かしバター……………5g
塩、こしょう……………少々
アルミホイル

ポークソテーの下ごしらえ

1 肉は筋切りをし、フォークや竹ぐしなどでところどころに穴をあける。
Aを混ぜ合わせ、肉にすり込む。(15分程度おくと、さらに味がしみ込みます)

焼き野菜の下ごしらえ

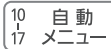
2 かぼちゃは厚さ5mm、大きさ5cm程度に切る。
たまねぎとじゃがいもは厚さ5mmの半月切り、
グリーンアスパラガスは4等分に切る。
切った野菜を溶かしバターと塩、こしょうでなじませる。

加熱する

3 丸皿にアルミホイルを敷く。
丸皿の中央を避け、図のように肉と野菜を並べる。
(2人分のときは中央に野菜を並べる)



1人分 2人分

 自動メニュー
16 ポーク ➡  あたためスタート

●手動のときは
「オープン」ボタンの220℃
予熱なしで約13～18分。

ベイクドチキン

ヒーター加熱



材料(6本分) (1本分)カロリー 約81kcal / 塩分 約0.3g

鶏手羽元……………6本(約400g)
しょうゆ……………大さじ2
酒……………小さじ4
A みりん……………小さじ1
おろしにんにく、
おろししょうが……………各適量
アルミホイル

使用ボタン	オープン 210℃
予熱	なし
付属品と 加熱時間の目安	 約20～25分

1 たれに漬け込む

肉とAを合わせ、
途中上下を返しなが
30分～1時間漬け込む。

2 焼く

丸皿にアルミホイルを敷く。
1を丸皿に並べる。
庫内に入れる。

オープン ➡  あたためスタート
210℃
約20～25分

じゃがいものグラタン

ヒーター加熱



材料(1人分) カロリー 約550kcal / 塩分 約3.0g

じゃがいも……………小1個(100g)
A バター……………5g
塩、こしょう……………少々
たまねぎ(薄切り)……………中½個(25g)
バター……………5g
スライスベーコン……………1枚
(1cm幅に切る)
ホワイトソース(市販品)
……………150g
ナチュラルチーズ……………25g
(ピザ用)

たまねぎを深めの耐熱容器に
入れてバターをのせ、
ふたなしで丸皿の中央に置く。

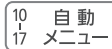
 レンジ
出力切換 ➡  あたためスタート
500W 約1分30秒

2 具をあえる

じゃがいも、たまねぎ、
ベーコンを、ホワイトソースの
½量であえる。
グラタン皿に入れ、
残りのホワイトソースと
チーズをかける。

3 焼く

丸皿にグラタン皿をのせる。

 自動メニュー
12 じゃがいものグラタン ➡  あたためスタート

●手動のときは
「オープン」ボタンの210℃
予熱なしで約17～22分。

 ツ
焼く前に冷めてしまったら
「レンジ」ボタンの500Wで
人肌にあたためてから、
「オープン」ボタンの
210℃予熱なしで様子を見ながら
加熱してください。

■加熱不足のときは追加加熱をする ➡ P.30「オープン」

いちごのショートケーキ



使用ボタン	自動メニュー 「13 スポンジケーキ」
予熱	なし
付属品と 加熱時間の目安	約42分

材料
(直径18cmの金属製丸型1個分)

(1/8個分)	
カロリー	約396kcal
塩分	約0.1g

スポンジケーキ生地

卵……………M寸3個(正味150g)
砂糖(ふるう)……………90g
薄力粉(ふるう)……………90g
A 無塩バター……………15g
牛乳……………小さじ2
バニラエッセンス……………少々
(またはバニラオイル)

ホイップクリーム

生クリーム……………2カップ
B 砂糖……………大さじ4～6
バニラエッセンス……………少々

シロップ

C 水……………大さじ4
砂糖……………大さじ2
(合わせて加熱
「レンジ」ボタンの500Wで
約30秒)

ブランデー(Cと合わせる)
……………大さじ2

飾り
いちご(縦半分に切る)……………適量
ケーキ型
硫酸紙(またはグラシン紙など)

- ケーキ型の内側に薄くバターを塗り、硫酸紙(またはグラシン紙など)を敷く。
- 15cm、21cmも手動で調理できます。

1 全卵に砂糖を加え、湯せんする

ボウルに卵を溶きほぐして砂糖を加え、混ぜながら湯せんにかける。指先を入れてあたたかく感じたら(約35～40℃)、湯せんから外す。



2 泡立てる

泡立て器の先から落ちる泡で、文字が書けるくらいになるまでよく泡立てる。



ハンドミキサーの場合は、まず高速で泡立てる。文字が書け、しばらく残る程度になるまで泡立てたあと、さらに低速で1～2分つづけ、泡を均一にする。

ヒーター加熱

3 バターを溶かす

深めの耐熱容器にAを入れ、ラップまたはふたをして丸皿に置く。

レンジ出力切換 500W 約20～30秒



4 粉を加える

2にバニラエッセンスを混ぜる。さらに薄力粉をふるいながら加え、底からすくいあげるように粉が消えるまでゴムべらで混ぜる。



生地をすくって、リボン状に落ちるまで混ぜる。

5 バターを加える

4に人肌より熱めの3をふりまくように加え、手早く混ぜ込む。



6 型に流し入れる

5を高い位置からゆっくりと流し入れる。(泡を均一にするため)



ボウルの底に残ったバターは入れない。(ケーキ表面のヒビの原因になります)

7 空気を抜く

6を軽くたたいて粗い気泡を抜く。



8 焼く

丸皿にのせ、庫内に入れる。

10 自動メニュー → 1 あたためスタート

13 スポンジケーキ

竹ぐしを刺して、生地が付いてこなければ焼き上がり。



9 型から抜く

型ごと約20cmの高さから1回落として、焼き縮みを防ぐ。型から出し、底を上にしてあみにのせ冷ます。粗熱が取れたら、乾燥しないようにビニール袋に入れる。

紙型を使うときは

「オープン」ボタンの140℃予熱なしで約45～65分焼いてください。

サイズ別分量と加熱時間の目安

材料	直径	15cm	21cm
卵		M寸2個(正味100g)	M寸4個(正味200g)
砂糖		50g	120g
薄力粉		50g	120g
牛乳		大さじ½	大さじ1
バター		10g	20g
加熱時間の目安		約30～40分	約35～45分

チョコレートケーキ



- 薄力粉70gにココア(粉)20gを加え、合わせてふるう。スポンジケーキの下準備、1～9と同じ要領で生地を焼き、ホイップクリーム(⇒ P.40の半量)を作る。
- 生地を冷まして底を上にして横2段に切り、切り口と全体にシロップを塗る。
- 底になる面を除いてホイップクリームを塗り、薄く削ったチョコレート(適量)を全体にまぶす。

スイーツ

クッキー



使用ボタン	オープン 170℃
予熱	なし
付属品と加熱時間の目安	約15～20分

材料(18個: 丸皿2皿分)

(5個分)
 カロリー 約246kcal
 塩分 0g

無塩バター……………45g
 砂糖(ふるう)……………45g
 卵……………M寸½個(正味25g)
 バニラエッセンス……………少々
 (またはバニラオイル)
 薄力粉……………90g
 アルミホイル

1 バターをねる

バターを白っぽくなるまでねり、砂糖を2～3回に分けて加え、よく混ぜる。



2 卵を加え、混ぜる

1に溶いた卵を加えてよく混ぜ、バニラエッセンスを入れる。

3 粉を加える

薄力粉をふるい入れ、木べらで切るようにさっくりと粉が消えるまでねらないようにして混ぜる。ラップをして冷蔵庫で10～20分休ませる。

いろいろなクッキーにアレンジ

3の生地に手を加えて…

- チョコチップ・ピーナッツ・アーモンド・レーズン(約30g)などお好みの物を加えて。
- 粉にココア(粉)小さじ1などを加えると、味のバリエーションが楽しめます。

ヒーター加熱

4 焼く

丸皿にアルミホイルを敷く。
3を18等分して同じ大きさに丸め、中央を避けて等間隔に9個並べる。
 手などで押さえて厚さ5mmにのばす。
 庫内に丸皿を入れる。



- 生地がべた付いてきたら、ラップに包み冷蔵庫で少し冷やし固めます。
- 生地は大きさ、厚みなどをそろえると均等に焼き色が付きます。
- 市販の生地を使うときは種類により焼けかたが変わるため、様子を見ながら焼いてください。

スナック

焼きいも



使用ボタン	オープン 210℃
予熱	なし
付属品と加熱時間の目安	約35～45分

材料 (1本分)カロリー 約297kcal / 塩分 0g

さつまいも……………1～4本
 (1本約250gの太さ3～4cm)

アルミホイル

1 さつまいもを洗う

さつまいもは洗って、水けをふき取り、ところどころフォークで穴をあける。
 アルミホイルを敷いた丸皿の上にのせる。

2 焼く

庫内に入れる。



チルドピザ



使用ボタン	オープン 210℃
予熱	なし
付属品と加熱時間の目安	約10～15分

材料

チルドピザ……………1枚
 (市販品 直径約23cm)

1 焼く

丸皿にのせて庫内に入れる。



チーズが溶けて全体があたたまっていればでき上がりです。
 (材料により焦げかたが変わるため、様子を見ながら焼いてください)



オープンシートを敷いて焼くと生地が丸皿にくっ付きません。

ヒーター加熱

ヒーター加熱

手動加熱するときの目安時間

レンジ500W(あたため)				
種類	メニュー名	分量	設定時間 レンジ500W	ラップ ふた
室温・冷蔵	冷やごはん	1杯(150g)	約1分20秒	—
	チャーハン	1人分(250g)	約2分40秒	—
	どんぶり物	1人分(350g)	約2分30秒~3分30秒	有
	みそ汁	1杯(150ml)	約2分	—
	カレー・シチュー	1人分(300g)	約2分30秒~3分	有
	粒入りスープ*	1杯(180ml)	約1分30秒	
	煮魚	1切れ(100g)	約1分40秒	
	野菜の煮物	1人分(150g)	約1分50秒	—
	焼き魚	1切れ(80g)	約1分10秒	
	ハンバーグ	1個(90g)	約1分30秒	
	野菜炒め	1人分(200g)	約3分	有
	スパゲティ・焼きそば	1人分(250g)	約3~4分	
	しゅうまい	8個(150g)	約1分40秒	
	肉まん・あんまん	1個(80g)	約40~50秒	—
	ハンバーガー	1個(100g)	約1分	
	バターロールなど	1個(30g)	約10秒	
	牛乳	1杯(200ml)	約2分	
	コーヒー・お茶	1杯(150ml)	約1分40秒	
	お酒	1本(180ml)	約1分30秒	
	さくら干し	1枚(35g)	約30~40秒	
	お弁当	400g	約1分30秒~2分	
	コロッケ	1個(100g)	約40~50秒	
	冷凍グラタン (レンジ用)	1皿(約250g) 2皿(約500g)	約5~7分 約15~18分	

- ※コーンの粒やあさりなどが入ったスープは具がはねやすいので、様子を見ながら加熱してください。
- 加熱不足や加熱ムラが気になる場合は、取り出して混ぜたり、並べかえたりして追加加熱をしてください。
 - 食品の分量を2倍にした場合は、加熱時間を2倍弱に合わせます。
 - パンのあたためは、時間がたつと固くなるので食べる直前に。
 - コーヒー・お茶の設定時間は加熱前の温度が室温(約20~25℃)のときの時間です。
 - いか・えびなどは「レンジ」ボタンの300Wで様子を見ながらあたためてください。

レンジ500W(ゆでる)				
素材名	分量	設定時間 レンジ500W	アク 抜き※	色止め※
ほうれん草	200g	約2分30秒~3分	—	要
キャベツ	100g	約2分~2分30秒		—
もやし	100g	約2分~2分30秒		—
グリーン アスパラガス	100g	約2分~2分30秒	要	要
なす	100g	約2分~2分30秒		
ブロッコリー	100g	約2分~2分30秒		
かぼちゃ	200g	約2分30秒~3分	—	—
じゃがいも	1個(150g)	約4~5分		
さつまいも	1本(200g)	約4~5分		
にんじん	100g	約2分~2分30秒	要	—
とうもろこし	1本 (250~300g)	約4~6分		

- ※アクの強い野菜は、アクを抜き、色止めをする。
- アク抜き…加熱前に塩水につける。
 - 色止め…加熱後に流水にさらす。

種類	メニュー名	分量	設定時間 レンジ500W	ラップ ふた
冷凍	ごはん(固まり)	1杯分(150g)	約2~3分	有
	ピラフ(パラパラの物)	1人分(250g)	約4~5分	
	カレー・シチュー	1人分(300g)	約10~12分	
	ポタージュスープ	1人分(300g)	約5~6分	
	ハンバーグ	1個(90g)	約2分30秒	
	しゅうまい	12個(170g)	約3分30秒	—
	肉まん	1個(80g)	約1分40秒	
	あんまん	1個(80g)	約1分10秒	
	お好み焼き	1袋(300g)	約6~8分	
	フライ (揚げて冷凍した物)	3個(80g)	約1分40秒	
	ホットケーキ	1枚(60g)	約1分	有
	バターロールなど	1個(30g)	約40秒	
	ミックスベジタブル	100g	約2分30秒	
	さやいんげん	100g	約2分30秒	
	さといも	100g	約3分~3分30秒	

- あんまんなは、底の紙を取って水にくぐらせてから加熱。あんの方が先に熱くなるのでご注意ください。
- ポップコーン、市販の冷凍食品(レンジ用)はパッケージの加熱方法に従ってください。あたため足りないときは、「レンジ」ボタンの500Wで様子を見ながら追加加熱をしてください。

素材名	分量	設定時間 レンジ500W	ラップ ふた
冷凍ミックスベジタブル	100g	約1分	—
冷凍さやいんげん	100g	約1分30秒~2分	

- あとで調理しやすいように、氷が溶ける程度まで解凍してください。
- 大きさがそろっていない場合は、設定時間を控えめにし、解凍できた食品から取り出します。

とうもろこしのゆでかたとポイント	
●皮とひげを取り除き、水洗いする。ラップで包み、耐熱性の平皿にのせる。(途中で裏返す。加熱後、ラップをしたまま5分蒸らす。)	
●日にちがたった物は、水分が少なくなるため、うまく加熱できない場合があります。	

●自分で時間などを合わせて調理するときの設定温度・時間の目安です。

⚠

警告

🚫

食品・飲み物は加熱しすぎない
発火や発煙、やけどのおそれがあります
飲み物は、加熱後、取り出したあとに、突然の沸とうによる飛び散りなどでやけどのおそれがあります
設定時間を控えめにし、様子を見ながら加熱してください。

⚠

注意

❗

お弁当をあたためるときは、ふた・ラップを外し、ゆで卵やアルミケース、調味料類は取り出す
火花が出たり、破裂によるけが、やけどのおそれがあります

レンジ100W(解凍)			
メニュー名	分量	設定時間 レンジ100W	ラップ ふた
ひき肉	300g	約8~11分	—
薄切り肉	300g	約8~11分	
厚切り肉	300g	約11~14分	
鶏もも肉(骨なし)	200g	約7~10分	
鶏もも肉(骨付き)	200g	約7~10分	

- 冷凍庫から出して時間のたった(温度が上がった)食品は、設定時間を控えめに。

オーブン(焼く)						
メニュー名	標準 分量	付属品	予熱	設定 時間	オーブン	備考
鶏の照り焼き	250g×1枚	丸皿	—	210℃	約18~22分	アルミホイルを敷く
塩さば	2切れ			210℃	約20~25分	
冷凍ピザ(直径約15cm)	1枚			210℃	約13~18分	—
マドレーヌ(直径7cm型)	8個			180℃	約15~20分	アルミホイルを敷く
シュークリーム	6個			190℃	約28~32分	
スイートポテト	6個			210℃	約15~20分	—

トースター(付属品は丸皿受け台を使用します)

メニュー名	標準 分量	設定 時間	トースター
食パン(6枚切り)	1枚	約4分30秒~5分30秒	
	2枚	約5~6分	
冷凍食パン (6枚切り)	1枚	約5~6分	
	2枚	約6~7分	

メニュー名	標準 分量	設定 時間	トースター
ピザトースト	1枚	約10~15分	
フライ・天ぷら	3個(150g)	約6~10分	
冷凍焼きおにぎり	3個(150g)	約20~22分	

- 丸皿も使用できます。(食パン、冷凍食パン以外)
- フライやピザトーストのように、加熱すると油が出たりチーズが溶けるメニューは、アルミホイルを使い、丸皿受け台(トースト用あみと兼用)の中心に置いて焼きます。
- 食品が焦げる場合、アルミホイルでおおいます。
- このページの「オーブン」「トースター」メニューのレシピは掲載していません。上の表を参考に、お手持ちの料理本で作ってください。

うまく仕上がらない

■「1 あたため」ボタンを1度押し、または2度押ししてあたためたとき

熱くならない	●食品が金属容器・アルミホイルなどで、おおわれているませんか。 ●容器の種類により仕上がりが状態が変わる場合があります。 もう少し加熱したい場合は、「レンジ」ボタンの500Wで時間を合わせて追加熱をしてください。➡ P.26
熱すぎる	あたためる分量が少なすぎませんか。100g以上にしてください。
あたためるとたれが飛び散る	●深めの容器に入れて、ラップをしてあたためてください。 ●たれは加熱後にかけましょう。

■4 トースト 1枚/2枚

焼け色が濃すぎる、または薄すぎる	●「4 トースト 1枚/2枚」ボタンを使いましたか。 ●枚数は正しく設定しましたか。 ●温度／仕上がりの ▽ △ ボタンで設定した「仕上がり調節」は記憶されています。 お好みの仕上がりに設定されているか確かめください。
------------------	--

■6 全解凍、7 半解凍

食品が煮えた	●お皿(陶器製の重い容器)などを使用すると、自動では上手に解凍できません。 ●全解凍の場合、形状・開始温度によっては煮えることがあります。
--------	--

■8 牛乳・コーヒー、9 酒かん

熱すぎる	●それぞれの種類に合った自動メニューを使いましたか。 ●1杯あたりの量が少なくありませんか。 ●温度／仕上がりの ▽ △ ボタンで設定した「仕上がり調節」は記憶されています。 お好みの仕上がりに設定されているか確かめください。
------	--

■12 じゃがいものグラタン

焼き色が濃い・薄い・ぬるい	●仕上がりが「強」で濃く、「弱」で薄く焼くことができます。 また、チーズの種類や容器のサイズなどで焼き色が変わります。 ●具が冷めたままで焼くと内部がぬるい場合があります。 「レンジ」ボタンの500Wで人肌にあたためてから焼いてください。
---------------	--

■13 スポンジケーキ

うまくふくらまない	卵の泡立てがしっかりできていますか。泡立て器の先から落ちる泡で文字が書けるくらいまで泡立てましょう。
泡立てがうまくできない	泡立てるときのボウルは、油分や水分が付いていない物を使ってください。
部分的に粉が残る	よくふるいながら入れましたか。 ふるうことで粉の固まりを取り除き、焼き上がりに粉が残りにくくなります。

■14～16 お弁当セット

うまく焼けない	置きかたをまちがえていませんか。焼きムラの原因になります。 各ページのイラストを参考にして置いてください。
水分が出る	野菜から水分が出ることがあります。水分を切って盛り付けてください。

故障かな？

QRコードから
サポート情報を
ご覧いただけます。



故障かな?と思われるときは、以下の項目に従って、調べてください。

症状	原因
まったく動かない	●停電していませんか。 ●配電盤のブレーカーが切れていませんか。 ●電源プラグが抜けていませんか。 ●表示部に「0」を表示していますか。自動電源オフ機能が働いている場合はドアを開閉し、「0」表示が出てから操作してください。
食品があたたまらない	表示部に「M」が出ていませんか。 店頭用のモードに設定されています。 【店頭用モードの解除方法】 「レンジ」ボタンを押し、「あたため／スタート」ボタンを4度押します。 さらに「取消」ボタンを4度押すと「M」表示が消え、解除されます。 
丸皿受け台(トースト用あみ)が回転しない 回転ムラがある	●丸皿受け台(トースト用あみと兼用)、丸皿は正しくセットされていますか。 ●食品(容器)が庫内の壁に触れていませんか。
調理中、遠赤ヒーターがついたり消えたりする	メニューによりヒーター出力を調節しています。 故障ではありません。
電源を入れたときや加熱中に音がする	●電源を入れたとき、内蔵された部品が動作確認で動くため、音がする場合があります。 ●加熱中、出力やヒーターを切り換えているスイッチの音、部品を冷ますファンの音などがします。また、オープンやトースター加熱中、加熱後に庫内壁面の膨張、収縮音がする場合があります。 故障ではありません。
レンジ調理のとき火花が出る	●金粉・銀粉のある容器を、使用していませんか。 ●庫内の壁に金属(アルミホイル・金ぐしなど)に触れていませんか。 ●庫内がさびていませんか。さびが火花の出る原因になることがあります。➡ P.9
煙やいやなにおいが出た	●においが気になる場合は、「17 脱臭」をしてください。➡ P.49 ●庫内・ドア内側に、食品カス・油などが付いていませんか。ヒーター調理中は、排気口などから蒸気や煙が出ることがありますが、故障ではありません。
ドアがくもり水滴が付く	メニューにより水滴が出ることがありますが、本体には影響ありません。
ブザーが鳴らない	ブザー音設定が「OFF」になっていませんか。 「OFF」のときは、ブザーは鳴りません。➡ P.31
丸皿(ガラス)に気泡のような異物がある	生産過程で溶けないガラス材料が異物に見える物で、性能には問題ありません。

次の表示が出たときは、内容を確認したあと操作し直してください。「取消」ボタンを押すと、表示は消えます。

症状	原因
	使用する付属品が間違っていないですか。 メニューにより使用する付属品が決まっています。 操作説明ページ、メニューページをご確認ください。
	●分量が多すぎます。食品の量を減らすか、軽い容器にかえてください。 ●「4 トースト 1枚/2枚」ボタンで丸皿を使っていないですか。取り出してください。
	●食品を入れずに加熱していませんか。 ●少量の食品(100g未満)を加熱していませんか。 庫内に食品を入れるか、分量を増やして加熱してください。 ●「取消」ボタンを押してから操作し直してください。
	庫内の温度が高いときに表示します。庫内が冷めるまで待つか、「取消」ボタンを押してから手動で加熱してください。

必要なときに

故障かな？ (つづき)

以上のことをお調べになり、それでもなお異常があるときは次の内容をお買い上げの販売店へご連絡ください。

■ご連絡いただきたい内容

1. 故障状況

2. 製品名(オープンレンジ)

3. 品番(NE-T15A3)

4. お買い上げ日(年月日)

■次のような表示が出たら、故障です。修理をご依頼ください。

→電源プラグを抜き、表示内容をお買い上げの販売店、または修理ご相談窓口へご連絡ください。
「取消」ボタンを押すと表示は消えます。

H

□

□

Hのあとの□□には、2けたの数字が入ります。

お手入れする

⚠ 警告

❗

●お手入れ時、電源プラグは抜く
感電のおそれがあります

●庫内が冷めてからお手入れする
やけどやけがのおそれがあります

⚠ 注意

❗

●庫内に付着した油や食品カスはふき取る
そのまま加熱すると発火や発煙の原因になります
必ず庫内が冷めてからふき取ってください。

■次の物は、使わないでください。
(傷が付いたり、色がはげたりします)

×

シンナー・ベンジン

住宅・家具用合成洗剤
(アルカリ性)

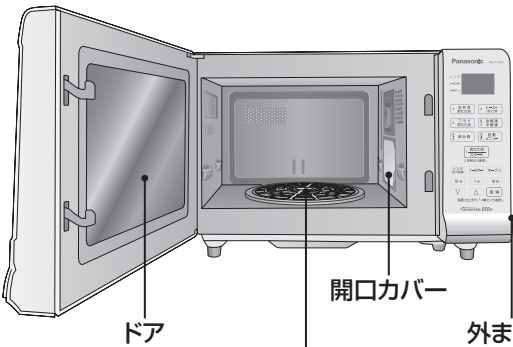
×

ガラスクリーナー

スプレー式の洗剤

×

クレンザー



丸皿受け台(トースト用あみと兼用)
中央部を持ち、垂直に引き上げて外す。
(無理な力を加えると、本体の軸が折れることがあります)

■洗剤や食品カスを、すき間やパンチング穴、底面軸部に入れないでください。(故障の原因になります)

お手入れする (つづき)

使うたびに

■庫内(ドア内側・開口カバー) 固く絞ったぬれぶきんで、水ぶきする
長い間で使用いただくために、付着した油や食品・水分はすぐにふき取ってください。
さびの原因になります。

汚れがひどい場合は、台所用洗剤(中性)を布にしみ込ませてふき取ります。

- 底面にシミが残ることがありますが、熱によるためでご使用上問題ありません。
- 庫内右上にある温度センサーに触れないでください。→ P.10
(センサーが曲がると正しい温度が検知できなくなります)
- 底面は、丸皿受け台(あみ)を外してお手入れしてください。
- 庫内を強くこすらないでください。
(庫内のフッ素加工がはがれ、効果の低下の原因になります)
- 油の飛び散る料理のあとなど、においが気になる場合は、「17 脱臭」をしてください。→ 下記参照

■外まわり・ドア 柔らかい布で、水ぶきする

- 付着した油や食品はすぐにふき取ってください。
汚れがひどい場合は、台所用洗剤(中性)を布にしみ込ませてふき取ります。
- ドアの外側
水ぶきのあと、柔らかい布でからぶきしてください。

汚れたら

■丸皿受け台(あみ)・丸皿 柔らかいスポンジで、汚れを落とす
使用後、台所用洗剤(中性)で洗ってください。

丸皿受け台
(あみ)

丸皿

●汚れが取れにくい場合のみ
丸皿は、クリームクレンザーを使ってください。
それでも落ちない場合は、水で薄めた漂白剤に一晩
つけるか、漂白剤をキッチンペーパーにしみ込ませて
丸皿にのせ、しばらくおいてください。

たわし

スポンジ

ナイロン面

金属たわし

左記のたわしなどは傷付けるため使わないでください。
スポンジの柔らかい面を使ってやさしくお手入れすることをおすすめします。

庫内のにおいが気になるときに

■17 脱臭
庫内のにおいの原因(汚れなど)を高温で分解し脱臭します。脱臭するときは、しっかり換気をしてください。
お手入れ前に、丸皿を取り出し、庫内の汚れをふき取っておく。

1

10
17

 自動
メニュー

 を押して
「17」に合わせる

17

自動

2

あたため
スタート

 を押す
(目安時間 約15分)

必要に応じて

仕 様		
電 子 レ ン ジ	消 費 電 力	1.42 kW
	高 周 波 出 力	950 W※1 500～100 W相当
	発 振 周 波 数	2450 MHz
ト ー ス タ ー	消 費 電 力	1.33 kW
	ヒ ー タ ー 出 力	1.28 kW
オ ー プ ン	消 費 電 力	1.33 kW
	ヒ ー タ ー 出 力	1.28 kW
	温 度 調 節 範 囲	発酵(40℃)・100～230℃ ●このオープンレンジの230℃での運転時間は約5分間です。 その後は自動的に200℃に切り換わります。
電 源	交流100 V (50 Hz／60 Hz共用)	
質 量	約10 kg	
寸 法	外 形	幅455 mm×奥行352 mm×高さ293 mm
	庫 内	幅269 mm×奥行288 mm×高さ165 mm (丸皿：直径273 mm)
消費電力量の目安		
区分名※2	B：オープンレンジ（ヒーターの露出がある物で30L未満の物）	
電子レンジ機能の年間消費電力量	63.7 kWh／年	
オープン機能の年間消費電力量	9.4 kWh／年	
年間待機時消費電力量	0.0 kWh／年	
年間消費電力量	73.1 kWh／年	

※1 高周波出力950Wは短時間高出力機能(最大1分30秒)であり、調理中自動的に500Wに切り換わります。
これは自動の限定したメニュー(「1 あたため」ボタンを押してあたためるとき、「8・9 飲み物」ボタン)で働きます。

※2 区分名は省エネ法に基づき、機能、加熱方式、および庫内容積の違いで分かれています。

- コンセントに電源プラグを差した状態で、表示部が消灯しているときの消費電力は0Wです。
(表示部「0」表示のときは約0.8W)
- 年間消費電力量(kWh／年)は省エネ法・特定機器「電子レンジ」新測定法による数値です。
- 実際にお使いになるときの年間消費電力量は周囲環境、使用回数、使用時間、食品の量によって変化します。
- この製品は、日本国内用に設計されています。電源電圧の異なる外国では、使用できません。
また、アフターサービスもできません。

愛情点検

長年ご使用のオープンレンジの点検を!



こんな症状はありませんか

- 丸皿が回転しない。
- 電源コードや電源プラグが異常に熱くなる。
- 異常なおいや音がする。
- ドアに著しいガタや変形がある。
- 触ると電気をを感じる。
- その他の異常や故障がある。

ご使用中止

事故防止のため、ご使用を中止し、コンセントから電源プラグを抜いて販売店へ点検をご依頼ください。

パナソニックの会員サイト「CLUB Panasonic」で「ご愛用者登録」をお願いします

特典

- お宅の家電商品、消耗品情報が一元管理できる!
- 登録商品に関するお知らせやサポート情報が入手できる!
- 登録すると抽選で商品券などが当たる!

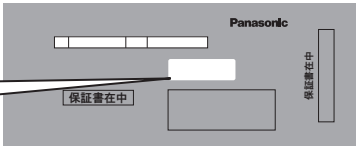
詳しくはこちら
<http://club.panasonic.jp/aiyo/>



保証書のQRコードから登録していただくと、品番と製造番号を入力する必要がなく、簡単に登録いただけます。

QRコード





QRコードは、株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

必要なきに

50

51