

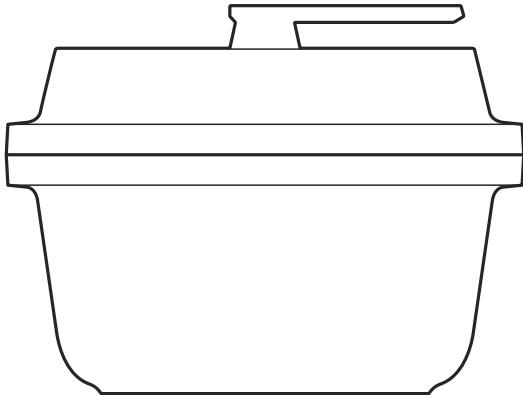
Panasonic[®]

取扱説明書

オートクッカー（家庭用）

品番 NF-AC1000

Bistro



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」(4~8 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。
- ご使用中、異常を感じたら使用を中止し、コンセントから電源プラグを抜いて、販売店に点検をご相談ください。
- 専用アプリセットアップの手順は同梱の接続ガイドでご紹介しています。

パナソニックの会員サイト「CLUB Panasonic」で「商品登録」をお願いします。(裏表紙ご参照)

ふだんの料理もごちそうも、 材料を入れるだけでおまかせで おいしく

時間や温度の設定が不要

自動

材料を入れて、メニュー番号を選ぶだけで、自動で調理ができます。(P.38~41)

お好みで使える調理コース

手動

加熱の方法や時間を設定して、お好みの料理を作れます。
(P.18~37)

圧力調理

● かたい材料を早くやわらかくできます。

煮込み

● 圧力をかけない煮込み料理などに。

無水調理

● 素材の水分を生かして調理する、圧力調理です。

炒め

● 弱火～強火まで、お好みの火加減で炒め物ができます。

低温調理

● 内なべの中を低めの温度に保ち、温度調節が難しい調理ができます。

圧力蒸し／蒸し

● 加圧と常圧を選べます。

・ 煮詰め／加熱／保温もできます。

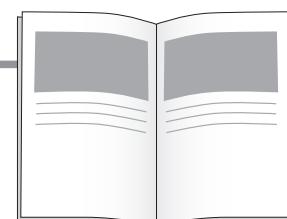
スマートフォンと連携して、広がるメニュー バリエーション

専用アプリで



- お買い上げ後にメニューを追加できます。
 - ・季節の素材を使ったメニュー
 - ・家族のお好みのメニュー など
- 選べるメニューは随時更新

レシピブックで



- お買い上げ時に本体に内蔵されている、自動の25メニューのレシピを掲載
- 手動の調理コースのレシピ例も

もくじ

| | |
|------------|----|
| 安全上のご注意 | 4 |
| 使用上のお願い | 8 |
| 調理時の注意 | 10 |
| 各部の名前／付属品 | 12 |
| 無線LAN接続の仕方 | 14 |
| 専用アプリを使う | 16 |

| | |
|--------------|----|
| 使える調理コース(手動) | 18 |
| 調理の仕方とポイント | 20 |
| 圧力調理 | 22 |
| 煮込み | 28 |
| 無水調理 | 29 |
| 炒め | 30 |
| 低温調理 | 32 |
| 圧力蒸し／蒸し | 34 |
| 煮詰め／加熱 | 36 |
| 保温 | 37 |
| 選べるメニュー(自動) | 38 |
| メニューを作る(自動) | 40 |
| 設定を変更する | 42 |

| | |
|--------|----|
| お手入れする | 44 |
|--------|----|

| | |
|-------------------------|----|
| よくあるお問い合わせ | 48 |
| こんな表示が出たら | 53 |
| 故障かな？ | 54 |
| 無線LAN／Bluetooth®使用上のお願い | 56 |
| 著作権など | 57 |
| 仕様 | 58 |
| 別売品 | 58 |
| 保証とアフターサービス | 59 |

レシピなどのお役立ち情報が
ご覧いただけます。



安全上のご注意

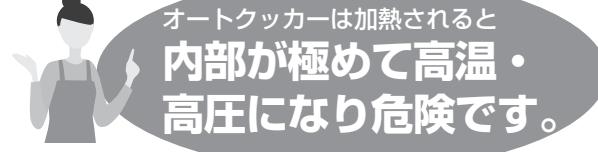
必ずお守りください

人への危害や財産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。

■誤った使い方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。

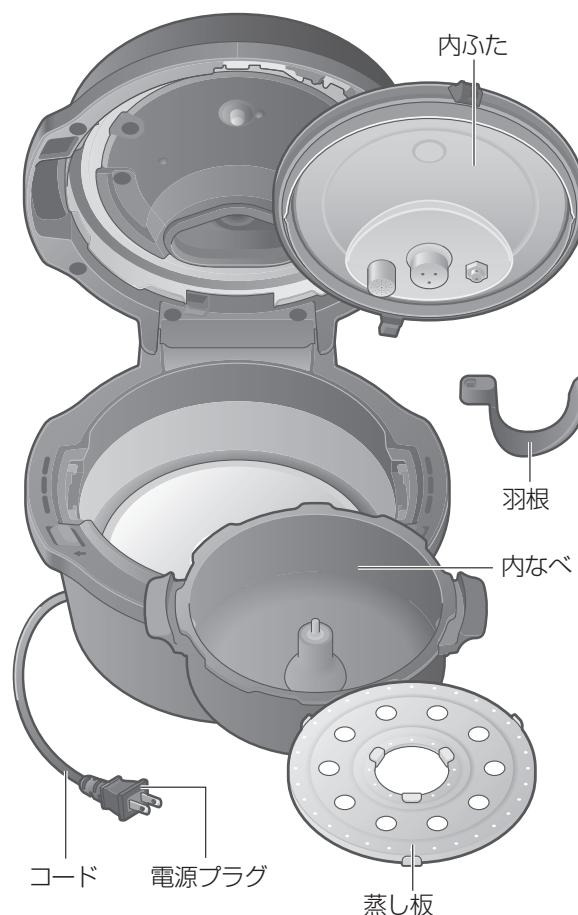
警告 「死亡や重傷を負うおそれがある内容」です。

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。



誤った使い方は
蒸気漏れや調理物の噴出による
やけどやけがの原因になります。

本体の変形・破損・故障の原因にもなります。
右記の注意事項を必ずお守りください。

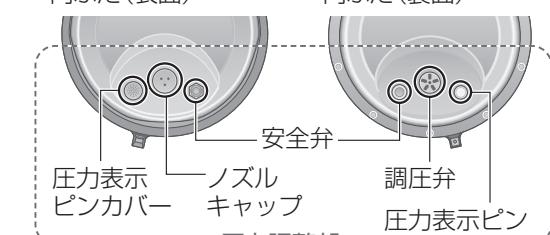


■使用前に

○ 次の状態で使わない

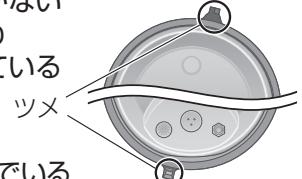
(圧力を安全に逃がすことができず、ふたが急に開いたり、蒸気口から勢いよく蒸気がふきだしたりして、やけどやけがの原因)
→お手入はP.44~47

- 圧力表示ピンカバー、ノズルキャップが付いていない
内ふた(表面)
- 安全弁、調圧弁、圧力表示ピンが上下に動かない
内ふた(裏面)



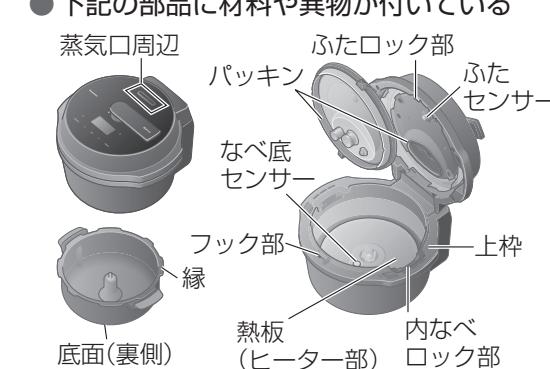
- 圧力調整部が目詰まりしている

- 圧力表示ピンカバー、ノズルキャップを外して、内側も確認する(P.44~47)
- 調圧弁の部品がない
- ツメが折れたり変形したりしている



- パッキンが傷んでいる
- 変形や剥がれ、破れなど

- 下記の部品に材料や異物が付いている



■お守りいただく内容を次の図記号で説明しています。

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。

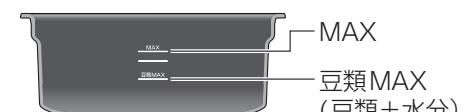
■警告

■使用時は

○ 取扱説明書に記載した用途以外には使わない

(やけどやけがの原因)

- 圧力表示ピンカバー、ノズルキャップを塞ぐおそれのある物は内なべに入れない
- $\frac{2}{3}$ (内なべの「MAX」の線)以上の量で調理しない
- 豆類などの料理は、 $\frac{1}{3}$ (内なべの「豆類MAX」の線)以上の量で調理しない



- 多量の油を入れる調理はしない
- 重曹など膨張する物や、カレーやシチューのルウなどの粘りけやとろみの強い物を入れる料理は、圧力をかける調理をしない
→ルウなどは、圧力が下がってから入れ、圧力をかけずに煮込む
- 水や油をはじくシート類で落としぶたをしない(P.24)

○ 圧力表示中(昇圧中/加圧中/減圧中)は次のことをしない

(調理物のふきだしなどによるやけどやけがの原因)

- 本体を動かさない
- ハンドルを回したり、ふたを開けたりしない



LOCK表示が消えて、蒸気が出なくなるまでお待ちください。

! 圧力がかかる調理(P.18、19、38、39)では、ふたを確実に閉め、ハンドルを真横に向くまで回してふたをロックする

(蒸気が漏れて、やけどやけがの原因)

- 内ふたは正しく取り付ける



■使用中や使用後しばらくは

○ 次のことをしない(やけどの原因)

- 高温部に触れない
 - 調理中の羽根
 - ふた内側(内なべ近くの金属部分)、内ふた、内なべ、蒸し板など
→熱いうちに内なべを取り出すときは、必ず乾いたふきんやミトンなどを使う
 - お手入は、電源プラグを抜き本体が冷めてから行う
- 本体上面にふきんをかけない(P.8)

- 蒸気口に手や顔を近づけない
 - 蒸気口から勢いよく蒸気が出ます。特に乳幼児には十分ご注意ください。

- ふたを開けるときは、本体に手や顔を近づけない
 - 蒸気が勢いよく出ます。

- 蒸気が勢いよく出ているときは、ハンドルを持たない



安全上のご注意

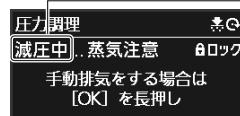
必ずお守りください

⚠ 警告

■使用後は

! 「減圧中」の表示が消え、蒸気が完全に排出されてからゆっくりとふたを開ける

(内なべの中に少しでも圧力が残っていると、調理物のふきだしなどによる、やけどやけがの原因)



→ふたを開けるときは、ふたの開け閉め(P.12)の手順に従ってください。

■電源プラグやコード

! 次のことを見ない

- 電源プラグやコードを傷めない
(破損し、火災や感電の原因)
傷つける、加工する、高温部に近づける、重い物をのせる、ねじる、引っ張る、無理に曲げる、束ねる、挟み込むなど
- 傷んだコードや電源プラグ、緩んだコンセントは使わない
(感電、ショートによる発火の原因)
- ぬれた手で電源プラグの抜き差しはしない
(感電・けがの原因)

! 次のことを見守る

- 定格 15 A・交流 100 V のコンセントを単独で使う
(他の機器と併用すると、発熱による火災の原因)
- 延長コードも定格 15 A 以上の物を単独使用する
- 電源プラグは根元まで確実に差し込む
(発煙や発火、感電の原因)
- 電源プラグのほこりなどは定期的に取る
(湿気などで絶縁不良となり火災の原因)
→電源プラグを抜き、乾いた布でふく

! 異常・故障時は直ちに使用を中止し、電源プラグを抜く

(発煙・発火、感電、けがのおそれ)

<異常・故障例>

- 電源プラグ・コードが異常に熱くなる
- コードに傷がついたり、通電したりしなかつたりする
- 圧力が上がらない
- 本体が変形したり、異常に熱くなったりする
- 本体から煙が出たり、焦げ臭いにおいがしたりする
- 使用中に異常な回転音がする
- 本体にひび、割れ、緩み、がたつきがある
- すぐに販売店へ点検・修理を依頼してください。

⚠ 警告

■無線 LAN 機能を使うときは

! 自動ドア、火災報知機などの自動制御機器の近くで使用しない

- 無線 LAN からの電波が自動制御機器に影響を及ぼすことがあり、誤動作による事故の原因になります。

! 心臓ペースメーカーを装着している方は本体を装着部から 15 cm 以上離す

- 無線 LAN からの電波がペースメーカーの作動に影響を与える場合があります。

! 病院内や医療用電気機器のある場所で使用しない

- 無線 LAN からの電波が医療用電気機器に影響を及ぼすことがあります。誤動作による事故の原因になります。

■持ち運ぶときは

! ふたやハンドルを持たない

(ふたが開いて、やけどやけがの原因)



→必ずふたを閉め、本体の持ち手を持つ

■本体の取り扱い

! 次のことを見ない

- 本体を水洗いしたり、水につけたり、水をかけたりしない
(感電やショートによる発火の原因)
- 分解・修理・改造をしない
(火災、感電やけがの原因)
→修理は販売店にご相談ください。
- 乳幼児の手の届くところには置かない
- 子供など取り扱いに不慣れな方だけを使わせない
(やけどやけが、感電の原因)
- 本体のすき間に異物(特にピンや針金などの金属物)を入れない
(感電、異常動作によるけがの原因)



■本体の取り扱い

! 次のことを見ない

- 電源プラグやコードを傷めない
(破損し、火災や感電の原因)
傷つける、加工する、高温部に近づける、重い物をのせる、ねじる、引っ張る、無理に曲げる、束ねる、挟み込むなど

! 次のことを見守る

- ぬれた手で電源プラグの抜き差しはしない
(感電・けがの原因)
- 電源プラグは根元まで確実に差し込む
(発煙や発火、感電の原因)
- 電源プラグのほこりなどは定期的に取る
(湿気などで絶縁不良となり火災の原因)
→電源プラグを抜き、乾いた布でふく

! 異常・故障時は直ちに使用を中止し、電源プラグを抜く

(発煙・発火、感電、けがのおそれ)

<異常・故障例>

- 電源プラグ・コードが異常に熱くなる
- コードに傷がついたり、通電したりしなかつたりする
- 圧力が上がらない
- 本体が変形したり、異常に熱くなったりする
- 本体から煙が出たり、焦げ臭いにおいがしたりする
- 使用中に異常な回転音がする
- 本体にひび、割れ、緩み、がたつきがある
- すぐに販売店へ点検・修理を依頼してください。

⚠ 注意

■本体の取り扱い

! 次のことを見ない

- 専用の内なべ以外は使わない
(過熱や異常動作によるやけどやけがの原因)
- 変形した内なべは使わない
(やけどやけがの原因)
- 作業時以外の調理中は、内なべの中に手や調理器具(へらなど)を入れない
(やけどやけがの原因)
- 食器洗い乾燥機は使わない
(部品の劣化や塗装剥がれなどによるけがの原因)



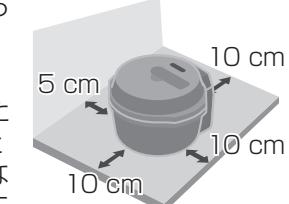
! 次のことを見守る

- 調理物が入った内なべや容器を取り出すときは、十分注意する
(特に「低温調理」では、内なべにお湯が入っており、やけどのおそれ)
- 本体の持ち手や内なべの持ち手が熱くなっているときは、乾いたミトンなどを使う
(やけどの原因)

■設置場所は

! 次の場所で使わない

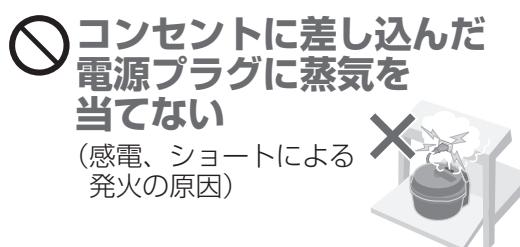
- 不安定な場所や熱に弱い敷物の上
(やけどやけが、火災の原因)
- 壁や家具の近く
(壁や家具の変色や変形、破損の原因)
→壁や家具から 5 cm 以上離す
→ふたを開けたときに、ふたが壁や家具など周囲の物に当たらぬ位置で使う
→蒸気が当たったり、蒸気がこもったりしない所で使う
- 食材や油脂類、ほこりなどが付着した滑りやすい場所
→汚れなどを取り除き、端から 10 cm 以上離す
(本体が滑って落ち、けがの原因)
- 水のかかる所や火気の近く
(感電や漏電火災の原因)



安全上のご注意／使用上のお願い

⚠ 注意

■電源プラグやコード



! 次のことを行なう

- 電源プラグを抜くときは、コードを持たずに必ず電源プラグを持つ
(感電、けが、ショートによる発火の原因)
- 使用時以外は電源プラグをコンセントから抜く
(絶縁劣化による感電や漏電火災の原因)

使用上のお願い

本体の取り扱い

車両・船舶などや屋外に置いて
使わない
(故障の原因)

直射日光が当たる所で使わない
(変色の原因)

IHクッキングヒーターの上で
使わない
(故障の原因)

ふたや内ふた、内なべを強く当てる
(本体内部や内なべの縁が傷つく原因)

磁気に弱い物や磁石を近づけない

- ラジオ・テレビ・補聴器など
(雑音が入る、音が小さくなる原因)
- ICカードやキャッシュカードなど
(記録が消える、壊れる原因)
- 磁石など
(本体の誤動作の原因)

羽根を空まわししない
(故障の原因)

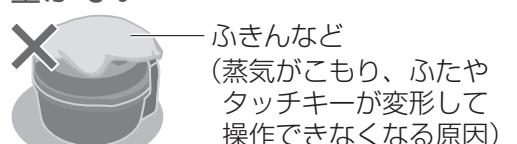


材料など異物や汚れが 付いたまま使わない

(エラー表示が出る、材料が焦げる、生煮え
になる、ふたが開かなくなるなどの原因)



使用中は、本体上面の蒸気口を
塞がない



ふたを半開きで調理しない
(故障の原因)



本体内部に水を入れない
(故障の原因)

使用上のお願い(つづき)

内なべの取り扱い

オートクッカー以外では使わない

- ガス火、IHクッキングヒーター、
電子レンジなど
(傷つきや変形、故障の原因)



専用の羽根、蒸し板以外は 使わない

(傷つきや故障の原因)

かたい物に当てる

- 羽根を軸に取り付けずに入れない
- ノズルキャップなどの部品や道具を
内なべに入れない
(傷つきや変形の原因)



過剰加熱や空炊きをしない

(傷つきや変形、故障の原因)

調味料は、合わせて よく溶かしてから入れる

(センサー誤検知により生煮えになるなど、
うまく調理ができない原因)

力チッと音がするまで 確実に本体にセットする

(内なべが浮いていると、ふたが当たって、
内なべの傷つきやふたが開かなくなる原因)

次のことをお守りください

(内面フッ素加工の剥がれや傷つきの原因)

準備のとき

- 内なべで洗米しない
- 金属製のざるなどを当てる
- 泡立て器などで
調味料を混ぜない



できあがったとき

- かたくとがった食品(骨付きの肉など)を
調理するときは、食品を内なべに
押しつけたり、強くかき混ぜたりしない
- おたまなどでたたかない
(よそうときなど)
- 内なべで調味料を混ぜる
ときは、ゴムべらなど
やわらかい調理器具を使う
- 金属製や、耐熱性のない樹脂製の調理
器具(おたま、フライ返しなど)は
使わない



お手入れのとき(P.44~47)

- 洗いおけ代わりに使わない
(スプーンや食器類を入れない)
- 調理後は、粗熱が取れたら
すぐに洗う
- 洗ったあと乾かすときは、食器の上に
伏せない
- 食器洗い乾燥機や食器乾燥器を使わない
- 磨き粉や金属たわし、ナイロンたわしなど
で洗ったり、こすったりしない
→ やわらかい
スポンジで
洗う



研磨粒子部分
で洗わない

お知らせ

● 内なべの内面フッ素加工は、こすれなど使い方や使用頻度により、小さな傷・摩耗
などが発生する場合があります。それにより剥がれた内面フッ素加工(樹脂被膜)
を誤って食しても、人体には吸収されずに排出されます。

調理時の注意

自動メニューの材料や調味液の量、および工程は、レシピブック、専用アプリレシピの記載を守ってください。

最大調理量について

- 材料や調味液は内なべの $\frac{2}{3}$ までの量で調理する。(豆類は、水分と合わせて $\frac{1}{3}$ まで)
それより多いと、ふきこぼれる場合があります。
- 安全のため、材料によっては、調理できる最大量が他のメニューよりも少ない物があります。



● 材料や調味液は、内なべの $\frac{2}{3}$ （「MAX」の線）以上の量で調理しない
・豆類や麺類など、煮炊きで分量が増える物を圧力調理するときは、内なべの $\frac{1}{3}$ （「豆類MAX」の線）以上の量で調理しない（やけどやけがの原因）

連続で調理するときは

- ふたを開けて内なべと内ふたを外し、10~15分程度置いて本体を冷ましてから次の調理をしてください。
- 内なべや内ふた、本体が熱いと「U50」が表示され、調理できません。（P.54）
・内なべや内ふたを洗って冷ましても、本体が熱いと「U50」が表示されます。
- 「U50」表示が消えていても、本体が十分冷めないと、調理時間が長くなったり、出来栄えが通常と異なったりすることがあります。

本体を冷ます時間を短縮するには

内ふたを外し、洗った内なべに約2L（内なべの半量の線）以上の水を入れて本体にセットし、ふたを開けておく



● 熱いうちに内なべや内ふたを外すときは、必ず乾いたふきんやミトンなどを使う（やけどの原因）

禁止材料

調理全般

- ✗ 多量の油（発火のおそれ）
→ 炒め調理では油は50gまで
- ✗ はじける物（やけどのおそれ）
・ぎんなん・ポップコーンなど



羽根を使う調理

- ✗ 調理で負荷が高くなる材料
(故障やうまく調理できない原因)
・もち作り・パン生地作り・わらびもち作りなど
- ✗ かたい物
(内面フッ素加工を傷つけるおそれ)
・骨付きスペアリブ・有頭えび
・あさり、ムール貝などの貝類・かに
・ホールスパイス、ナツツ類など
→ 羽根を使わずに調理する。
ホールスパイス、ナツツ類は液体と一緒に入れる



圧力調理、無水調理

- ✗ 粘りけやとろみの強い物
(圧力調整部を塞いでやけどやけがのおそれ)
・カレーやシチューのルウ・小麦粉など
→ 圧力が下がってから入れ、圧力をかけずに煮込む
・おかゆ
→ おかゆは1合まで。圧力をかけずに煮込む



- ✗ 膨張する物
(調理物が膨張し、圧力調整部を塞いでやけどやけがのおそれ)
・重曹・ちくわ・はんぺん・もちなど



- ✗ 水以外の液体で膜が張りふきこぼれやすい物
・牛乳・豆乳
→ 水で薄める。手動排気をしない



- ✗ 炭酸水
(内圧が上がり調理物がふきだすおそれ)



- ✗ 表面が皮や膜におおわれた物
(破裂してやけどのおそれ)
・牛タン（丸ごと）など
→ 必ずフォークなどで穴を開けてから調理する（P.25）

- ✗ 厚みのあるかたまり肉
(加熱によって厚みが増し、圧力調整部を塞いでやけどやけがのおそれ)
→ 厚さ4cm以下の物を使う

禁止する使い方（やけどやけがなどを防ぐため、次のことをしない）

調理全般

- ✗ クッキングシートやアルミホイル、水や油をはじくシート類で落としぶたをする
(落としぶたが浮き、圧力調整部を塞いでやけどやけがのおそれ)
→ キッチンペーパー（ペーパータオル、キッチンタオル）が使用できます。（P.24）
(羽根使用時は使わない)



- ✗ 内なべの最大調理量（P.10）を超えた調理
(圧力調整部を塞いでやけどやけがのおそれ)

- ✗ ポリ袋、ジッパー付きポリ袋を使用する
(「圧力調理」時は袋が破裂したり、「低温調理」時は袋が浮いて圧力調整部を塞いだりして、やけどやけがのおそれ)



圧力調理、無水調理

- ✗ 次のような料理の調理中に手動排気する
(蒸気口からのふきこぼれの原因)
・とろみのある物
・粘りけのある物
・ふきこぼれやすい物（牛乳、豆乳など）を含む調理物

上手に調理するために

羽根を使う調理

- 長い麺類（パスタ、焼きそばなど）や長い薄切り肉などをそのまま調理しない
(羽根に材料が巻き付く原因)
→ 材料を短く切るか、羽根を使わずに調理する



煮込み、加熱調理

- 水以外の液体で膜が張りふきこぼれやすい物を、火加減「中」「強」で加熱しない
・牛乳・豆乳など
→ 仕上げに入れ、火加減「弱」で加熱する



においが強い物を調理すると

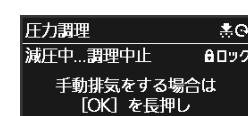
パッキンににおいが付くことがあります。
→ 気になるときは、内なべに水を入れ、一度煮沸してください。（P.47）

圧力表示中にやむを得ずふたを開けるときは

圧力表示中（昇圧中／加圧中／減圧中）は圧力がかかっています。

1 加圧中に CANCEL を約1秒長押しし、調理を中止する

2 P.26、27の手動排気の手順1~3に沿って、内部の圧力を抜く



3 ブザーが鳴ったらハンドルを操作する

- ゆっくりと回し、いったん止めて、ふたのすき間から蒸気が出てこないことを確認する
- ハンドルが動かないときは、内部に圧力が残っているため、無理にハンドルを動かさず、しばらく放置してから再度操作する

4 ゆっくりとふたを開ける



注意

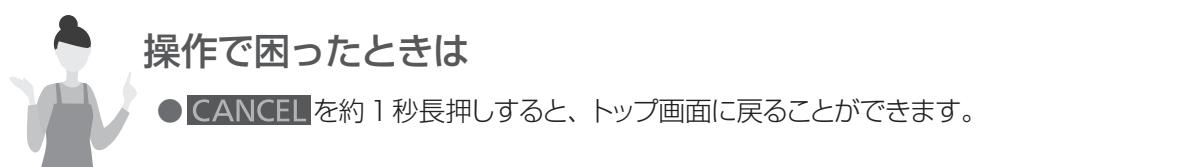
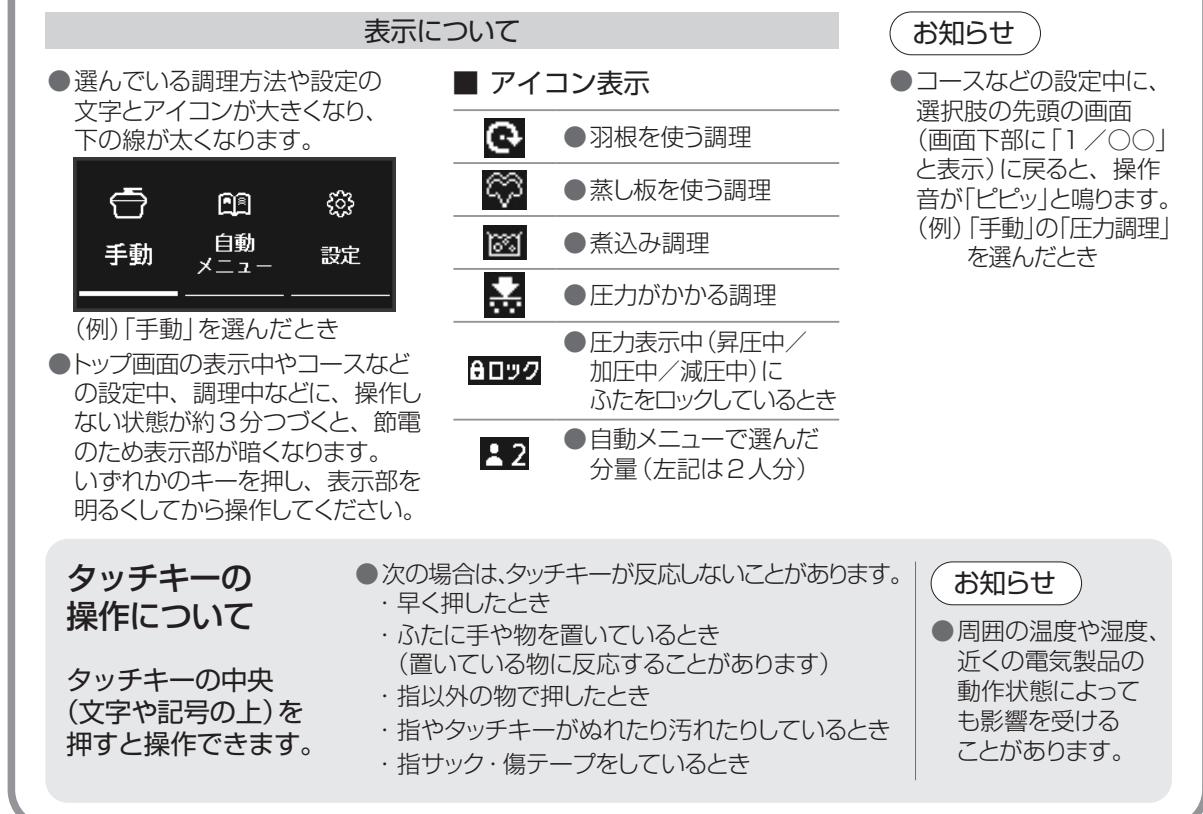
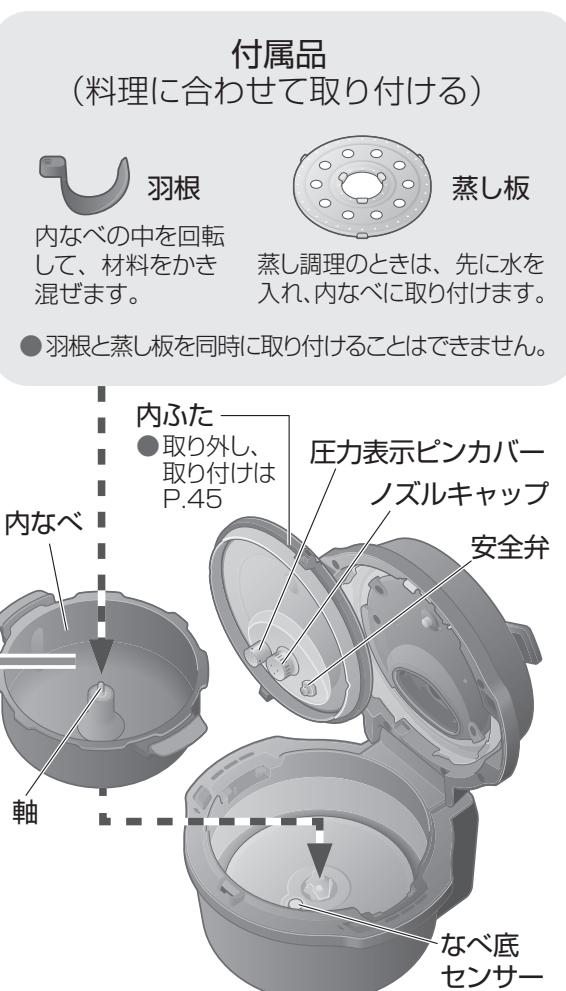
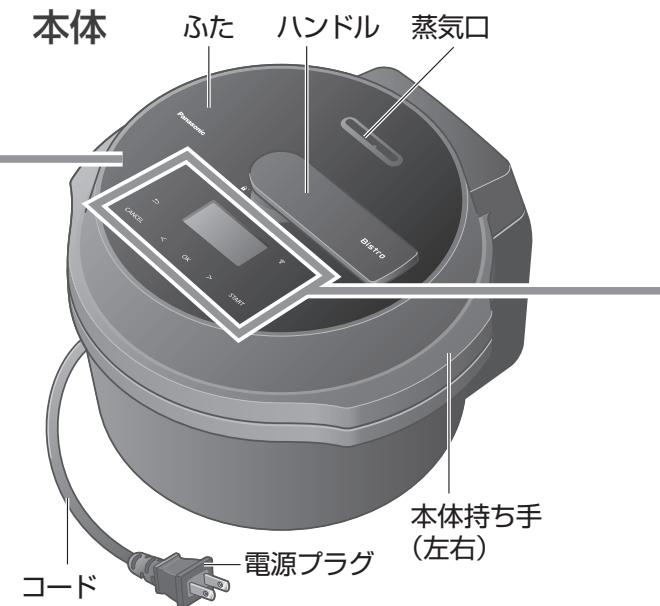
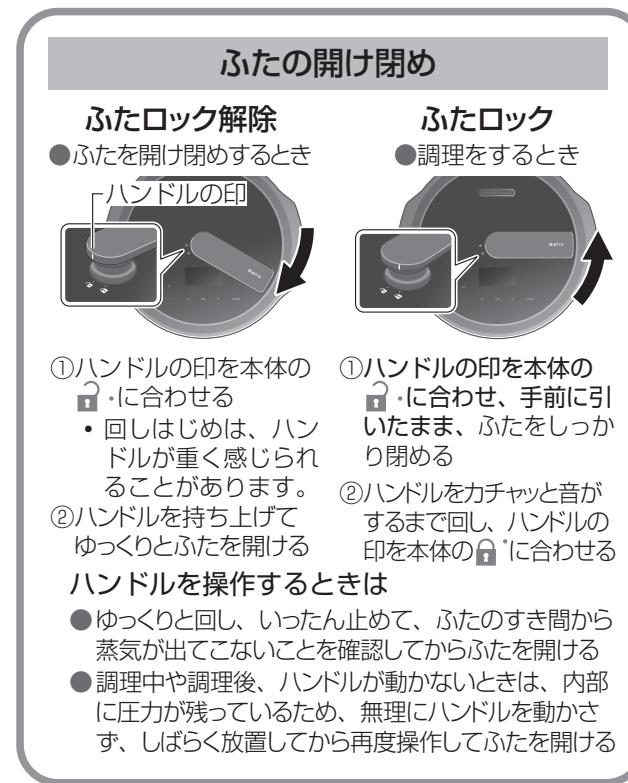
- 圧力がかかるている間は、絶対に上記の手順以外でふたを開けない（高温の蒸気がふきだし、やけどやけがの原因）
→ 近くに人がいることを確認してください。

■ 圧力表示中に停電したときや電源プラグを抜いてしまったとき

→ 調理は中止されます。
電力が復帰したら、もしくは電源プラグをもう一度コンセントに差し込んだら、画面の表示に従い左記2、3の手順で圧力を完全に抜いてからゆっくりとふたを開けてください。（P.50）

→ 電力が復帰しないときは、ハンドルを回して手動で排気をしてください。（P.50）

各部の名前／付属品



無線LAN接続の仕方

専用アプリを使うために必要な機器などを確認する

□ スマートフォン

- Android™ OSバージョン8.0以上、iOSバージョン13.0以上のスマートフォンでご利用できます。(2022年10月現在)
- インストールするときに、アプリストア内に掲載している対応OSバージョンを必ずご確認ください。
- ただし、すべてのスマートフォンで専用アプリの動作を保証するものではありません。



□ 専用アプリ「KitchenPocket」

(以降「専用アプリ」と表記)

専用アプリをインストールしてください。

- 専用アプリは無料ですが、インストールやインターネットの通信料はお客様のご負担となります。

□ インターネット環境

常時、インターネット接続が可能な環境が必要です。

- FTTH(光ファイバー)、ADSL、CATV(ケーブルテレビ)などのブロードバンド回線。

□ パナソニックの会員サイト

CLUB Panasonic の会員登録

専用アプリとオートクッカーとを連携して通信できるようにするには、CLUB PanasonicのログインIDが必要です。

□ 無線LANブロードバンドルーター

(以降「無線LANルーター」と表記)



- 無線LANルーターが2.4GHz帯の通信規格であることを確認してください。

(通信規格: IEEE 802.11b/g/n)

上記以外のルーターは使用できません。

- 設定方法は、無線LANルーターの取扱説明書をご覧ください。

- セキュリティ対策のため、必ず暗号化方式WPA3(AES)、WPA2(AES)、WPA(AES)のいずれかの設定ができる無線LANルーターをご使用ください。

- 暗号化方式はWPA3(AES)、WPA2(AES)をおすすめします。

- WEPのみ対応の機種はお使いいただけません。

- すべての無線LANルーターについての動作保証はしていません。(モバイルルーターも動作保証はしていません)

お困りの場合は、「アプリの初期設定に関するお問い合わせ」へお問い合わせください。➡裏表紙

ソフトウェアの利用に関し順守すべき事項について

本製品および本専用アプリをご利用いただくお客様に対し、注意事項をサイトで公開・周知しています。

詳しくはQRコードをスキャンするか、下記サイトをご覧ください。

https://panasonic.jp/cooking/app_update.html

- URL、QRコード、アプリの内容は予告なく変更または削除されることがあります。

また、説明に使用しているアプリのアイコンや画面などは、アプリの更新により変わることがあります。



初めて専用アプリを使うときは
スマートフォン、オートクッカー、無線LANルーターを接続し、
オートクッカーの家電登録など、準備が必要です。

1 専用アプリ(無料)をスマートフォンにインストールする

■ Androidのとき

Google Play



■ iOSのとき

App Store



- 専用アプリは無料ですが、インストールやインターネットの通信料はお客様のご負担となります。
- QRコードは、株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

2 専用アプリに従い、無線LAN接続する



手順2 以降については、専用アプリに従って操作してください。

専用アプリについてはQRコードからも
ご覧いただけます。

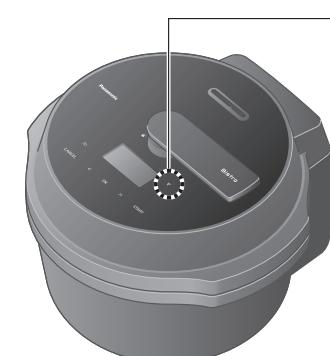
- 専用アプリは予告なく変更されることがあります。
- また、説明に使用しているアイコンや画面などは、アプリの更新により変わることがあります。

専用アプリ
情報サイト



無線LANランプの表示について

オートクッカーの無線LAN接続や通信状況を、操作部の無線LANランプで確認できます。



無線LANランプ



- 無線LAN接続済み(通信可能)、専用アプリとの通信中



- 無線LAN機能をONに設定時、通信環境が不安定(通信エラー)なとき



- 無線LAN機能が停止状態(通信不可)

専用アプリを使う

専用アプリでメニューを検索して、オートクッカー本体に送信できます。

次のような場合に、スマートフォンにプッシュ通知されます。(スマートフォンのプッシュ通知機能をONにしてお使いください)

- 作業やできあがりのタイミング
- エラー発生時(スマートフォンからメニューを送信できない、オートクッカーが受信できないなど)

準備: オートクッカーの無線 LAN ランプが点灯し(P.15)、
本体にトップ画面が表示されていることを確認する

ほかの画面が表示されているときは、[CANCEL]を約1秒間長押しする
(メッセージが表示されているときは画面の指示に従う)

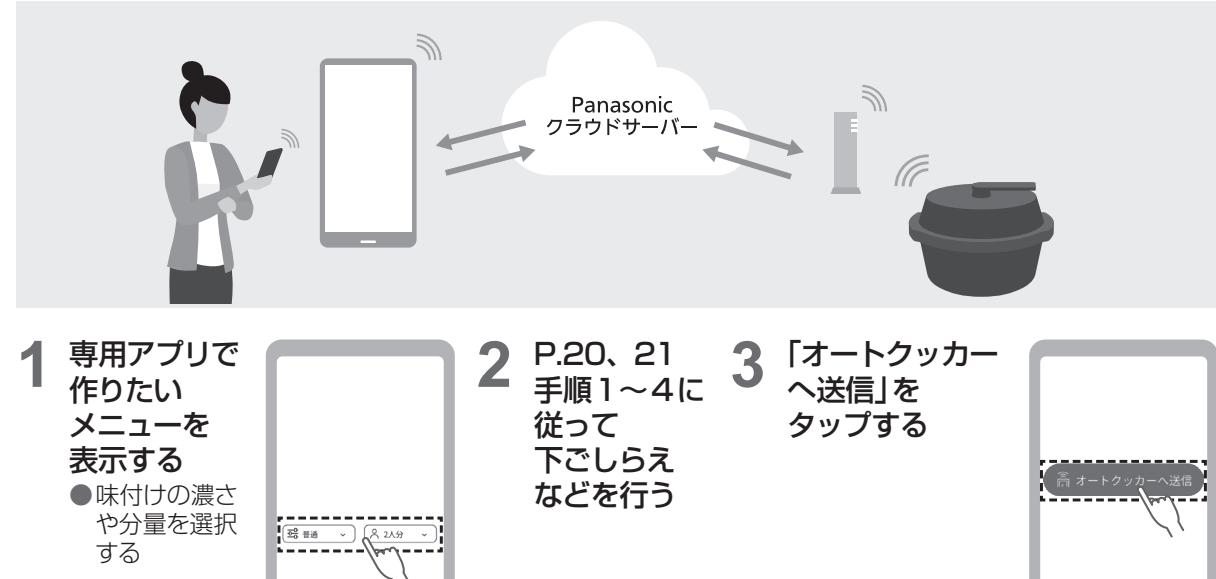


お知らせ

●調理中や操作ロック中(P.42、43)など、本体表示部にトップ画面以外が表示されているときは、メニューやメニューリストを受信できません。

●通信状態が悪いと、メニューやメニューリストの送受信ができない場合があります。
→無線 LAN ランプや通信状態を確認してください。

オートクッカーにメニューを送信して調理する



お知らせ

●メニューリストに登録されていないメニューを受信すると、最新の1件のみが一時保存され、それ以前に受信した未登録のメニューは消去されます。

- ・一時保存されたメニューは、「自動メニュー」→「最近作ったメニュー」から選べます。(P.40)
- ・受信してから5分以内に調理を開始しないと、未登録のメニューは一時保存されません。

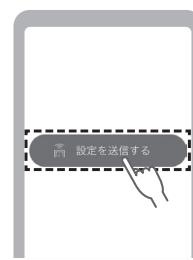
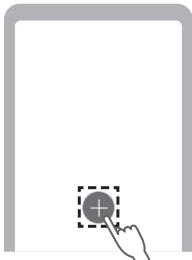
メニューリストを編集する

本体のメニューリストには、よく使う自動メニューを最大30件登録できます。

専用アプリの「機器のお気に入り」からメニューを追加/編集し、本体へ送信します。

メニューリストに登録する

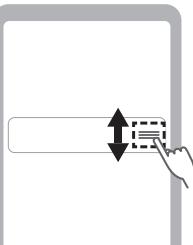
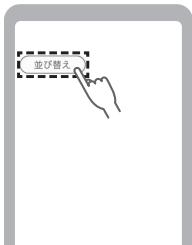
- 1 「機器のお気に入り」画面で、+をタップする
- 2 画面に従って、追加する方法やメニューを選ぶ
- 3 「設定を送信する」をタップする



●すでにメニューリストに30件登録されていると、追加登録できません。登録済みのメニューを削除してください。

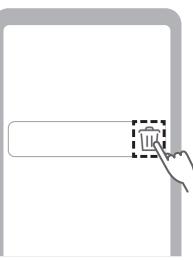
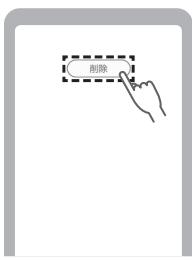
メニューを並び替える

- 1 「機器のお気に入り」画面で、「並び替え」をタップする
- 2 メニューを並び替える
- 3 「決定」をタップする
- 4 「設定を送信する」をタップする



メニューを削除する

- 1 「機器のお気に入り」画面で、「削除」をタップする
- 2 削除したいメニューの廃棄マークをタップする
- 3 「決定」をタップする
- 4 「設定を送信する」をタップする



●メニューを削除すると、自動メニューの「最近作ったメニュー」画面に表示されなくなります。(P.40)

●メニューリストを初期化するときは、手順1で「削除」の代わりに「初期化」を選び、「OK」をタップして、手順4に進んでください。

使える調理コース

手動

※1：混ぜる料理で取り付ける
(混ぜ方が画面で選べます)

※2：圧力到達からの時間

※3：調理開始からの時間

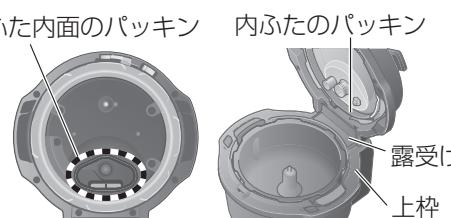
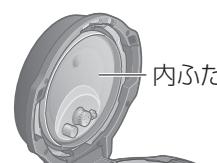
※4：温度到達からの時間

※5：沸騰してからの時間

| コース | 使い分けのポイント | 付属品 | | 圧力 | 設定時間 | 設定 (圧力/火加減/温度) | 残時間表示 (減り始めるタイミング) | 加熱延長 時間 | 調理後の 自動保温 |
|------|------------------------------------|------------------|-----|----|-------------------------|-----------------------------------|--|---------------------|--------------|
| | | 羽根 ^{※1} | 蒸し板 | | | | | | |
| 圧力調理 | かたい材料を早くやわらかく 小魚なら骨までやわらか | ○ | — | あり | 1分～1時間 ^{※2} | 低圧／中圧／高圧 | 目標圧力到達から | 1～30分 ^{※2} | 3時間まで |
| 煮込み | 圧力をかけない 煮込み料理などに | ○ | — | なし | 1分～3時間20分 ^{※3} | 弱／中／強 | 調理スタート直後から | 1～30分 | 3時間まで |
| 無水調理 | 素材の水分を生かして | ○ | — | あり | 1分～3時間20分 ^{※2} | — | 目標圧力到達から | 1～30分 | 3時間まで |
| 炒め | 高温で加熱したい料理に | ○ | — | なし | 中／強：1～20分 弱：1分～2時間 | 弱／中／強 | 予熱時：予熱完了後のスタート直後から 予熱なし時：調理スタート直後から | 下記参照 | — |
| 低温調理 | 低めの一定温度を維持して 加熱したい料理に | — | 必須 | なし | 1分～3時間20分 ^{※4} | 35～90 ・35～65：1刻み ・65～90：5刻み | 目標温度到達から | 1～30分 | — |
| 圧力蒸し | かたい材料を早くやわらかく 蒸し調理できます | — | 必須 | あり | 1分～1時間 ^{※2} | 中圧／高圧 | 目標圧力到達から | 1～30分 ^{※2} | — |
| 蒸し | 圧力をかけない蒸し調理に | — | 必須 | なし | 1～15分 ^{※5} | — | 沸騰から | — | — |
| 煮詰め | 仕上げに水分を蒸発させたり、 調味液を材料にからませたいときに | ○ | — | なし | 1～30分 ^{※3} | 弱／中／強 | 調理スタート直後から | 1～30分 | — |
| 加熱 | 煮込み料理の追加加熱などに | ○ | — | なし | 1分～1時間 ^{※3} | 弱／中／強 | 調理スタート直後から | 1～30分 | — |
| 保温 | 調理後の保温に | — | — | なし | — | — | 経過時間を表示します(最長12時間) | — | — |

お願い

- 材料や料理によって、内ふたやふたなどに色移りやにおい残りすることがあります。
→調理後は早めにお手入れする(P.44～47)
- 調理後は必ず内ふたを洗う
特に、肉類を多く入れると、油分やアカで内ふたが汚れやすくなります。
(においや腐敗、内ふたがさびる原因)
- 調理後はふた内面もふく
(特にパッキンの内側)
- 調理後、ふたを開けた
ときに内ふたから内ふたの
パッキンや露受け、上枠に
水滴が落ちます。
→かたく絞ったふきんでふく



お知らせ

- 調理開始時は、ハンドルを回してふたをロックしないと調理できません。
- 圧力がかかる調理(「圧力調理」「無水調理」「圧力蒸し」)の調理にかかる時間は、設定した「加圧時間」(分)と予熱時間・減圧時間を加えたものです。(P.24)
- 手動調理は予約できません。
- 「煮込み」「炒め」「煮詰め」「加熱」は、調理開始後にふたを開けても調理が継続します。それ以外のコースは、ふたのロックが解除されると調理が止まります。

加熱延長について

- 加熱延長は2回までできます。
- 「炒め」の加熱延長時間は、設定時間(延長前の調理時間)によって異なります。

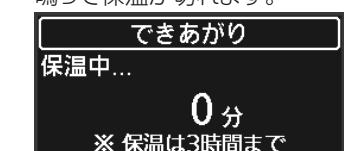
| 設定時間 | 加熱延長できる時間の上限 |
|---------------------|---|
| 1～19分 | 総調理時間が20分を超えない範囲で、最大10分 ^{※6} (例) 設定時間が15分の場合、延長5分まで |
| 20分 | 加熱延長できません |
| 21分以上 ^{※7} | 10分 |

*6：1回目の加熱延長で、総調理時間が20分になると、2回目の加熱延長はできません。

*7：火加減「弱」のみ

調理終了後の自動保温について

- 「圧力調理」「煮込み」「無水調理」以外は調理終了後に自動で保温になりません。(露や変色、食味低下の原因)
- 保温経過時間は、1時間までは1分刻みで表示します。3時間を超えるとブザーが鳴って保温が切れます。



調理の仕方とポイント

！注意

●熱いうちに内なべや調理物、容器を取り出すときは、必ず乾いたふきんやミトンなどを使う(やけどの原因)

1 下ごしらえをする

■材料を切る

- 切り方のポイント
 - ①同じ素材は、同じ大きさに切る
 - ②違う素材を一度に調理するときは、火の通りやすい素材を大きめに切る
(例)にんじんは小さく、じゃがいもは大きく



- 手動調理ではコースごとの調理のポイントを確認する(P.22~37)
- 自動メニューではレシピブック、専用アプリレシピの指示に従う

■調味液を混ぜ合わせる



- 溶け残りがないように、よく混ぜて均一にする
- 調理できる量を守る(うまくできない、ふきこぼれる原因)(P.10)

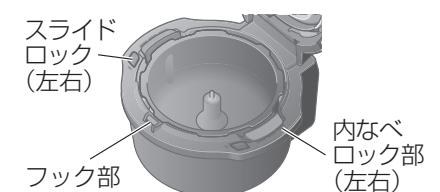


前回の調理の内容を記憶しています

- (例)
- 手動調理: コース、火加減、混ぜ設定、調理時間
 - 自動メニュー: メニュー、分量、予約、予約時の仕上がり時間など

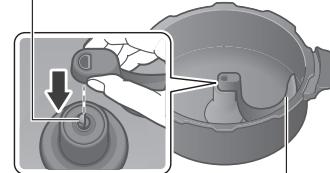
お願い

- 調理中に作業するときや調理後に盛り付けるときは、スライドロックやフック部、内なべロック部に材料や調理物をこぼさないようにしてください。(材料や調理物が本体の内部に入り込み、故障の原因)
 - こぼれたときは、調理後に本体が冷めてから早めにお手入れしてください。(P.44~47)



2 内なべを取り出し、付属品を取り付ける

- 内なべの取り出し方(P.12)
- 内なべの裏側と熱板(ヒーター部)の上に、異物や水分が付いていないか確認する
- 羽根は内なべの軸に向きを合わせて、下までセットする
 - 軸
 - ・周りに材料くずや調味液などが付いていないこと
 - ・羽根の穴と向きを合わせる



・軽く触ると先端で約6~8cm動きます。

- 蒸し板は平らな面を上にして取り付ける
 - ・蒸し調理のときは、先に水を入れてから取り付ける
- 羽根や蒸し板を使うコース、メニュー(P.18、38、39)
- 内ふたがセットされていることを確認する

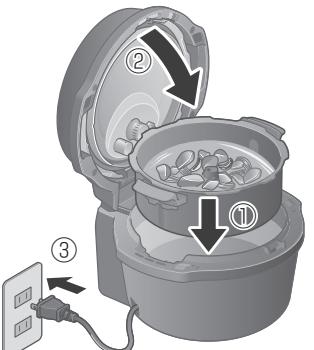
3 材料を入れる

- 禁止材料は入れない(P.10)
- 材料は、「MAX」の線(豆類、麺類など、煮炊きで分量が増える物のときは、水分と合わせて「豆類MAX」の線)を超えて入れない



- 材料は水分の多い物から入れ、上から調味液や水をまわしかける
- 自動メニューの材料の入れ方は、レシピブック、専用アプリレシピの指示に従う
- あと入れの材料は入れない
- 材料は内なべに均等に入れる
- 軸の上に材料がのると、羽根を取り付けても混ざりません。

4 内なべを入れ、ふたをしてロックする



- ①内なべは左右同時に力チッと音がするまで押し込む(P.12)
- ・内なべの周囲の水分などはふき取る
- ・内なべを正しくセットしないと、加熱開始できません。「U10」を表示(P.54)
- ②ふたを閉め、ハンドルを回してロックする(P.12)
 - ・ふたがきちんと閉まっているか確認する
 - ・ハンドルの印を本体の□に合わせていると、ふたは閉まりません。
- ③電源プラグをコンセントに差し込む

■ふたを開けて調理をするとき

- 「炒め」「煮詰め」「加熱」で水分を飛ばして調理したいときはふたを開けて調理できます。
- ふたを開けて調理できるコースでも、コースや調理時間などを設定して調理開始するときは、ふたを閉める

5 コースや調理時間などを設定し、スタートする

- (例)自動メニュー「ビーフシチュー」のとき
 - ①「自動メニュー」が選択されていることを確認し、OKを押す



- ②<>で「メニューリスト」を選び、OKを押す
- ③<>で「ビーフシチュー」を選び、OKを押す
- ④<>で分量を選び、OKを押す
- ⑤<>で予約するかしないかを選び、OKを押す
- ⑥予約時は、<>で何時間後に仕上げるかを設定し、OKを押す
- ⑦STARTを押す(加熱開始)

- 手動調理のときは、圧力や火加減、混ぜる頻度、調理時間を設定する(P.22~37)
- 残時間表示が減り始めるタイミングはコースによって異なります。(P.18、19、41)

■調理／保温を中止したいとき

- CANCELを約1秒長押しする
→調理／保温が中止されます。

- ふたを開けて調理／保温中に、誤ってCANCELを約1秒長押ししたときは、再度CANCELを押さないと中止しません。

■圧力表示中にやむを得ずふたを開けるとき(P.11)

- レシピブックや専用アプリレシピにない調理がしたいとき
手動調理を使う

6 出来栄えを確認する



- ブザーが鳴ったら、表示部を確認する
- 内なべと羽根、蒸し板は熱いので触らない
- 内なべの持ち手は熱い場合があるので、乾いたふきんやミトンなどを使う
- 羽根を取り付けた場合、羽根のない部分の調理物から取り出す

■加熱延長するとき

- ①下記の画面が表示されているときにSTARTを押す



[START] で加熱延長

- ②<>で時間を設定し、OKを押す

- ③STARTを押す

- ・コース、メニューによって加熱延長できる時間は異なります。(P.18、19、38、39)

■保温について(P.37)

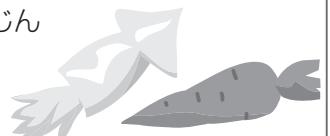
■調理が終わったとき

- 加熱延長や保温が不要になったら、CANCELを約1秒長押しし、内なべを取り出す

圧力調理

調理のポイント

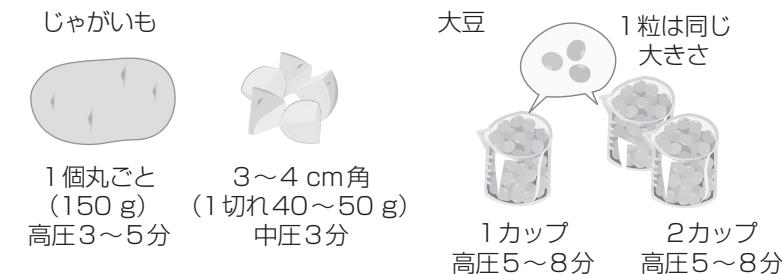
■ 圧力は「素材」と「調理の目的」で選ぶ

| | 「素材」で | 「調理の目的」で |
|-------------------------------------|--|--|
| 高圧 100 kPa ゲージ圧 (約 120 °C) | <ul style="list-style-type: none"> ●かたい物 ●火の通りにくい物 (素材例) すね肉、すじ肉、かたまり肉、 くり、たけのこ、 玄米、大豆、 黒豆  | <ul style="list-style-type: none"> ●肉の骨ばなれをよくする ●魚の骨までやわらかく煮る ●野菜をやわらかく煮る ●かたい材料(すじ肉など)を やわらかく煮る (調理例) <ul style="list-style-type: none"> ・牛すじカレー ・いわしのしょうが煮 →レシピブック参照  |
| 中圧 70 kPa ゲージ圧 (約 115 °C) | <ul style="list-style-type: none"> ●やわらかい物 ●火の通りやすい物 (素材例) 赤身肉、えび、いか、たこ、 さといも、大根、 白米、もち米、 金時豆、さつまいも、 じゃがいも、 にんじん  | <ul style="list-style-type: none"> ●肉のパサつきを抑えて やわらかく煮る ●形をくずさず煮る ●やわらかく煮含める (調理例) <ul style="list-style-type: none"> ・ビーフシチュー →レシピブック参照 |
| 低圧 20 kPa ゲージ圧 (約 105 °C) | <ul style="list-style-type: none"> ●煮くずれしやすい物 ●特に火の通りやすい物 ●特にやわらかい物 (素材例) キャベツ、 かぶ、なす  | <ul style="list-style-type: none"> ●形をくずさず煮る ●歯ごたえを残す |

調理のポイント

■ 時間は、「素材」と「大きさ」で決める

- 同じ素材でも、1個(1切れ)の大きさで時間が変わります。
量に関係なく、1個が小さい方が短い設定時間で火が通ります。



- 記載されている時間設定は目安ですので、できあがりやお好みで調節してください。
(ため: 時間設定を短く/やわらかめ: 時間設定を長く)

- 手動排気を行うと、行わない場合より少しかためになります。
(内なべの中の温度が早く下がり、減圧時間が短くなるため)

■ 切り方のポイント

- ①同じ素材は、同じ大きさに切る
- ②違う素材を一度に調理するときは、火の通りやすい素材を大きめに切る
→(例)にんじんは小さく、じゃがいもは大きく



- 粘りけの出る物(さといもなど)は、「豆類MAX」の線まで多く入れると、調味液が膨張し、ふきこぼれやすくなります。

■ 材料は水分の多い物から入れる

たまねぎなど水分の出やすい野菜→その他の野菜→肉・魚→その他の材料→調味液の順に入れます。

■ 調味料と水はよく混ぜて溶かしてから加える

味付けのムラや調理不良が起きにくくなります。

■ 味付けは薄めに

圧力調理中はふたを開けて味見ができないので、味付けを薄めに。
圧力調理のできあがり後、必要に応じて「煮込み」「煮詰め」調理で煮詰めながら、味を調えます。

■ アルコールは煮切っておくか、圧力調理後に飛ばす

圧力調理はアルコールが飛びにくいので、気になるときはあらかじめ煮切って使うか、または圧力調理後、「煮込み」「煮詰め」「加熱」を使ってください。

圧力調理 (つづき)

調理のポイント

■材料と調味液は必ず200 g以上入れて調理する

調理量が少なすぎると、圧力が安定しません。

●煮汁は蒸発しにくく焦げ付くこともないので、煮汁が少なくてもやわらかく煮えます。

■キッチンペーパー(ペーパータオル、キッチンタオル)を落としぶたに

キッチンペーパーの落としぶたで表面全体をおおうと、材料全体に調味液がしみ込みやすくなります。

アクが出やすい料理は、落としぶたがアクを吸着して、アク取りができます。

●かき混ぜる調理には使用しないでください。

●落としぶたは、ふたを閉めたときに挟み込まないように、四隅までしっかり調味液につけてください。

キッチンペーパーの落としぶたの作り方



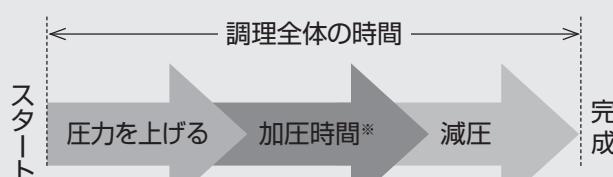
- キッチンペーパーの代わりにクッキングシートやアルミホイル、水や油をはじくシート類は使用しないでください。
 - ・水となじまないシート類は調理中にめぐれ上がり、圧力調整部を塞ぐことがあります。(やけどやけがの原因)

■レシピブックや専用アプリレシピ以外の料理を作るときは、4人分まで

材料が多いと、ふきこぼれことがあります。(シチューなど)

調理にかかる時間は

設定した「加圧時間*」+「20~90分(手動排気をしない場合)」



- 左記の「加圧時間*」は、内なべの中の圧力が一定に上がってからの調理時間を示しています。
 - 圧力が上がるまでの時間や減圧時間は、分量が多いほど長くなります。
 - 減圧中も、余熱でさらに調理が進みます。
 - 手動排気を行うと、減圧時間は短くなります。
- *手動調理の設定時間



- 蒸気口に手や顔を近づけない(やけどやけがの原因)
 - ・減圧中、蒸気口から突然勢いよく蒸気が出る場合があります。
→ 蒸気口をのぞき込まない

設定時間は、下の表を目安に、できあがりや好みで調節してください。
(かため：設定時間を短く／やわらかめ：設定時間を長く)

●同じ素材でも、1個(1切れ)の大きさで時間が変わります。

1個(1切れ)が小さい方が短時間で火が通ります。

●調味液の量は、レシピブックを参考に、好みで加減する



| 材料 | 1個(1切れ)の大きさ・分量の目安 | | 圧力選択 | 設定時間 |
|----|---------------------|----------------------|------|--------|
| 肉 | 牛肉 | 薄切り | 高圧 | 3~5分 |
| | | 角切り・3 cm角 | | 12~20分 |
| | | タン1/3本・300 g* | | 30~40分 |
| | | すじ肉こま切れ | | 10~15分 |
| 豚肉 | 豚肉 | 薄切り | 高圧 | 2~3分 |
| | | 角切り・3 cm角 | | 10~15分 |
| | | バラ肉かたまり・400 g | | 17~20分 |
| 鶏肉 | 鶏肉 | ぶつ切り・40 g | 高圧 | 2~3分 |
| | | 手羽先・1本50 g | | 3~5分 |
| | | 骨付きもも肉・1本200 g | | 5~7分 |
| 魚介 | いわしあじさんま | 1切れ・50 g (身を煮含める) | 中圧 | 3分 |
| | | (骨までやわらかく) | 高圧 | 15~30分 |
| | ぶり | ぶつ切りのあら | 高圧 | 10分 |
| 野菜 | いかたこ | ぶつ切り | 中圧 | 3~5分 |
| | | じゃがいも 丸のまま・150 g | | 3~5分 |
| | | さつまいも 丸のまま・300 g | | 5~7分 |
| | | かぼちゃ 乱切り・50 g | | 3分 |
| 卵 | 卵 | 大根 輪切り・3 cm厚さ | 中圧 | 8~10分 |
| | | (ゆで卵) | 低圧 | 1分 |
| 豆 | 大豆 | (水に一晩つける) | 高圧 | 5~8分 |
| | | (塩水に一晩つける) | | 15~20分 |
| | | 金時豆 (水に一晩つける) | 中圧 | 5~8分 |
| | 小豆 (ゆでこぼしてアクを抜く) | | 高圧 | 12~15分 |

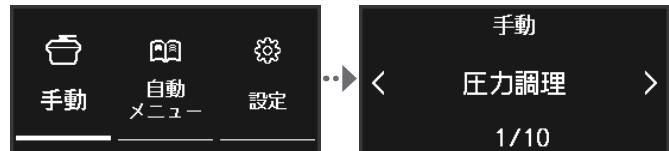
*穴を開けずに調理してふくらんだときは、穴を開けず、自然に空気が抜けるまでお待ちください。

圧力調理 (つづき)

準備: ①圧力調整部が目詰まりしていないことを、必ず確認する(P.46、47)

②調理の仕方とポイント(P.20、21)に沿って、材料の下ごしらえなどを行う

- < > で「手動」を選び、OK を押し、< > で「圧力調理」を選び、OK を押す

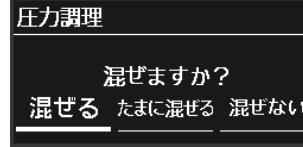


- < > で圧力を選び、OK を押す



素材と調理の目的で選ぶ(P.22)

- < > で混ぜる頻度を選び、OK を押す



料理にあった混ぜ方を選ぶ
 ●混ぜる: 根菜や、調味液が濃く少ない料理など
 ●たまに混ぜる: やわらかい材料や水分の多い料理など
 ●混ぜない: くずれやすい材料やたっぷりの煮汁で煮る料理など

- < > で加圧時間を設定し、OK を押す



設定範囲: 1分~1時間
 ●1~30分: 1分刻み
 ●30分~1時間: 5分刻み
 (押しつづけると早送り)

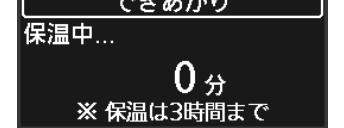
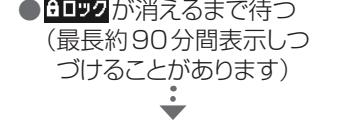
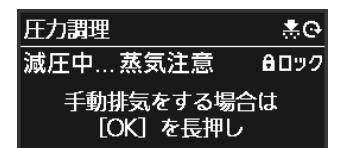
- START を押す

(加熱開始)

ピ一
(8回)

できあがり
●ゆっくりとふたを開けて出来栄えを確認する
ピピッ
(8回)

- START を押す



●手順3で「混ぜる」「たまに混ぜる」を選ぶと

圧力調理

羽根を
セットしましたか?

→羽根を確認して START

●加熱開始後、目標圧力に到達するまでは進み具合が表示されます。

●残り時間は内なべの中が目標圧力に到達すると減ります。

●調理中は本体やハンドルを動かさない(蒸気や調理物がふきだすおそれ)(P.5)

●調理にかかる時間は、設定時間+「20~90分」です。(P.24)

■調理を中止したいとき(P.21)

■減圧中にやむを得ず早めにふたを開けるときは(下記参照)

お願い

●調理量が内なべの半量の線を超えると、ふきこぼれやすいので、手動排気しないでください。

●自動的に保温になります。(最長3時間)

■ 加熱延長するとき(P.21)
(延長時間はP.19)

調理

減圧中にやむを得ず 早めにふたを開けるときは(手動排気)

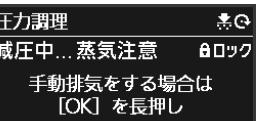
QRコードからも
ご覧いただけます。



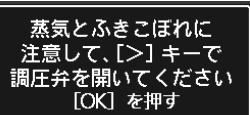
警告

●蒸気口に手や顔を近づけない
(高温の蒸気がふきだし、
やけどやけがの原因)

- 手動排気をする場合は、P.27手順5の加熱終了後(「減圧中」表示中)、OK を約1秒長押しする



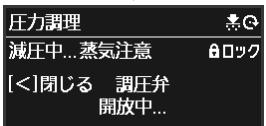
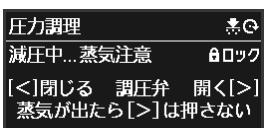
- OK を押す



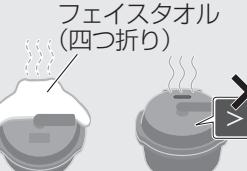
- > を押す
(調圧弁が開き、排気開始)

ピピッ
(8回)

- > を押す
(調圧弁が開き、排気開始)



- 手順3の最初の画面が表示されたら、手順3をくり返す
 • > をつづけて押すことはできません。
 「開く [>]」が表示されるまで、しばらくお待ちください。(P.49)



●蒸気が出たら > は押さず、蒸気口にかたく絞ったタオルを載せる。
 蒸気が出ているときに > を押すと、ふきこぼれます。

●蒸気の勢いが強すぎるときは、< を押して調圧弁を閉じ、蒸気が抜けるまでそのままお待ちください。

●調圧弁を開いたときに「コポコポ」「ブシュブシ」などの異音がしたら、ふきこぼれの前兆です。

→ < を押して、調圧弁を閉じてください。
 (調圧弁を閉じないと、ふきこぼれます)

• < は2回までしか押せません。
 2回押したあとは、蒸気が抜けるまで電源

プラグを抜かずにお待ちください。

- ブザーが鳴ったら、蒸気が出でていないことを確認してから、ハンドルを回す
ピピッ
(8回)



煮込み

調理のポイント

- ふきこぼれやすい材料(牛乳、豆乳、チーズなど)や膨張しやすい材料(ねり物など)は、仕上げに入れて火加減「弱」であたためてください。
- 水で戻した乾燥大豆や、さといもなど粘りけの強い材料(ぬめりがあるときはふき取る)は、火加減「弱」から様子を見ながら調理してください。
- おかゆは1合までを火加減「弱」で調理してください。
- 違う素材を一度に調理するときは、火の通りやすい素材を大きめに切る(P.20)

準備：調理の仕方とポイント(P.20、21)に沿って、材料の下ごしらえなどを行う

- 1 < > で「手動」を選び、OKを押し、< > で「煮込み」を選び、OKを押す

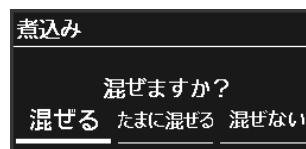


- 2 < > で沸騰後の火加減を選び、OKを押す



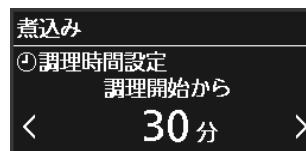
- 料理にあった火加減を選ぶ
 ●弱：煮くずれさせたくない料理や、牛乳などふきこぼれやすい材料を入れたときに
 ●中：煮込み料理などに
 ●強：下ゆでなどに

- 3 < > で混ぜる頻度を選び、OKを押す



- 料理にあった混ぜ方を選ぶ
 ●混ぜる：根菜やとろみのある料理など
 ●たまに混ぜる：やわらかい材料や水分の多い料理など
 ●混ぜない：くずれやすい材料や水分の多い料理など

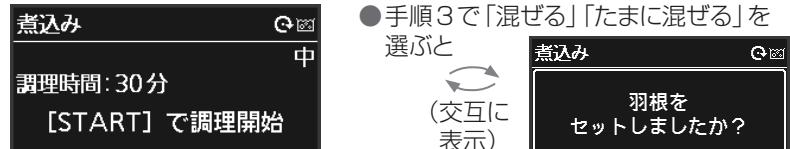
- 4 < > で調理時間を設定し、OKを押す



- 設定範囲：1分～3時間20分
 ●1～30分：1分刻み
 ●30分～1時間30分：5分刻み
 ●1時間30分～3時間20分：10分刻み
 (押しつづけると早送り)

- 5 STARTを押す

(加熱開始)



- 手順3で「混ぜる」「たまに混ぜる」を選ぶと
 烹饪モード表示 (交互に表示)
 羽根をセットしましたか？

- 羽根を確認して START
 加熱中にOKを押すと火加減を変更できます。

■ 調理を中止したいとき (P.21)

- 自動的に保温になります。(最長3時間)
 ■ 加熱延長するとき (P.21)
 (延長時間はP.19)
 ■ ふたが開かないときは (P.31)

お知らせ

- 調理中にふたを開けても調理は継続しますが、温度を保つため、ふたを閉めて調理することをおすすめします。
- ふたを開ける場合は、加熱開始後にSTARTを押して調理を一時停止してから開けてください。
- 5分以内にふたを閉め、STARTで調理再開してください。5分経過すると調理は取り消されます。(「U29」を表示)

無水調理

調理のポイント

材料から出る水分を利用する調理です。(内なべの中には弱い圧力がかかります)
 「圧力調理」の禁止材料や禁止する使い方(P.10、11)を守り、調理のポイント(P.22～24)を確認してください。

- おすすめの材料例：たまねぎ、トマト、なす、トマトの水煮(缶詰)など
- 野菜は繊維を断ち切るように薄切りにしたり細かく切ったりして、水分を出やすくなる
- 酒や塩を少量加えると水分が出やすくなります。水分の出にくい材料を入れる場合は、約50 mLの酒を入れてください。
- 材料は、水分の出やすい野菜→その他の野菜→その他の材料の順で内なべに入れる
- 「混ぜない」を選ぶ場合は、なべ底の $\frac{1}{3}$ 程度の量の材料を、重ねずにすき間をあけて並べる

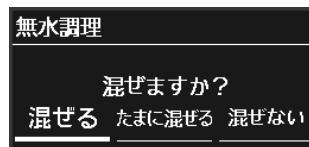
準備：①圧力調整部が目詰まりしていないことを、必ず確認する(P.46、47)

②調理の仕方とポイント(P.20、21)に沿って、材料の下ごしらえなどを行う

- 1 < > で「手動」を選び、OKを押し、< > で「無水調理」を選び、OKを押す

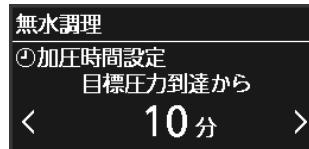


- 2 < > で混ぜる頻度を選び、OKを押す



- 料理にあった混ぜ方を選ぶ
 ●混ぜる：根菜や調味液が少ない料理など
 ●たまに混ぜる：やわらかい材料や水分の多い料理など
 ●混ぜない：くずれやすい材料
 ※「混ぜる」「たまに混ぜる」を選んだ方が、水分が出やすくなっています。

- 3 < > で加圧時間を設定し、OKを押す



- 設定範囲：1分～3時間20分
 ●1～30分：1分刻み
 ●30分～1時間30分：5分刻み
 ●1時間30分～3時間20分：10分刻み
 (押しつづけると早送り)

- 4 STARTを押す

(加熱開始)



- ピー(8回)
 加熱終了(減圧開始)
 ピピッ(8回)
 できあがり
 ●ゆっくりとふたを開けて出来栄えを確認する

- 手順2で「混ぜる」「たまに混ぜる」を選ぶと
 烹饪モード表示 (交互に表示)
 羽根をセットしましたか？
 →羽根を確認して START

以降の表示などは「圧力調理」(P.26、27)の手順5と同じです。

炒め

調理の ポイント

- 揚げ物には使用しない(油は50gまで)
- ふたを開けて調理することもできます。(ふたを開けて調理する場合はその場から離れない)
- ふたを開けた方が、焼き色が付きやすくなります。
- 羽根がまわっているときは、はしやへらなどでかき混ぜない
- 薄切り肉は広げて、ひき肉はほぐして入れてください。
- 羽根を使う場合、
 - 材料は乱切りや角切りにするとうまく混ぜられます。
 - 分量が少なすぎるとうまく混ぜられない場合があります。
- できあがり後、ふたを開けると内ふたのパッキンに水滴がたまります。その状態でふたを閉めると水滴が内なべに入り、油がとびはねるおそれがあります。
 - 内ふたの水滴をふき取ってからふたを閉めてください。
- できあがり時は油がはねることがあります。ゆっくりとふたを開けてください。

準備: 調理の仕方とポイント(P.20、21)に沿って、材料の下ごしらえなどを行う

- 1 <|> で「手動」を選び、OK を押し、<|> で「炒め」を選び、OK を押す



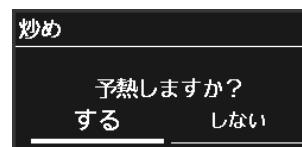
●予熱するときは、材料を入れない

- 2 <|> で火加減を選び、OK を押す



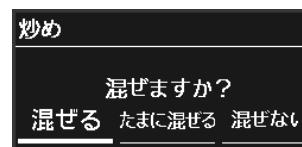
料理にあった火加減を選ぶ
 ●弱: 焦がさずじっくり炒める調理に
 ●中: 「強」が強すぎる場合や「弱」が弱すぎる場合に
 ●強: 高温で炒める調理に

- 3 <|> で予熱の有無を選び、OK を押す



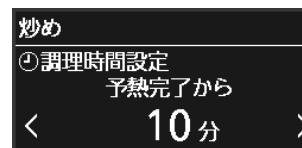
●する: 予熱後に材料を入れるとき
 ●しない: 材料を入れてから加熱するとき

- 4 <|> で混ぜる頻度を選び、OK を押す



料理にあった混ぜ方を選ぶ
 ●混ぜる: くずれにくい材料や調味液をからませたい料理など
 ●たまに混ぜる: 焼き色を付けたい材料など
 ●混ぜない: 自分で混ぜる場合など

- 5 <|> で調理時間を設定し、OK を押す



設定範囲
 ●手順2で火加減「弱」を選んだとき:
 1分~2時間
 • 1~30分: 1分刻み
 • 30分~1時間30分: 5分刻み
 • 1時間30分~2時間: 10分刻み
 ●手順2で火加減「中」「強」を選んだとき: 1~20分(1分刻み)
 (押しつづけると早送り)

- 6 START を押す

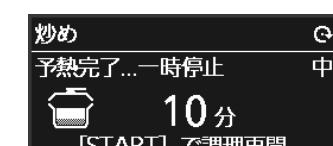
(加熱開始)

(予熱時は) 予熱完了

●ゆっくりとふたを開けて材料を入れ、再度ふたをして、START を押す



●予熱時のみ表示します。



●予熱時のみ表示します。

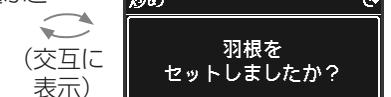
できあがり

●ゆっくりとふたを開けて出来栄えを確認する



[START] で加熱延長

- 手順4で「混ぜる」「たまに混ぜる」を選ぶと



→羽根を確認して START

- 予熱時は、加熱開始後、目標温度に到達するまで進み具合が表示されます。

- 残り時間が減り始めるタイミング
 • 予熱時: 予熱完了のブザーのあと、材料を入れて START を押した直後から

- 予熱なし時: START を押した直後から

- 調理にかかる時間は、予熱の有無にかかわらず設定した時間どおりです。

- 調理時間を1~20分に設定しているときは、加熱中にOK を押すと火加減を変更できます。

■ 調理を中止したいとき (P.21)

- 調理後は保温になりません。

■ 加熱延長するとき (P.21) (延長時間は P.19)

お知らせ

- 加熱開始後に START を押すと調理を一時停止できます。

→5分以内にふたを閉め、START で調理再開してください。

5分経過すると調理は取り消されます。(「U29」を表示)

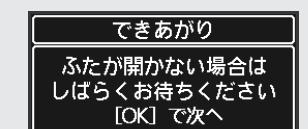
- 調理が終わったら、圧力調整部のお手入れをする(P.44~47)

- 連続で調理するときは、ふたを開けて内なべと内ふたを外し、本体を冷ましてから次の調理をしてください。(P.10)



調理中や調理後などに、ふたが開かないことがあります。

水分が多い材料をふたを閉めて調理すると、内なべの中に弱い圧力がかかり、ふたが開かなくなることがあります。



- 「煮込み」「炒め」「煮詰め」「加熱」のできあがり後や「炒め」の一時停止時などに、ふたが開かないときは
 →蒸気口から蒸気が出なくなってから、ゆっくりとふたを開けてください。

低温調理

調理のポイント

■ 低温調理とは？

材料を水にひたした状態で、水の温度を約35～90℃の低温に保つことで調理する方法です。
下記の注意事項を必ずお守りください。守らないと加熱不足になり、食中毒のリスクが高くなります。



■ 調理の前に

- 内なべや器具は、食品用アルコールまたは焼酎などのアルコール濃度が高いお酒を含ませたキッチンペーパーでふくなどして、消毒してからお使いください。
- 水は必ず常温の物を使用してください。
- 水の分量は以下の目安を守ってください。
 - ・容器を使用する場合（茶わん蒸し、プリンなど）：容器の2/3が水につかる状態になる量
 - ・容器を使用しない場合：材料が完全に水につかる状態になる量
- 厚みのある肉は観音開きにして厚みを調整してください。
- 材料は新鮮な物を使用し、生の肉や魚を取り扱う際には手袋などを直接触れないようにしてください。
- 材料は調理直前まで冷蔵庫に入れておいてください。チルド室やパーシャル室に入れてあつた材料は、20分程度冷蔵庫の外に出しておいてから使用してください。
- 冷凍の材料は使えません。必ず解凍してから使用してください。



■ 調理時は

- 本製品の低温調理は、水の中で加熱する使い方を前提としているため、水以外の物を直接加熱して調理することはしないでください。
- 肉や魚などを調理する場合は、最初に材料を直接蒸し板の上に並べ、材料がつかるまで常温の水を入れてください。
- 途中で水や材料の追加はしないでください。
- 次の場合は、新しい水に替え、本体をよく冷ましてから調理してください。
 - ・途中で調理を止めて再開するとき
 - ・調理後につづけて別の調理をするとき

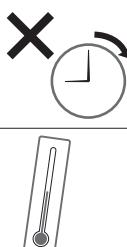
■ 調理後は

- 加熱延長をする場合、水や材料の追加はしないでください。
- 調理後は長時間置かずに水の中から取り出してください。
ただし、肉のしっとりとした食感を増すために20～30分程度置くことはできます。
- 調理した物はその日のうちに食べきってください。

低温調理で気をつけるポイント

生の肉や、生食用ではない魚には、食中毒の原因になる菌やウイルスが付着している可能性があります。
安全に調理するためには、温度と加熱時間の管理が大切です。

| | |
|-----------|---|
| 菌などを増やさない | 20～40℃は、食中毒の原因になる菌などが繁殖しやすい温度です。 → 材料は、冷蔵庫から出したら短時間で調理しましょう。 |
| やっつける | 材料の中心温度を「63℃で30分以上」または「75℃で1分以上」加熱する必要があります。 → 十分に加熱をしましょう。 |



準備：調理の仕方とポイント(P.20、21)に沿って、材料の下ごしらえなどを行う

- 1 < > で「手動」を選び、OKを押し、< > で「低温調理」を選び、OKを押す



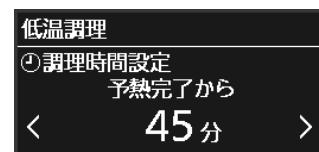
- 2 < > で温度*を設定し、OKを押す



* 温度設定の数値は、材料の中心温度ではありません。

料理にあつた数値を設定する
● 70：温泉卵など
● 80：茶わん蒸し、プリンなど
設定範囲：35～90
● 35～65：1刻み
● 65～90：5刻み
(押しつづけると早送り)

- 3 < > で調理時間を設定し、OKを押す



設定範囲：1分～3時間20分
● 1～30分：1分刻み
● 30分～1時間30分：5分刻み
● 1時間30分～3時間20分：10分刻み
(押しつづけると早送り)

- 4 STARTを押す

(加熱開始)

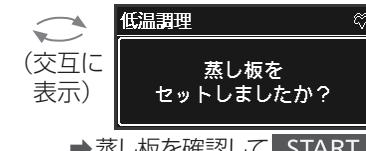
できあがり
● ゆっくりとふたを開けて出来栄えを確認する
ピー(8回)



設定温度
(調理温度とは異なる場合があります)



[START] で加熱延長



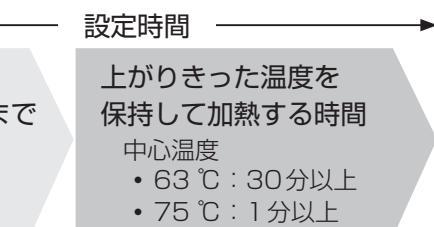
→ 蒸し板を確認して START

● 残り時間は、内なべの中の温度が上がると減ります。内なべの温度が上がるまでに10～20分かかります。
■ 調理を中止したいとき(P.21)

● 調理後は保温になりません。
■ 加熱延長するとき(P.21)
(延長時間はP.19)

設定温度は高め、
調理時間は長めに設定して
ください。

- ・ 温度設定の数値は、材料の中心温度ではありません。
- ・ 材料の種類、大きさ、厚みによって、加熱に必要な温度や時間が変わります。
- ・ 材料や調理環境、水量、水温によっては、調理温度が上がりにくことがあります。



※自動メニュー「サラダチキン」で、鶏むね肉(約250g、厚さ約3cm)を調理するとき

圧力蒸し／蒸し

調理のポイント

圧力蒸し

- 必ず専用の蒸し板を使用し、水を200 mL入れてください。
- 茶わん蒸しなどの容器は、高さ6.2 cm以下の物をお使いください。
- 高温で中までやわらかくしたいとき
- 大豆など小さい材料は、蒸し板の上にクッキングシートを敷き、その上にのせてください。
- 「圧力調理」の調理のポイントも参照してください。(P.22~24)

蒸し

- ふつら蒸し上げたいとき
- 蒸し時間15分以内で調理できるような火の通りやすい材料を選びましょう。
- プリンなどの卵料理は、余熱を利用することで、緩やかに火が通ります。

設定時間の目安

圧力蒸し

設定時間は、下の表を目安に、できあがりやお好みで調節してください。

- 設定時間を短くするとかために、長くするとやわらかめになります。
- 同じ素材でも、1個(1切れ)の大きさで時間が変わります。
1個(1切れ)が小さい方が短時間で火が通ります。

| 材料 | 1個(1切れ)の大きさ・分量の目安 | | 圧力選択 | 設定時間 |
|----|-------------------|----------------------------------|------|--------|
| 肉 | 牛肉 | かたまり・400 g・厚さ4 cm以下 | 高圧 | 20~30分 |
| | 豚肉 | 肩ロースかたまり・400 g・厚さ4 cm以下 | | 15~20分 |
| | 鶏肉 | 骨付きもも肉・1本200 g | | 5~7分 |
| 野菜 | じゃがいも | 丸のまま (十字に切り込みを入れる) | 高圧 | 8~13分 |
| | | 1個100 g未満 | | 10~15分 |
| | さつまいも | 丸のまま (繊維に沿って端から端まで4本切り込みを入れる) | | 10~15分 |
| | | 直径4 cm未満 | | 15~20分 |
| | くり | 鬼皮付き | | 5~10分 |
| 豆 | とうもろこし | 輪切り・5 cm長さ | 中圧 | 5分 |
| | さといも | 丸のまま (上下を切り落とす) | | 4~10分 |
| | | 1個60 g未満 | | 10~15分 |
| 豆 | 大豆 | (水に一晩つける) | 高圧 | 5~8分 |
| | 黒豆 | (水に一晩つける) | | 20分 |

蒸し

| 材料 | 設定時間 |
|-----------------|------------------|
| 肉まん、しゅうまいのあたため | 15分 |
| 茶わん蒸し、プリンなどの卵料理 | 2~5分 +余熱放置15分 |

準備：①「圧力蒸し」時は、圧力調整部が目詰まりしていないことを、必ず確認する(P.46、47)
 ②調理の仕方とポイント(P.20、21)に沿って、材料の下ごしらえなどを行う
 ③内なべに常温の水200 mLを入れ、蒸し板をセットし、蒸し板の上に材料を並べる



(例)「圧力蒸し」を選ぶとき

- < > で「手動」を選び、OKを押し、< > でコースを選び、OKを押す



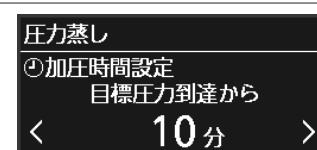
- 「蒸し」を使うときは「蒸し」を選んでください。

- 「圧力蒸し」のときは、< > で圧力を選び、OKを押す



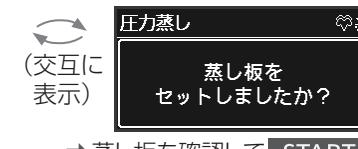
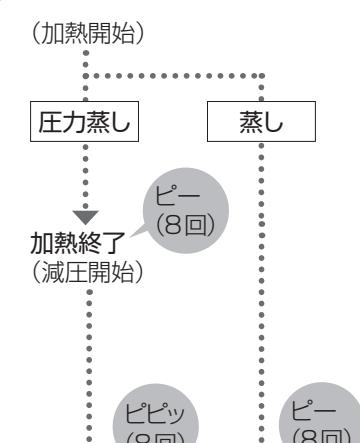
- 素材に応じて圧力を選ぶ
 - 中圧：やわらかい物、火の通りやすい物
 - 高圧：かたい物、火の通りにくい物

- < > で加圧時間または調理時間を設定し、OKを押す



- 設定範囲
 - 圧力蒸し：1分～1時間
 - 1～30分：1分刻み
 - 30分～1時間：5分刻み
 - 蒸し：1～15分(1分刻み)
- (押しつづけると早送り)

- STARTを押す



→蒸し板を確認してSTART

以降の表示などは「圧力調理」(P.26、27)の手順5と同じです。

- 調理にかかる時間は
 - 圧力蒸し：設定時間+「20~45分」
 - 蒸し：設定時間+「5~8分」
- 調理後は保温になりません。
- 「蒸し」時は加熱延長できません。
- 「圧力蒸し」で加熱延長するときや、「蒸し」をくり返して行うときは、残った水を捨て、新しい水を200 mL追加してください。
- 熱いうちに内なべや調理物、容器を取り出すときは(P.21)

煮詰め／加熱

調理のポイント

煮詰め

- ふたを開けて調理することもできます。(ふたを開けて調理する場合はその場から離れない)
- 羽根がまわっているときに、はしやへらを入れない
- 粘りけの強い材料(さといもなど)は、火加減「弱」から様子を見ながら加熱してください。
- 調理後、煮詰めて水分を飛ばすときに
- 煮詰めることでかたくなる材料(魚など)やくずれやすい材料(いも類など)は、材料を取り出して煮汁を煮詰めてください。
- ふきこぼれやすい料理(カレー、シチューなど)は、火加減「弱」または「中」で様子を見ながら煮詰めてください。
- 火加減「強」はふたを開けて煮詰めてください。

加熱

- 調理後の追加加熱に
- 一定の火力で加熱したいときに
- 自動メニューで、作業時にあと入れの材料を入れ忘れたときに

準備：調理の仕方とポイント(P.20、21)に沿って、材料の下ごしらえなどを行う

(例)「煮詰め」を選ぶとき

- 1 < / > で「手動」を選び、OK を押し、< / > でコースを選び、OK を押す

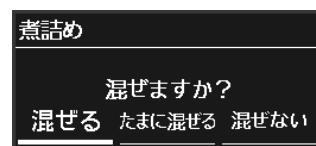


●「加熱」を使うときは「加熱」を選んでください。

- 2 < / > で火加減を選び、OK を押す

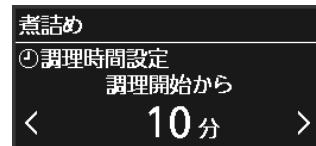


- 3 < / > で混ぜる頻度を選び、OK を押す



料理にあった混ぜ方を選ぶ
 ●混ぜる：根菜やとろみのある料理など
 ●たまに混ぜる：やわらかい材料や水分の多い料理など
 ●混ぜない：くずれやすい材料や水分の多い料理など

- 4 < / > で調理時間を設定し、OK を押す



設定範囲
 ●煮詰め：1～30分(1分刻み)
 ●加熱：1分～1時間
 • 1～30分：1分刻み
 • 30分～1時間：5分刻み
 (押しつづけると早送り)

- 5 START を押す

(加熱開始)

できあがり
 ●ゆっくりとふたを開けて出来栄えを確認する
 ピー(8回)



お知らせ

- 加熱開始後に START を押すと調理を一時停止できます。
 →5分以内にふたを閉め、START で調理再開してください。
 5分経過すると調理は取り消されます。(「U29」を表示)

保温

調理後、保温したいときに

- 1 < / > で「手動」を選び、OK を押し、< / > で「保温」を選び、OK を押す



- 12時間後に自動的に保温終了します。
- 保温を切るとき
 内なべに調理物が残っていない状態で
 ①CANCELを約1秒長押しする
 ②電源プラグをコンセントから抜く

- 2 START を押す

(保温開始)



お願ひ

- ごはん類、青野菜などは保温しないでください。
 (露やにおい、変色の原因)
- 保温時間が長くなると、においや変色、食感の悪化の原因となります。保温は1時間程度をおすすめします。

お知らせ

- 保温状態が12時間つづくとインフォメーション画面を表示し保温が切れます。(P.53)
- ふたを開けたままにしていると、5分ごとにブザーが鳴り、30分経過すると保温が切れます。(P.54)

選べるメニュー

自動

- 下記のメニューリストはお買い上げ時の状態です。専用アプリからお好みで登録／変更できます。(P.17)
- 本体には30件のメニューを登録できます。お買い上げ時はNo.26～30には登録されていません。

| No. | メニュー | 圧力 | 分量選択 | 総調理時間 目安 ^{*1} | 予約 ^{*2} | 加熱 延長 ^{*3} | 調理後 の保温 | 付属品 | 作業 (できあがり まで ^{*4}) |
|-----------------|------|-------|---------|---------------------------|------------------|------------------------|------------|-----|------------------------------------|
| 1 ポークカレー | なし | 2人分 | 約35分 | | ○ | ○ | ○ | ひ | — |
| | | 4人分 | 約35分 | | | | | | |
| | | 6人分 | 約45分 | | | | | | |
| 2 無水カレー | あり | 2人分 | 約35分 | | ○ | ○ | ○ | ひ | — |
| | | 4人分 | 約40分 | | | | | | |
| | | 6人分 | 約50分 | | | | | | |
| 3 牛すじカレー | あり | 2人分 | 約55分 | | ○ | ○ | ○ | ひ | — |
| | | 4人分 | 約1時間 | | | | | | |
| | | 6人分 | 約1時間10分 | | | | | | |
| 4 肉じゃが | なし | 2人分 | 約35分 | | ○ | ○ | ○ | ひ | — |
| | | 4人分 | 約40分 | | | | | | |
| | | 6人分 | 約45分 | | | | | | |
| 5 角煮 | あり | 4人分 | 約1時間50分 | | ○ | ○ | ○ | ひ | (約16分) |
| | | 6人分 | 約1時間50分 | | | | | | |
| 6 筑前煮 | なし | 2人分 | 約35分 | | ○ | ○ | ○ | ひ | — |
| | | 4人分 | 約35分 | | | | | | |
| | | 6人分 | 約40分 | | | | | | |
| 7 さばのみぞ煮 | なし | 2人分 | 約15分 | | — | ○ | ○ | なし | — |
| | | 4人分 | 約20分 | | | | | | |
| | | 6人分 | 約25分 | | | | | | |
| 8 かぼちゃの 煮物 | なし | 2人分 | 約25分 | | — | ○ | ○ | ひ | — |
| | | 4人分 | 約30分 | | | | | | |
| | | 6人分 | 約35分 | | | | | | |
| 9 いわしの しょうが煮 | あり | 2人分 | 約50分 | | ○ | ○ | ○ | なし | — |
| | | 4人分 | 約55分 | | | | | | |
| | | 6人分 | 約1時間 | | | | | | |
| 10 きんぴら ごぼう | なし | 2人分 | 約15分 | | — | ○ | — | ひ | — |
| | | 4人分 | 約20分 | | | | | | |
| | | 6人分 | 約25分 | | | | | | |
| 11 麻婆豆腐 | なし | 2人分 | 約15分 | | — | ○ | — | ひ | (約4分) |
| | | 4人分 | 約15分 | | | | | | |
| | | 6人分 | 約20分 | | | | | | |
| 12 炒飯 | なし | 1人分 | 約10分 | | — | ○ | — | ひ | — |
| | | 2人分 | 約10分 | | | | | | |
| | | 3人分 | 約15分 | | | | | | |
| 13 海鮮の XO醤炒め | なし | 1人分 | 約10分 | | — | ○ | — | ひ | — |
| | | 2人分 | 約10分 | | | | | | |
| | | 3人分 | 約15分 | | | | | | |
| 14 野菜炒め | なし | 1人分 | 約10分 | | — | ○ | — | ひ | — |
| | | 2人分 | 約10分 | | | | | | |
| | | 3人分 | 約10分 | | | | | | |
| 15 塩ゆで豚 | あり | 600 g | 約1時間20分 | | ○ | ○ | ○ | なし | — |

| No. | メニュー | 圧力 | 分量選択 | 総調理時間 目安 ^{*1} | 予約 ^{*2} | 加熱 延長 ^{*3} | 調理後 の保温 | 付属品 | 作業 (できあがり まで ^{*4}) |
|-------------------|------|-------|---------|---------------------------|------------------|------------------------|------------|-----|------------------------------------|
| 16 クリーム シチュー | なし | 2人分 | 約35分 | | ○ | ○ | ○ | ひ | (約6分) |
| | | 4人分 | 約40分 | | | | | | |
| | | 6人分 | 約45分 | | | | | | |
| 17 ビーフシチュー | あり | 2人分 | 約1時間35分 | | ○ | ○ | ○ | ひ | (約30分) |
| | | 4人分 | 約1時間40分 | | | | | | |
| | | 6人分 | 約1時間45分 | | | | | | |
| 18 ミートソース | なし | 2人分 | 約25分 | | ○ | ○ | ○ | ひ | — |
| | | 4人分 | 約40分 | | | | | | |
| | | 6人分 | 約55分 | | | | | | |
| 19 あめ色玉ねぎ | なし | 3個 | 約1時間5分 | | — | ○ | — | ひ | — |
| | | 4個 | 約1時間10分 | | | | | | |
| | | 5個 | 約1時間20分 | | | | | | |
| 20 ポテトサラダ | なし | 4人分 | 約30分 | | — | ○ | — | ひ | — |
| | | 5人分 | 約30分 | | | | | | |
| | | 6人分 | 約35分 | | | | | | |
| 21 ペンネ・ アラビアータ | あり | 2人分 | 約40分 | | — | ○ | — | ひ | — |
| | | 3人分 | 約40分 | | | | | | |
| | | 4人分 | 約40分 | | | | | | |
| 22 サラダチキン | なし | 1枚 | 約1時間20分 | | — | ○ | — | ひ | — |
| | | 2枚 | 約1時間25分 | | | | | | |
| | | 3枚 | 約1時間30分 | | | | | | |
| 23 玄米 | あり | 2合 | 約1時間10分 | | ○ | — | — | なし | — |
| | | 3合 | 約1時間15分 | | | | | | |
| | | 4合 | 約1時間15分 | | | | | | |
| 24 黒豆 | あり | 100 g | 約1時間15分 | | — | ○ | ○ | なし | — |
| | | 200 g | 約1時間20分 | | | | | | |
| | | 300 g | 約20分 | | | | | | |
| 25 大学いも | なし | 400 g | 約25分 | | — | ○ | — | ひ | — |
| | | 500 g | 約25分 | | | | | | |



メニューはお好みで編集できます</

メニューで作る

自動

メニューと分量を選びだけで、自動で調理できます。

準備：調理の仕方とポイント（P.20、21）に沿って、材料の下ごしらえなどを行う

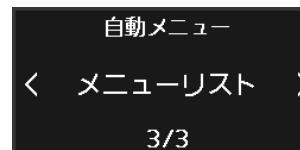
（例）メニューリストから「ビーフシチュー」を選ぶとき

1 OK を押す



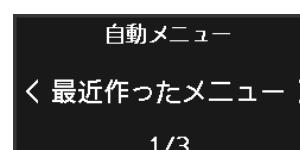
●「自動メニュー」が選択されていることを確認する

2 < > で「メニューリスト」を選び、OK を押す



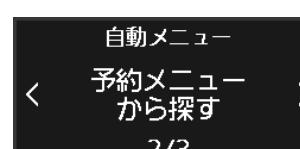
●メニューリストに登録されていないメニューは表示されません。

●最近作った自動メニュー（10件）からも選べます。
→「最近作ったメニュー」を選ぶ



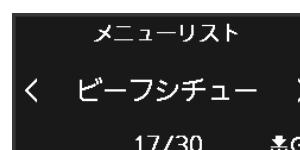
●調理の履歴がないときは選べません。

●予約できるメニューからも選べます。
→「予約メニューから探す」を選ぶ



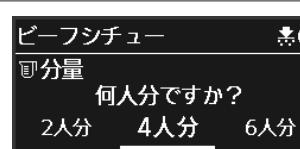
●予約できるメニューがメニューリストに登録されていないときは選べません。

3 < > でメニューを選び、OK を押す



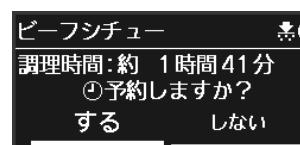
●START を押すと、QRコードが表示されます。専用アプリからスキャンすると、レシピの詳細を表示します。

4 < > で分量を選び、OK を押す



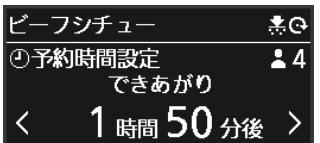
●分量が選択できないメニューでは表示されません。
●表示されていない分量を作るとき（例）2人分／4人分／6人分が表示されているメニューの場合
●3人分作るとき…「4人分」を選ぶ
●5人分作るとき…「6人分」を選ぶ
※1人分は「1人分」表示のあるメニュー以外は作れません。

5 < > で予約するかしないかを選択し、OK を押す



●予約できないメニューでは表示されません。
●専用アプリからは最新のメニュー情報が送信されるため、総調理時間目安（P.38、39）と異なる場合があります。

6 予約時は、< > で何時間後に仕上げるかを設定し、OK を押す



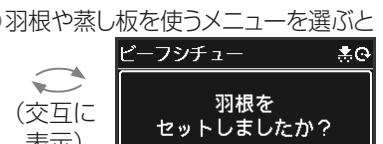
●予約は15時間後までです。

7 START を押す

(加熱開始)



●羽根や蒸し板を使うメニューを選ぶと(交互に表示)



●START を押して調理を開始すると、調理の残時間が表示されます。調理中に作業があるメニューは、調理全体の残り時間と、作業までの残り時間が交互に表示されます。

■ 調理を中止したいとき（P.21）

作業
●調理の途中で材料を入れるメニューは、ゆっくりとふたを開けて、作業後、再度ふたをして、START を押す



できあがり
●ゆっくりとふたを開けて出来栄えを確認する



お願い

●自動メニューでは、作業時以外はふたを開けないでください。
ふたのロックが解除されると調理が止まります。

お知らせ

●作業のタイミングをお知らせするブザーが鳴ったあと、5～10分以内に作業をしてください。（待機時間はメニューによって異なります）
・作業を忘れるとき、調理が再開されて終了します。
→あと入れの材料を入れ忘れたときは（P.49）

予約したときの調理の流れ



●炊飯をする調理（玄米など）は運転待機から始まり、予約終了時間が近づくと加熱を始めます。

■ 予約が長時間の場合

●調味料や材料の色合いや風味、食感が変わることがあります。
●材料への味のしみ込みがすすみ、味が濃く感じられることがあります。
→レシピに記載されているポイントも参考にしてください。

設定を変更する

- 画面の明るさなど、より使いやすいように設定を変更できます。
- 設定変更した内容は、電源プラグを抜いても記憶されます。

1 < > で「設定」を選び、OKを押す

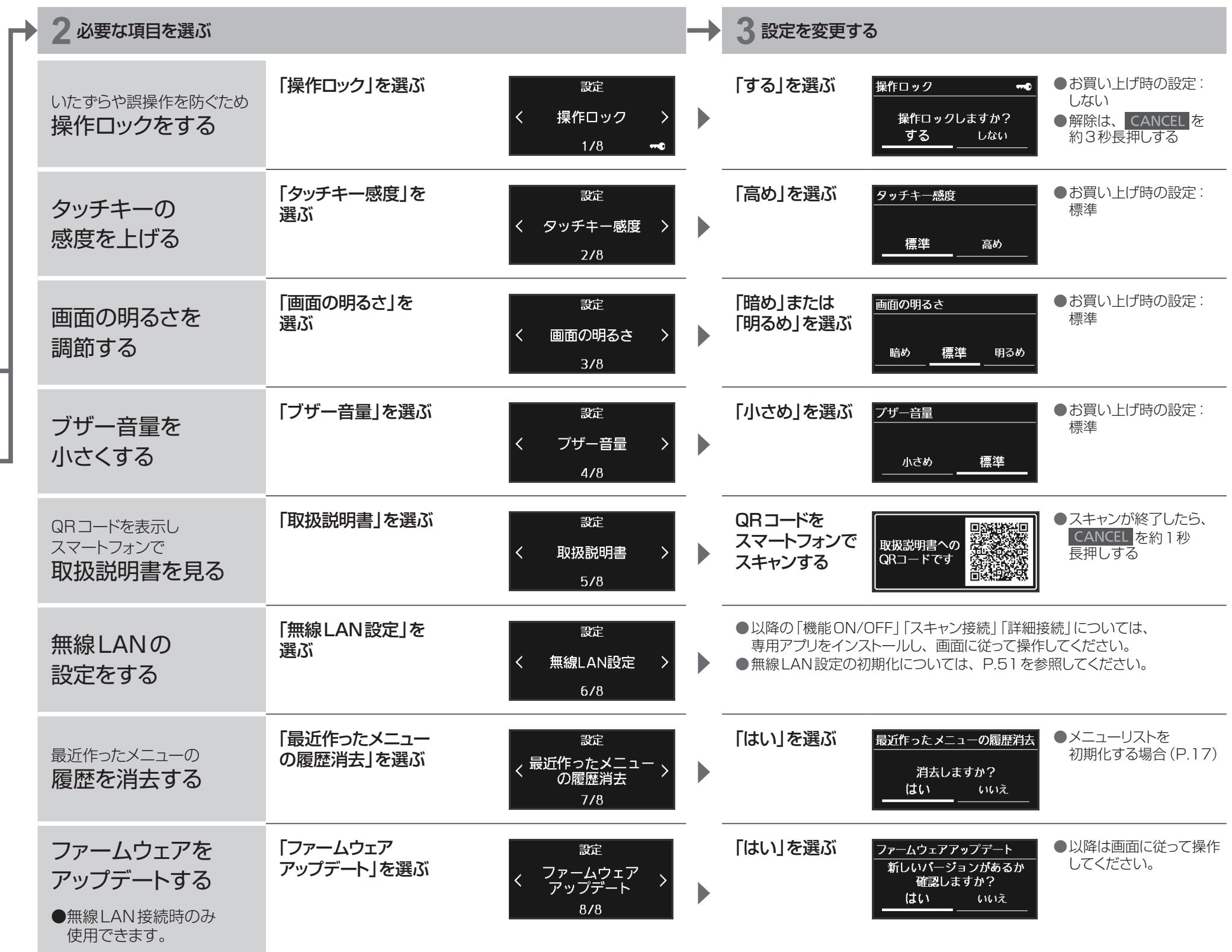


2 < > で必要な項目を選び、OKを押す

3 < > で設定を変更し、OKを押す

4 OKを押す

- 手順2、3の詳細は右記を参照してください。



お手入れする

電源プラグを抜き、本体やお手入れする部品が冷めてから行ってください。

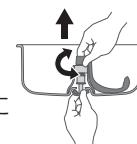
準備する物



初めてお使いのときや 使うたびに洗う

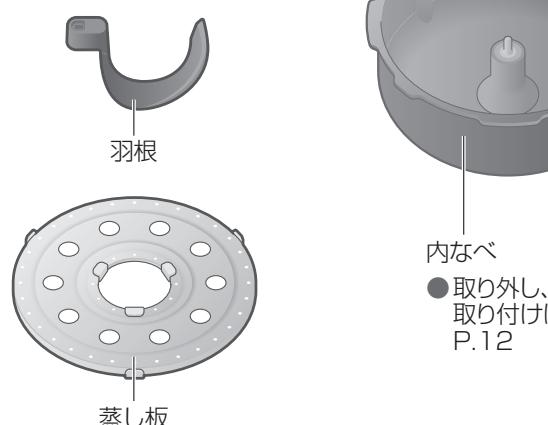


- ①～②の順に取り外し、お手入れ後は逆の手順で取り付ける
- 羽根や蒸し板を使用したときは、内なべから取り外して洗う
- 羽根は穴の周辺を持ってまっすぐ上に外す
・外しにくいときは、左右にまわしてから引っ張る



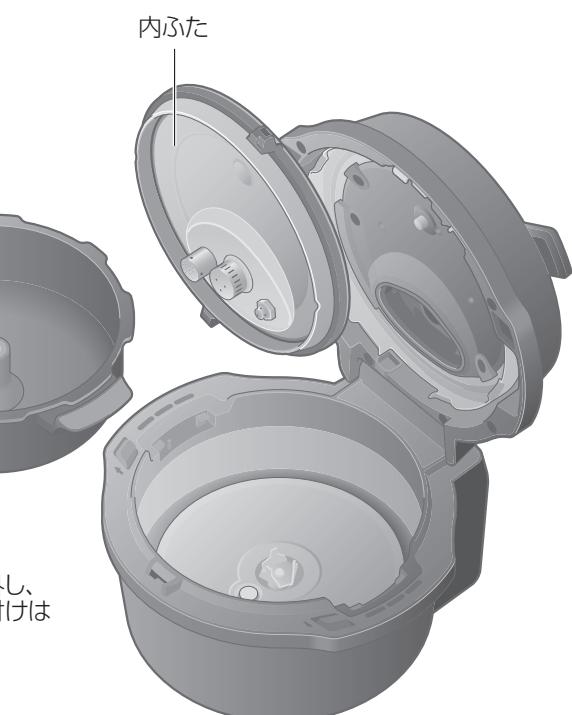
調理をしたあとは

早めにお手入れする
(においや腐敗・さびの原因)



使えない物

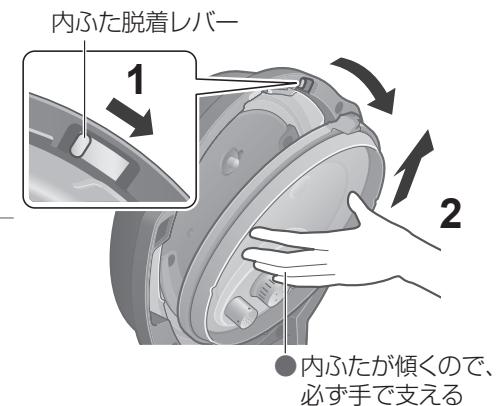
- 金属たわし／ナイロンたわしなど
※熱板(ヒーター部)各センサーは除く
研磨粒子部分で洗わない
- ベンジン／シンナー／磨き粉／漂白剤／洗浄用除菌アルコールなど
- 食器洗い乾燥機／食器乾燥器



取り外すときは

- 1** 内ふたに手を添えながら、内ふた脱着レバーを右に動かす

- 2** 引き抜く



取り付けるときは

- 1** 内ふたの圧力調整部に、
圧力表示ピンカバーとノズルキャップが取り付けられていることを確認する



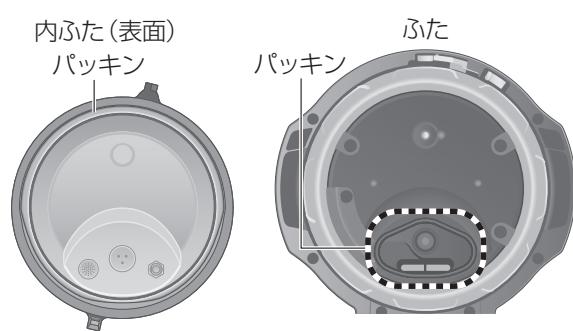
- 2** 圧力調整部を下にして溝に差し込む

- 3** ふた側に「カチッ」と音がするまで押し込む

- 確実に取り付けないと、内ふたが落下するおそれがあります。

パッキンは取り外さないでください

- 取り外すと、蒸気漏れや調理物がふきだす原因になります。
- 無理に引っ張ったり、先のとがった物で突いたりしないでください。
(パッキンが傷むと、調理物がふきだすおそれ)
- ふたと内ふたのパッキンは、お客様自身で交換できません。
→お買い上げの販売店へご連絡ください。
・内ふたセットは購入できます。(P.58)



お手入れする

お手入れする

(つづき)

電源プラグを抜き、本体やお手入れする部品が冷めてから行ってください。

かたく絞ったふきんでふく

毎回



本体

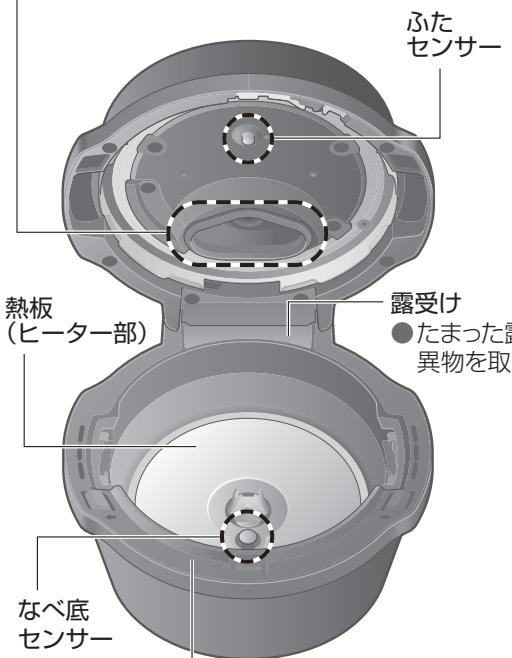


蒸気口・操作部

- 水や汚れ・異物を取り除く

ふた内面・パッキン

- 内ふたを外したあとのパッキンと内側のくぼみは、やさしく丁寧にふいてください。(材料のにおいや腐敗の原因)



ふたセンサー

熱板(ヒーター部)

露受け
●たまつた露や異物を取り除く

なべ底センサー

- 調味料などが付着したときは早めにふく(さびの原因)

熱板(ヒーター部)・

ふたセンサー・なべ底センサー

- 汚れが落ちにくいときは、台所用中性洗剤を含ませたナイロンたわしで軽く磨いてからふいてください。

やわらかいスポンジで洗う

(台所用中性洗剤を使う)

毎回



内ふた・内なべ・
羽根・蒸し板

お願い

- 内なべを洗いおけ代わりに使わないでください。(内面フッ素加工が剥がれる原因)
- すぎは必ず流水で行ってください。
 - ・ぬるま湯を使うと、汚れが落ちやすくなります。
- 洗ったあとは、乾いた布でふいてください。

内ふた(圧力調整部/パッキン)の洗い方

圧力表示ピンカバー

- 反時計まわりにまわして外す
- 穴の詰まりを取り除く

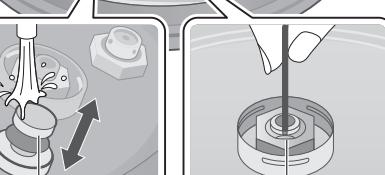
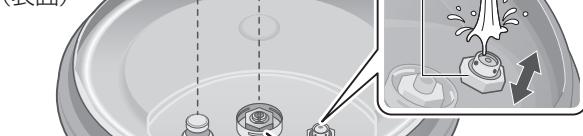
ノズルキャップ

- まっすぐ引き抜く
- 穴と側面(スリット)の詰まりを取り除く

安全弁

- 動かして流水で洗う

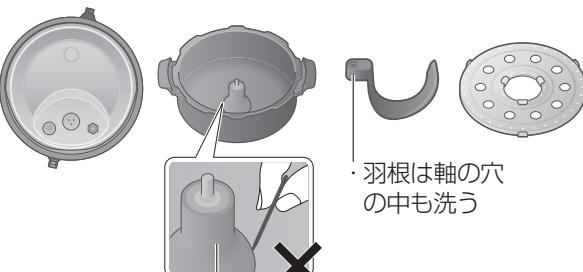
内ふた
(表面)



- 圧力表示ピン
●ピンを上下に動かしながら流水で洗う
- ノズル
●穴が詰まっているときは、竹串、ようじなどで取り除く

パッキン(外せません)

- 内側に汚れが残りやすいためやさしく丁寧に洗ってください。(材料のにおいや腐敗、蒸気漏れ、調理物がふきだす原因)
- においが気になるときは、内なべに水を入れ、一度煮沸してください。(P.47)

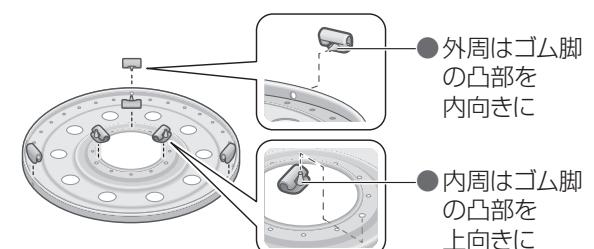


羽根は軸の穴
の中も洗う

・軸や軸のすき間は、先のかたいもので
突かない(シリコンのへらなどを使う)

蒸し板の洗い方

- ゴム脚(6個)は取り外して洗う
- 洗ったあとは必ずすべてのゴム脚を取り付ける(蒸し板裏面の穴に合わせてはめこむ)



●外周はゴム脚の凸部を内向きに
●内周はゴム脚の凸部を上向きに

- 材料の色素やアクなどが付着して変色することがあります。洗っても完全には取れませんが、性能や人体への影響などの問題はありません。

内なべやパッキンのにおいが取れない、
内ふたや蒸気口の汚れが落ちにくいとき
内なべで水を煮沸し、においや汚れを取りやすくします。

■準備

内なべに水を入れ、
本体にセットする

- 水量の目安: 豆類MAX
- 水以外は入れない
(蒸気漏れや調理物がふきだす原因)



■操作

- P.36を参照して「手動」→「加熱」→「火加減「中」」→「混ぜない」を選び、
調理時間を「45分」に設定する

- START**を押す(加熱開始)
 - ブザーが鳴ったら、ゆっくりとふたを開ける
 - 内なべのお湯が冷めたら、
内ふたと内なべを洗う

お知らせ

- カレー粉などのにおいが強いスパイスや材料によっては、においや汚れが取れないことがあります。

よくあるお問い合わせ

■うまくできない、おいしくない…と思ったら

| Q 質問 | A 答え |
|---|---|
| うまくできない (生煮え／煮えすぎ／水っぽい／焦げる／芯がある／火力が弱い／味がしみ込まない) | <ul style="list-style-type: none"> ● 設定時間や火加減、水の量を間違えた ● 熱板(ヒーター部)やなべ底センサーに異物が付いている ● 内なべが傾いてセットされている(P.12) ● 調圧弁が正しく取り付けられていない(P.50) ● 羽根を取り付け忘れた、正しく取り付けていない ● 調味料が完全に溶けていない ● 肉など水分の少ない食材を先に入れた ● 「無水調理」で、材料から水分が出なかった → 水分が出にくい材料の場合は、約50 mLの酒を入れる |
| 蒸気が漏れる (内なべとふたのすき間から) | <ul style="list-style-type: none"> ● 内ふたを正しく取り付けていない(P.45) ● 内なべ・内ふた・ふた・パッキン・圧力表示ピンに異物が付いている ● 内なべ・内ふた・ふた・パッキンにへこみや傷がある ● 落としぶたのキッチンペーパーが内ふたと内なべの間に挟まっている・キッチンペーパーが表面全体をおおっていないキッチンペーパーを重ねて使っている(P.24) |
| 蒸気が漏れる (蒸気口から) | <ul style="list-style-type: none"> ● 圧力のかかり始めや、食材の量、種類によっては、圧力が安定せず蒸気口からわずかに蒸気が漏れたり、水滴が飛んだりすることがあります。 → 圧力調整部をお手入れしてください。(P.46、47) |
| 煮汁がふきだす (蒸気口から) | <ul style="list-style-type: none"> ● ノズルキャップをセットしていない(P.4) ● ふたが確実に閉まっていない(P.12) ● ノズルキャップや調圧弁が目詰まりしている(P.46、47) ● 材料や水の量が多くすぎた(P.10) ● 「圧力調理」「無水調理」で、手動排気してはいけない料理の調理中に手動排気をした(P.11) ● 禁止材料を入れた(P.10) ● クッキングシートなど禁止されている物を使った(P.11) ● 圧力が残っているときに、ふたを開けた(P.11、26、27) ● 設定時間や火加減を間違えた |

■使い方は？ どうすれば？ …と迷ったら

| Q 質問 | A 答え |
|---------------------------------|--|
| レシピの材料は変更できますか？ | <ul style="list-style-type: none"> ● 肉の部位などは変更できる場合もありますが、食感などは変わってきます。 |
| 冷凍の材料は使えますか？ | <ul style="list-style-type: none"> ● 煮込みや煮物で肉、魚の冷凍品は使用できます。 (圧力のかかる調理では使用できません) ● 出来栄えは生の材料と変わります。 ● 加熱が足りていない場合、加熱延長してください。 ● 材料は、レシピ記載のサイズに切って、重ならないように冷凍してください。 ● 厚みやサイズが大きいレシピでは、生の材料よりも火の通りが悪くなります。 ● 調理時はかたまりのまま入れず、ばらして入れてください。 ● ひき肉はバラ凍結の物を使用してください。 |
| あと入れの材料を間違って最初から入れてしまった | <ul style="list-style-type: none"> ● ふきこぼれのおそれがあります。一度材料を取り出して、入れ直してください。 → 取り出せない場合は、手動調理の「加熱」で火加減「中」で加熱し、様子を見ながら調理してください。沸騰しそうになったら、火加減を「弱」にしたり、ふたを開けたりして、ふきこぼれないように注意してください。 |
| ふたが閉まらない | <ul style="list-style-type: none"> ● ハンドルの印を本体の[▲]に合わせていると、ふたは閉まりません。 |
| 予約できない | <ul style="list-style-type: none"> ● 手動調理や、予約できない自動メニューを選んだ |
| 予約したのにすぐに調理が始まる | <ul style="list-style-type: none"> ● 一度材料を加熱したあと、予約時間にできあがるように保温して待機します。(P.41) |
| 音がする | <ul style="list-style-type: none"> ● 「カチッカチッ」音…電子回路や圧力制御の動作音です。 ● 「ボン」「パン」などの破裂音…内なべの裏側に水滴が付いたまま調理した場合に、内なべと熱板(ヒーター部)の間で水が蒸発する音です。 → 調理前になべ底に水滴が付いていたら、ふき取ってください。 |
| 手動調理中に火加減を確認したい | <ul style="list-style-type: none"> ● 手動調理の「煮込み」「炒め」「煮詰め」「加熱」の画面右上に表示されます。  |
| 作業時にあと入れの材料を入れ忘れた | <ul style="list-style-type: none"> ● 手動調理の「加熱」(P.36)で調理してください。ふきこぼれに注意し、ふきこぼれやすい材料は火加減を「弱」にするなど調節してください。 |
| 「減圧中」の表示が消えない | <ul style="list-style-type: none"> ● 圧力が抜けて温度が下がると表示が消えます。(蒸気が出なくなつてからしばらくの間、「減圧中」の表示がつづきます) |
| 「減圧中」と表示されているが、蒸気が出てこない | <ul style="list-style-type: none"> ● 蒸気が出始めるまでに10分程度かかる場合がありますが、故障ではありません。分量や圧力の高さ、調理の種類によって、減圧にかかる時間は異なります。蒸気口に顔や手を近づけずにお待ちください。 |
| 手動排気中に「開く[>]」が表示されない | <ul style="list-style-type: none"> ● 少しづつ蒸気を出すため、次の「開く[>]」表示にしばらく時間がかかります。 ● 一度「[<]閉じる」を押すと、ふきこぼれを防ぐため、「開く[>]」は再表示されません。 |
| 圧力がかかる調理をしていないのに、ふたが開かない | <ul style="list-style-type: none"> ● 蒸気口から蒸気が勢いよく出ているときは、ふたが開けにくいう場合があります。蒸気の勢いが弱まってからゆっくりとふたを開けてください。 |
| ふたを開けると露が落ちる | <ul style="list-style-type: none"> ● 高温で調理するため、調理中の蒸気がふたにつきます。 → 露受けや上枠などについた露はふき取ってください。 |
| 保温にならない | <ul style="list-style-type: none"> ● 保温にならないコースや自動メニューを選んだ |

QRコードから、
詳しいサポート情報を
ご覧いただけます。

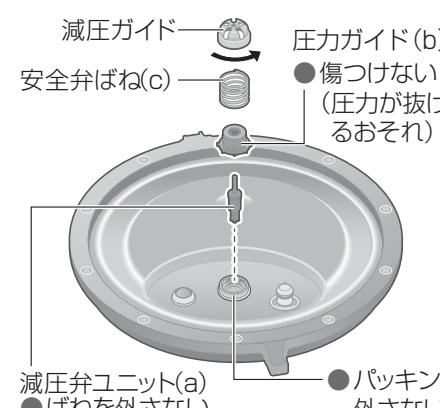


よくあるお問い合わせ

必要なとき

よくあるお問い合わせ (つづき)

■使い方は? どうすれば? …と迷ったら(つづき)

| Q 質問 | A 答え |
|-----------------------------------|--|
| 炒めたあと、つづけて煮ることはできますか? | ● 手動調理の「炒め」で炒めたあと、常温の調味液を多めに入れ、内なべの温度が下がると、手動調理の「煮込み」「圧力調理」などができます。「圧力調理」で「U50」が表示される場合は、本体と内なべを冷ましてください。(P.10、54) |
| 操作部が反応しづらい | ● タッチキーの感度を調節してください。(P.42、43) |
| ふたと本体の間にすき間ができる | ● 圧力がかかると、ふたと本体の間のすき間が広がります。異常ではありません。 |
| 調理中に停電した | ● 調理中に停電したことを、停電から復帰したあとお知らせします。 調理は自動的に再開しませんので、調理の状態に応じて再度調理を行う場合は、自動メニューは使わず手動調理で設定することをおすすめします。 |
| 操作部で排気できない | ● ハンドルをふたロック解除の方向に動かすと排気ができます。 ふたの開け閉めの手順に従ってください。(P.12) ● ふきこぼれやすい食材は、本体が冷めるのを待ってハンドルを操作してください。 |
| パッキンの変色やにおいが取れない | ● 内なべに水を入れ、一度煮沸してください。(P.47) →お手入れしてもにおい気になるときは、内ふたセットを購入できます。(P.58) |
| 時間表示が変わらない | ● START を押していない ● 蒸気が漏れている →本体内ふたと内なべを正しく取り付けているか、ふたがきちんとロックされているかを確認してください。(P.20、21、45) ● 内なべの中の圧力または温度が上がっていない →圧力が上がる、または温度が上がるまでお待ちください。 ● 圧力をかける調理中、減圧がうまくできないと一時的に減圧が止まります。その間、残時間表示は変わりません。圧力調整部の目詰まりなどで減圧完できないと、調理を中止して「U31」を表示します。 |
| 調圧弁が動きにくい／汚れやにおいが気になる／「U31」が表示された | 下記の手順でお手入れしてください。 ・ 部品をなくさないように注意してください。なくした場合は購入できます。(P.58)  <p>① 減圧ガイドを軽く押しながら、反時計まわりにまわして外す ② 中の部品を取り出し、汚れを取り ③ 中の部品をa→b→cの順に取り付け、減圧ガイドを閉める(正しく取り付けないと、圧力が抜けるおそれ) ● 中の部品や減圧ガイドは、まっすぐはめる ● 減圧ガイドは最後までしっかりと閉める ④ 減圧弁ユニットがスムーズに動くか確認する</p> |



QRコードから、
詳しいサポート情報を
ご覧いただけます。



■無線LAN機能について

| Q 質問 | A 答え |
|-------------------------------------|--|
| 対応端末 | ● 対応OSについては、Android™ OSバージョン8.0以上、iOSバージョン13.0以上のスマートフォンをご利用できます。(2022年10月現在) ただし、すべてのスマートフォンで、専用アプリの動作を保証するものではありません。 |
| 初期接続 | ● 専用アプリはタブレット端末でも見られますが、スマートフォンに合わせたサイズでアプリを作成しているため、画面が見にくいう場合があります。 |
| その他 | ● 専用アプリをインストールし、アプリに従って接続してください。(P.14、15) |
| 接続する無線LANルーターを変更したいとき | ● 無線LANルーターについて(P.14) ● すべての無線LANルーターについての動作保証はしていません。(モバイルルーターも動作保証はしていません) お困りの場合は、「アプリの初期設定に関するお問い合わせ」へお問い合わせください。(裏表紙参照) |
| 必要なとき | ● 無線LANの設定中、専用アプリ画面にオートクッカーのMACアドレスが表示されます。 |
| 必要なとき | ● 次のようなときは、「設定」→「無線LAN設定」→「無線LAN初期化」をしてください。(下記参照) ・ オートクッカーを廃棄または譲渡するとき ・ 不正アクセスによる使用が疑われるとき ・ 専用アプリを使用中、動作に異常があったとき ・ オートクッカーとスマートフォンの接続をやめるとき |
| 必要なとき | ● 登録しているオートクッカーをタップし、画面下部の「無線LANを再設定する」から再接続してください。 |
| ■ 無線LAN設定の初期化の仕方 | |
| 無線LAN接続の設定をすべて工場出荷時の初期設定に戻すことができます。 | |
| 1 P.42を参照して、「設定」→「無線LAN設定」を選択 | 2 < > で「無線LAN初期化」を選び、OKを押す |
| 3 < > で「はい」を選び、OKを押す | ● 初期化終了後、画面の指示に従ってOKを押す ● 無線LAN初期化をすると、無線LAN接続の設定が工場出荷時の初期設定に戻ります。 ● 無線LANに再度接続するときは、専用アプリの無線LANを再設定するか、アプリに従って、再接続をする |

よくあるお問い合わせ (つづき)

■無線LAN機能について(つづき)

| Q 質問 | A 答え |
|---------------------------------|---|
| 専用アプリは無料ですか? | ●無料です。ただし、インストールやサービスのご利用には、別途通信料がかかります。 |
| 家族それぞれのスマートフォンから専用アプリを使いたい | ●お一人ずつCLUB Panasonicの会員になって、それ専用アプリをインストール後、画面に従って家電登録をしてください。 |
| 専用アプリに2台以上のオートクッカーを登録できますか? | ●2台目以降のオートクッカーも、1台目と同様に初期接続をしてください。家電登録時にそれぞれ区別しやすい名前を付けることをおすすめします。 ●複数台の登録はできますが、専用アプリと連携できるオートクッカーは1台のみです。「家電登録」から連携するオートクッカーを選択してください。 |
| 家族で同じIDを使っても大丈夫ですか? | ●CLUB Panasonicの会員利用規約では、お一人ずつ会員になっていただくことをおすすめしています。 |
| 会員情報の更新を求められ、ログインできない | ●専用アプリは会員情報を最新の状態にしておく必要があります。画面の案内に従って操作してください。 |
| パスワードを忘れた | ●ログイン画面から「パスワードを忘れた場合はこちら」に進んでください。 |
| 無線LAN接続、家電登録をしないと使えませんか? | ●無線LANルーターとの接続や家電登録をしないと、専用アプリからのメニューの送信などはできません。 |
| 専用アプリの動作がおかしい | ●スマートフォンがインターネット接続できる状態になっていますか。インターネットが使えない環境では専用アプリを利用できません。 |
| 専用アプリで見たメニューが、本体のメニューリストに表示されない | ●専用アプリの一部のレシピには、アプリからオートクッカーにメニューを送信することで初めて使える「アプリ限定」のメニューなどがあります。本体にメニューを送信してください。(P.16) |
| 専用アプリからメニューを送信したのに、調理開始できない | ●メニューを送信後、5分以内に本体の「START」を押して調理開始してください。「START」を押さずに5分経過するとトップ画面に戻ります。 →専用アプリからメニューを再度送信してください。 |
| 家電登録したのにオートクッカーにメニューを送れない | ●オートクッカーを使いになる自宅内のルーターと接続しましたか?別のルーターと接続された場合は、メニューの送信ができません。ご自宅のルーターで再接続をしてください。 |

こんな表示が出たら

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。CANCEL長押しで、調理は中止され、トップ画面に戻ります。

| インフォメーション画面 | ここを確認! |
|-------------|---|
| | ●調理の工程であとから入れる材料を、最初から入れるとふきこぼれの原因になり大変危険です。材料は正しい順番で入れてください。(P.49) |
| | ●手動調理の「炒め」で調理時間を21分以上に設定した場合、加熱中に火加減を変更できません。(温度が上がりすぎないようにするため) |
| | ●本体が高温になると、安全上のため本体の温度を下げる工程が入ります。その間、調理が止まるため全体の調理時間が長くなることがあります。調理性に大きな影響はありません。 |
| | ●材料のあと入れなど、作業が必要なレシピに表示されます。作業の間は調理が一時停止します。作業が終わったら、ふたを閉めハンドルの印を本体の「」に合わせてから「START」を押してください。作業をしなくても、一定の時間が経過すると、自動で調理が再開します。(メニューによって、調理再開のタイミングは異なります) |
| | ●調理中に材料などが羽根に挟まつたため、羽根をまわさずに調理しました。 →「OK」を押し、ふたを開けて羽根に挟まつた材料を取り除いたあと、調理物の出来栄えに応じて手動調理で様子を見ながら調理してください。 |
| | ●作業で材料を入れたあと、「START」を押し忘れた ●あと入れの材料を加えなかった(P.49) |
| | ●圧力調整部が詰まりして減圧できません。本体の温度が下がるまでそのままお待ちください。 →「U31」が表示されたときはお手入れしてください。(P.50) |
| | ●保温時間が一定の時間以上過ぎると表示され、保温が切れます。(P.37) |
| | ●オートクッカーが無線LANに接続したときや、「ファームウェアアップデート」(P.42)を実行したときに、新しいバージョンのファームウェアが見つかりました。 →「OK」を押し、画面に従って操作してください。 |

故障かな?

お問い合わせや修理を依頼される前にご確認ください。
[CANCEL]長押しで、調理は中止され、トップ画面に戻ります。

●「U□□」表示の例 — U10

内なべを正しく
入れてください。

| 症状 | 原因 |
|-----|---|
| U10 | <ul style="list-style-type: none"> ●内なべは正しくセットされていますか? →左右同時にカチッと音がするまで内なべを押し込む(P.12) そのままの状態で、5分経過すると「U29」が表示され調理が中止されます。 |
| U15 | <ul style="list-style-type: none"> ●ふたが開いていませんか? →ハンドルの印を本体の[■]に合わせていると、ふたは閉まりません。ふたを正しく閉め、ハンドルをカチッと音がするまで回してロックしてください。 |
| U21 | <ul style="list-style-type: none"> ●ふたが開いていませんか? →ふたを閉め、ハンドルをカチッと音がするまで回してロックしてください。 |
| U22 | <ul style="list-style-type: none"> ●ハンドルの印が本体の[■]に合っている状態で、「昇圧中」「加圧中」の表示中は約10秒、それ以外は約5分経過すると、調理が中止されます。特に、調理中、作業を行った場合やふたを開けて出来栄えを確認した場合は、必ずハンドルをカチッと音がするまで回し、ふたをロックしてください。(P.12) |
| U23 | <ul style="list-style-type: none"> ●専用の内なべ以外のなべを入れていませんか? →専用の内なべを、左右同時にカチッと音がするまで押し込む(P.12) |
| U24 | <ul style="list-style-type: none"> ●ふたを開けた状態がつづくと(調理中:約5分、保温中:約30分)、調理や保温が中止されてこの表示が出ます。 |
| U26 | <ul style="list-style-type: none"> ●ふたを開けられない調理時に、誤ってふたロックを解除しませんでしたか? →すぐにカチッと音がするまでハンドルを回し、ふたをロックすると調理が再開します。(P.12) ロックを解除した状態で、「昇圧中」「加圧中」の表示中は約10秒、それ以外は約5分経過すると、調理が中止されます。 |
| U27 | <ul style="list-style-type: none"> ●「炒め」の予熱完了後、STARTを押しましたか? →再度コースなどを設定してSTARTを押し、予熱完了のブザーが鳴ったら、材料を入れてSTARTを押してください。 |
| U28 | <ul style="list-style-type: none"> ●「蒸し」時に空炊きを防ぐため、調理を中止しました。 蒸し水の量(200 mL)は守ってください。 |
| U29 | <ul style="list-style-type: none"> ●調理中ふたを開けてもよいコースやメニューで、調理を一時停止させた場合、約5分経過すると調理が中止されます。 |
| U31 | <ul style="list-style-type: none"> ●調圧弁の動きが悪かったり、目詰まりしたりしていませんか? →お手入れをしてください。(P.50) →部品の破損時やくり返し表示されるときは、販売店で点検・修理をご依頼ください。 |
| U35 | <ul style="list-style-type: none"> ●なべ底と熱板(ヒーター部)の間に異物が挟まっていますか? →本体が冷めてから異物を取り除いてください。 |
| U39 | <ul style="list-style-type: none"> ●操作部周辺が汚れていますか? →操作部周辺に材料くずや調味液などが付いていると、誤検知して調理を開始できないことがあります。ふたが汚れていたら調理前にふき取ってください。 |

| 症状 | 原因 |
|-----------------------------|---|
| U50 | <ul style="list-style-type: none"> ●連続してご使用される場合、本体や内なべが熱いと調理ができません。一度内なべと内ふたを外し、ふたを開けたまま本体と内なべを冷ましてください。 →本体を冷ます時間を短縮するには(P.10) |
| U53 | <ul style="list-style-type: none"> ●羽根に材料が挟まり、モーターがロックしています。 →ふたを開け、挟まった材料を取り除いてから、再度ふたを閉めてSTARTを押してください。 |
| 無線LAN機能 | <ul style="list-style-type: none"> ●「設定」→「無線LAN設定」→「機能ON/OFF」で「ON」に設定し、専用アプリをご利用時に無線LANルーターと接続されていないときに点滅します。下記の内容をご確認ください。 ルーターと通信できるようになると点灯に変わります。 <ul style="list-style-type: none"> ・ルーターの電源が切れていないか。 ・ルーターの位置がオートクッカーから遠いなど、通信が不安定ではないか。 →点灯に変わらない場合は、設定を再度行ってください。 |
| 無線LANの接続をして、ランプが点灯していたのに消えた | <ul style="list-style-type: none"> ●無線LANが切れたため、再接続が必要です。 <ul style="list-style-type: none"> →再接続を行ってください。 →再接続を行ってもランプが点灯しない場合は、お買い上げの販売店へご連絡ください。 |
| U81 | <ul style="list-style-type: none"> ●オートクッカーと無線LANルーターの接続に失敗しました。 以下をご確認ください。 <ul style="list-style-type: none"> ・ルーターの電源が入っていない→電源を入れる ・ルーターとオートクッカーの距離が遠い→ルーターを近づける ・複数の機器がルーターに接続されている→使っていない機器の電源を切る |
| U82 | <ul style="list-style-type: none"> ●サーバーとの接続に失敗しました。 ●インターネット接続に異常が発生している可能性があります。原因が分からぬ場合はプロバイダーや回線業者、ルーターの製造元にお問い合わせください。 |
| U83 | <ul style="list-style-type: none"> ●「スキャン接続」で接続に失敗しました。接続設定開始より約10分以内に接続できないと、この表示が出ることがあります。 表示がくり返されるときは「詳細接続」で接続してください。 ●「詳細接続」で、ルーターのSSIDまたはパスワードが間違っていますか。ルーターの取扱説明書などをご確認ください。 |
| H□□ | <ul style="list-style-type: none"> ●電源プラグを抜き、30秒以上あけてから再度差し込んで「H□□」が表示された場合は故障です。 →お買い上げの販売店に、表示内容(「H」の後の2桁の数字)をお知らせのうえ修理をご依頼ください。 |

故障かな?

必要なとき

こんなときは、お買い上げの販売店で点検・修理を!

- 内なべの底が凸凹になっている
- ふたやパッキンにへこみや傷がある
- P.48~55を確認して、原因を取り除いても直らない
- 「H□□」が表示された

無線LAN/Bluetooth®使用上のお願い

■ 使用周波数帯

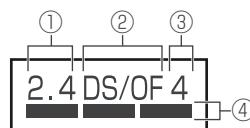
無線LANは2.4 GHz帯、Bluetooth®は2.4 GHz帯の周波数帯を使用しますが、他の無線機器も同じ周波数を使っていることがあります。

他の無線機器との電波干渉を防止するため、下記事項に留意してご使用ください。

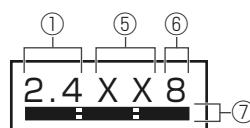
■ 周波数表示の見方

周波数表示は、定格銘板に記載しています。

無線LANの周波数表示の見方



Bluetooth®の周波数表示の見方



① 2.4 GHz帯を使用

② 変調方式がDSSSとOFDM方式

③ 電波与干渉距離40 m以下

④ 2.4 GHz～2.4835 GHzの全帯域を使用し、かつ移動体識別装置の帯域を回避可能であること を意味する

⑤ 変調方式がその他の方式

⑥ 電波与干渉距離80 m以下

⑦ 2.4 GHz～2.4835 GHzの全帯域を使用し、かつ移動体識別装置の帯域を回避不可であること を意味する

使用上の注意事項

この機器の使用周波数帯域では、電子レンジなどの産業・科学・医療機器のほか、工場の製造ラインなどで使用される移動体識別用の構内無線局（免許を要する無線局）および特定小電力無線局（免許を要しない無線局）、ならびにアマチュア無線局（免許を要する無線局）が運用されています。

1. この機器を使用する前に、近くで移動体識別用の構内無線局および特定小電力無線局ならびにアマチュア無線局が運用されていないことを確認してください。

2. 万一、この機器から移動体識別用の構内無線局に対して有害な電波干渉の事例が発生した場合には、すみやかに場所を変更するか、または

電波の使用を停止したうえ、下記連絡先にご連絡いただき、混信回避のための処置など（たとえば、パーティションの設置など）についてご相談ください。

3. その他、この機器から移動体識別用の特定小電力無線局あるいはアマチュア無線局に対して有害な電波干渉の事例が発生した場合など何かお困りのことが起きたときは、次の連絡先へお問い合わせください。

連絡先：パナソニック株式会社
「アプリの初期設定に関するお問い合わせ」
(裏表紙)

■ 機器認定

- 電波法に基づく小電力データ通信システムの無線局の無線設備として工事設計認証を受けています。本製品を使用するときに無線局の免許は必要ありません。
- 電気通信事業法に基づく端末機器の設計についての技術適合認定を受けています。本製品を使用するときに電気通信事業者の検査は必要ありません。
ただし、以下の行為を行うことは、電波法で禁止されています。
 - 分解／改造する。
 - 品質表示ラベルに記載している適合表示を消す。

■ 使用制限

使用にあたり、以下の制限がありますのであらかじめご了承ください。
制限をお守りいただけなかった場合、および無線LANの使用または使用不能から生じる付随的な損害などについては、当社は一切の責任を負いかねます。

- 日本国内でのみ使用できます。
- 利用権限のない無線ネットワークには接続しないでください。

無線ネットワーク環境の自動検索時に利用する権限のない無線ネットワーク（SSID*）が表示されることがあります、接続すると不正アクセスと見なされるおそれがあります。

- 磁場、静電気、電波障害が発生する所で使用しないでください。
次の機器の付近などで使用すると、通信が途切れたり、速度が遅くなることがあります。
 - 他の無線LAN機器
 - その他の2.4 GHz帯の電波を使用する機器（デジタルコードレス電話機、ワイヤレスオーディオ機器、ゲーム機、パソコン周辺機器など）

■ 電波が反射しやすい金属物など

※無線LANで特定のネットワークを識別するための名前のことです。このSSIDが双方の機器で一致した場合、通信可能になります。

■ セキュリティ対策

- 無線LANは電波を使ってデータを送受信するため、不正なアクセスを受けるおそれがあります。データの安全を確保するため、セキュリティ対策を行ってください。（P.14 無線LANブロードバンドルーター 参照）セキュリティ対策を実施せず問題が発生した場合、当社は一切の責任を負いかねますのでご了承ください。
- 無線LANルーターのパスワード（暗号化キー）は、無線LANルーターの取扱説明書を参照して、セキュリティに配慮して設定してください。
- 以下の場合は、本機の「無線LAN初期化」（P.51）をしてください。
 - 廃棄したり、第三者に譲渡する場合。
 - 第三者から譲渡された場合、第三者からの不正アクセスなどを防ぐため。

■ ファームウェアについて

● 本機は、機能追加・改善、セキュリティ機能の強化などを目的に、インターネットを通じて当社のファームウェアアップデートサーバーに接続し、自身のファームウェアを自動で最新版に更新する機能を持っています。当該更新により、利用者が使用されるファームウェアの機能の追加、削除等の変更がされる場合があります。
更新内容については下記のサイトをご覧ください。
https://panasonic.jp/cooking/app_update.html

更新中は無線通信が一時中断されるため、通信が途切れたり、速度が遅くなったりすることがあります。

- ファームウェアの解析、改造は行わないでください。

■ 無線LANルーター

- すべての無線LANルーターおよび住宅環境の無線LAN接続、性能は保証できません。
JATE等による技術基準適合認定を受けた無線LANルーターをご使用ください。また、コンクリート、鉄筋、金属が使われている建造物内、障害物の近く、同じ周波数を利用する無線通信機器の近くでは、電波が届かなくなったり、電波が途切れたりすることがあります。
- 本製品の無線LANは1～13チャンネルに対応しています。
これ以外のチャンネルに設定されている無線LANルーターとは通信できません。

著作権など

- App StoreはApple Inc.のサービスマークです。
- iPhoneは、米国および他の国々で登録されたApple Inc.の商標です。iPhoneの商標は、アイホン株式会社のライセンスに基づき使用されています。
- iOSは、Apple Inc.のOS名称です。iOSは、Cisco Systems, Inc.またはその関連会社の米国およびその他の国における登録商標または商標であり、ライセンスに基づき使用されています。
- AndroidおよびGoogle PlayはGoogle LLC.の商標または登録商標です。
- “WPA™”および“WPA2™”および“WPA3™”は、“Wi-Fi Alliance®”の商標です。
- Bluetooth®のワードマークおよびロゴは、Bluetooth SIG, Inc.が所有する登録商標です。



- パナソニック株式会社は、これらのマークをライセンスに基づいて使用しています。その他の商標およびトレードネームは、それぞれの所有者に帰属します。
- その他、本書に記載されている各種名称、会社名、商品名などは各社の商標または登録商標です。なお、本文中では™、®マークは一部記載していません。

■ ソフトウェアについて

本製品は、以下の種類のソフトウェアから構成されています。

- (1) パナソニック株式会社（以下パナソニック）により、またはパナソニックのために開発されたソフトウェア
- (2) 第三者が保有しており、パナソニックにライセンスされたソフトウェア
- (3) 条件に基づきライセンスされたオープンソースソフトウェア

上記(3)に分類されるソフトウェアは、これら単体で有用であることを期待して頒布されますが、「商品性」または「特定の目的についての適合性」についての默示の保証をしないことを含め、一切の保証はなされません。

詳細は、パナソニックのウェブサイトに掲載している「ソフトウェアライセンスについて」をご確認ください。

https://panasonic.jp/cook/p-db/NF-AC1000_manuall0_05.html



仕様

| | |
|-----------|---------------------------|
| 電源 | 交流 100 V / 50-60 Hz |
| 定格消費電力 | 1290 W |
| 容量 | 満水容量 4.2 L |
| | 最大調理容量 2.4 L |
| | 最大炊飯容量 900 mL (米用5カップ) |
| コードの長さ(約) | 1.0 m |
| 質量(約) | 8.2 kg |

| | | |
|------------|----------|---------------------------------------|
| 大きさ (約) | 幅 | 33.3 cm |
| | 奥行 | 33.6 cm |
| | 高さ | 26.0 cm |
| | ふたを開けたとき | 幅 33.3 cm 奥行 40.0 cm 高さ 49.3 cm |
| | | |

- 圧力調整装置作動圧力 100 kPa ゲージ圧力
- 消費電力は最大時に消費する電力容量です。
- 電源が“切”の状態での消費電力は、約 0.8 W です。
(電源プラグを接続した状態)
- この製品は、日本国内用に設計されています。
電源電圧や電源周波数の異なる外国では、使用できません。また、アフターサービスもできません。

別売品



内なべ

- 品番: AFA12-201-KO
- メーカー希望小売価格: 19,800円(税込み)



内ふたセット

- 品番: AFC98-201-K1
- メーカー希望小売価格: 14,300円(税込み)
- ノズルキャップ、圧力表示ピンカバー、調圧弁付き



羽根

- 品番: AFB33-201-KO
- メーカー希望小売価格: 6,050円(税込み)



蒸し板

- 品番: AFA32-201-S0
- メーカー希望小売価格: 3,740円(税込み)
- ゴム脚付き



ノズルキャップ

- 品番: AFG18-201
- メーカー希望小売価格: 2,420円(税込み)



圧力表示ピンカバー

- 品番: AFG95-201
- メーカー希望小売価格: 2,640円(税込み)



減圧ガイド

- 品番: AFG15-201
- メーカー希望小売価格: 3,080円(税込み)



安全弁ばね

- 品番: AFG43-2012
- メーカー希望小売価格: 550円(税込み)



圧力ガイド

- 品番: AFG14-201-K0
- メーカー希望小売価格: 1,320円(税込み)



減圧弁ユニット

- 品番: AFG92-201-OS
- メーカー希望小売価格: 550円(税込み)

販売店やパナソニックの家電製品直販サイトでお買い求めいただけます。
詳しくはパナソニックの家電製品直販サイトをご覗ください。

パナソニックグループの
ショッピングサイト
<https://ec-plus.panasonic.jp/>



保証とアフターサービス

よくお読みください

使い方・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。

▼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

修理を依頼されるときは

「よくあるお問い合わせ」「こんな表示が出たら」「故障かな?」(48~55ページ)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。

●製品名 オートクッカー
(家庭用圧力なべ)

●品番 NF-AC1000

●故障の状況 できるだけ具体的に

●保証期間中は、保証書の規定に従ってお買い上げの販売店が修理をさせていただきますので、おそれなりますが、製品に保証書を添えてご持参ください。

保証期間：お買い上げ日から本体 1 年間

※ただし、次の場合は保証期間内でも「有料」とさせていただきます。

- 一般家庭用以外に使用したとき
- 取扱説明書に記載した用途以外に使用したとき
- 取扱説明書の記載事項を守らなかったとき

●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

※補修用性能部品の保有期間 **6年**

当社は、このオートクッカー(家庭用圧力なべ)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 6 年保有しています。

■転居や贈答品などでお困りの場合は、裏表紙のお問い合わせ窓口にご連絡ください。

仕様 / 別売品 / 保証とアフターサービス

必要なとき

パナソニックの会員サイト「CLUB Panasonic」で「商品登録」をお願いします

家電情報をまとめて登録管理
登録商品のサポートも充実

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



本体背面に表示してあるQRコードから登録していただくと、
品番登録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
Sample

• QRコードは、株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

サポート総合窓口

<https://panasonic.jp/support/>

| | | |
|----------|--|--|
| <p>?</p> | <p>調理商品 使い方・お手入れなどのご相談窓口</p> <p>フリーダイヤル 0120-878-694 受付時間 9:00~18:00月~土曜日 (祝日・正月三が日を除く)</p> <p>■上記電話番号がご利用いただけない場合 06-6907-1187</p> <p>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)</p> | <p>修理に関するご相談窓口</p> <p>フリーダイヤル 0120-878-554</p> <p>■上記電話番号がご利用いただけない場合 03-6633-6700</p> |
|----------|--|--|

・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。

PSCマーク、SGマークを取得しています。



PSCマーク

「消費生活用製品安全法」の家庭用の圧力なべおよび
圧力がまの安全基準に適合していることを表示します。



SGマーク

製品安全協会が定めたSG基準に合格したことを示し、
万一製品の欠陥による人身事故が生じた場合、賠償措置が
とられます。

愛情点検

長年ご使用のオートクッカー(家庭用圧力なべ)の点検を!



こんな症状は
ありませんか

- 電源プラグ・コードが異常に熱くなる。
- コードに傷がついたり、通電したりしなかつたりする。
- 圧力が上がりしない。
- 本体が変形したり、異常に熱くなったりする。
- 本体から煙が出たり、焦げ臭いにおいがしたりする。
- 使用中に異常な回転音がする。
- 本体にひび、割れ、緩み、がたつきがある。



ご使用
中止

事故防止のため、使
用を中止し、コンセ
ントから電源プラグ
を抜いて、必ず販売
店に点検をご依頼く
ださい。

パナソニック株式会社 くらしアプライアンス社

〒525-8520 滋賀県草津市野路東2丁目3番1-1号

© Panasonic Corporation 2022

FZ50-2016

RC1122A60324