

ドイツ製圧力なべ

フィスラーブルーポイント

・ 取り扱い説明書 ・

目次

- ・圧力なべの5つのプロフィール—— 2
- ・各部の名称と働き—— 4
- ・使い方の手順—— 6
- ・使用上のお願いと
ご注意—— 8
- ・使用後の
お手入れ—— 10



このたびはお買い上げいただき、まことにありがとうございます。
ごぞいます。

ご使用前に

圧力なべは、加熱されると高温・高圧になる器具です。取り扱いを誤ると火傷などの傷害を負うことがあり危険ですので、この取り扱い説明書を最後まで必ずよくお読みのうえ、安全に注意してご使用ください。また、圧力鍋のふたに貼ってあるシールははがさないでください。

お読みのあとも

ご使用のときは取り扱い説明書を携行し、取り扱い方法を習熟してご使用ください。また、お手元に必ず保管くださいますようお願いいたします。

「圧力なべの5つのプロファイル」

1 高圧、高温で調理します

圧力なべは、なべの内部に圧力をかけ、高圧、高温の状態で、材料を調理します。

ふたと本体を完全に密閉して加熱すると、圧力なべの内部に圧力がかかります。圧力がかかると、内部の温度は上昇します。ふつうのなべは火を強めると100度で沸騰し、それ以上に温度は上がらないのですが、圧力なべは圧力をかけることにより100度以上の温度を得ることができます。したがって、高温で調理するので、かたい材料も短時間で柔らかく調理することができます。

ふつうのなべ
←火にかけてふつうのなべを加熱すると、100度で沸騰します。その後いくら加熱しても、なべの内部が100度以上になることはありません。



圧力なべ
▼圧力なべは、ふたを完全に密閉して加熱します。なべの内部に圧力がかかり、温度が上昇します。100度以上の温度が得られ、短時間で柔らかくなります。



2 圧力は火加減で調整します。

ガスの場合

沸騰して圧力がかかるまでは強火、目標の圧力に達したらピンが下がらない程度の弱火にします。

IH（電磁調理器）の場合

IHの機種によって火力表示が異なりますので各機種の取扱説明書をご参照の上、火加減を調整してください。

タイマーをセットして、そこから調理時間の開始です。

①ふたを密閉します
←本体にふたをセットし、ふたをかみ合わせてスライド。カチッと音がしたら密閉された状態になります。

②強火にかけます
←最初の火加減は強火です。圧力がかかるまでこの状態を保ちます。

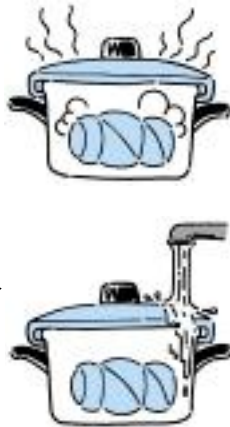
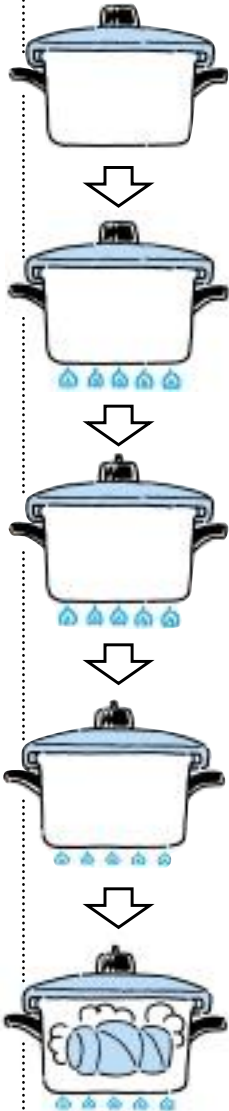
③表示ピンが上昇
←圧力調整装置の表示ピンが少しずつ上がり、圧力が上昇してきたことを示します。

④弱火にします
←ピンが上がったら弱火に。

⑤圧力調理
←弱火で、表示ピンの示す圧力を維持し、時間を計ります。

⑥自然放置 / なべを冷やします
←自然に圧力が下がるのを待ちます。

⑦急冷 / なべを急速に冷やします
←ふたに水をかけるなどしてください。





③栄養の
高い保存率
↑密閉調理なので、素材の持つ風味や栄養分が損なわれません。酸化による損失率も低く、材料の栄養を十分に生かします。



④かたい材料を柔らかく調理
←スジ肉、スネ肉、魚の骨など、調理しにくい材料を短時間で柔らかくします。



①調理時間の短縮
↑黒豆煮は $\frac{1}{2}$ ふつうのなべの $\frac{1}{2}$ 、赤飯は $\frac{1}{2}$ に調理時間を大幅に短縮できます。ただし、料理によって短縮時間は異なります。

②燃料費の節約
→黒豆煮の場合でふつうのなべの $\frac{1}{2}$ 、赤飯は $\frac{1}{2}$ に燃料費が大幅に節約できます。



4 メリットがいっぱい

3 調理加減は時間で調節

加熱する時間が長いほど、材料は柔らかくなります。所定の時間に達したら、圧力を下げ、ふたをあけます。なべの内部の圧力を下げるときは、次の2つの方法のいずれかで、なべの温度を下げます。
自然放置⇨火をとめてそのまま放置します。
急冷⇨ふたに少しずつ水をかけます。

5 しくみは単純です

圧力なべの構造は単純です。ふつうのなべと違うのは、ふたに設けられた次の3つの特殊な装置だけです。ふたのあけ方としめ方は下の写真を参考にしてください。
完全に密閉するためのゴムパッキン
ふたとなべ本体を密着し、なべの中を密閉します。
安全装置を兼ねるアロマビー
アロマビーは、なべ内が沸騰すると自動的に弁を閉じ、なべ内を密閉状態にして圧力がかかるようにします。圧力がかかり過ぎた場合の安全弁の役目も果たします。
調理中に一定の圧力を保つための圧力調整装置
密閉したまま加熱し続けると、なべの中の圧力は無限に上昇します。一定の圧力に達したときに圧力調整装置が作動して、圧力を一定に保ちます。圧力調整装置は圧力なべの心臓部ともいえます。



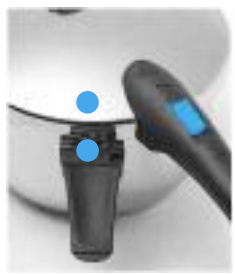
ふたのあけ方
①安全スライドロックを☐に合
わせます。



②ふた用取っ手を右へスライド
します。



ふたのしめ方
①ふたの 印と本体用取っ手の
印を目安にふたと本体を合わ
せます。



②ふたを押しつけ、本体と水平
にかみ合っているか確認します。



③ふたの 印と本体用取っ手の
印を目安に合わせてふたをあ
けます。



④ふたがかみ合うたら、ふた用取
手と本体用取っ手を一致させます。



⑤安全スライドロックを☐に合
わせます。



ふたと本体には多少のあそび
が設けてあります。

「各部の名称と働き」

●5つの安全設計

① 圧力調整装置

余分な圧力を自動的に放出し、圧力を常に一定に保ちます。

② 圧力調整装置の構造

圧力調整装置(メインバルブ)は外からとりはずしできません。

い構造になっており、調理中にはずれることはありません。アロマピーは、なべ内が沸騰すると自動的に弁を閉じ、なべ内を密閉状態にして圧力がかかるようにします。アロマピーは、圧力がかかり過ぎた場合の安全弁の役目も果たします。

④ 安全スライドロック

正しくロックされないと圧力がかからないしくみになっています。

残圧があっても、安全スライドロックを印にすると、蒸気が排出し、残圧を抜くことができます。



▶表示ピン

なべの中の圧力状態を表示するピンです。1目盛(上の白い線)、2目盛(下の白い線)の目印があり、圧力なべのクッキングブックでは1目盛の位置を○、2目盛の位置を◎で表しています。

- ★高圧調理 表示ピンは2目盛 ◎
- ★低圧調理 表示ピンは1目盛 ○



▶ふた用取っ手と安全スライドロック

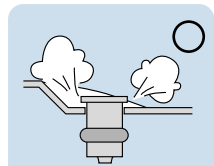
ふた用取っ手に安全スライドロックが取り付けられています。圧力をかけるときには、安全スライドロックをふた用取っ手のマークに、ふたをあげたり、しめたりするときはマークに合わせます。(注:マークの位置では圧力はかかりません)



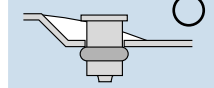
▶アロマピー(味、香り、色素の保存装置)

食品の味、香り、色を保存する独特の装置です。このアロマピーの装置は、なべの内部に圧力がかかる直前になべの中の空気を逃がし、蒸気力で押し上げられて自動的に空気孔を閉じます。つまり、ビタミンや香りをこわす空気を逃がして密閉状態で調理するため、材料の味、香り、色、栄養が生かされます。

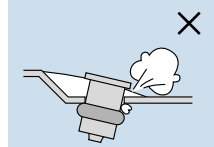
アロマピーに付着物があると、め詰まりの原因になり、圧力がかかりません。こすらずにきれいに取り除いてください。



なべの中の空気をアロマピーが逃がしている状態。



アロマピーが正常に働いている状態。



アロマピーに付着物があると、圧力がかかりません。きれいに取り除いてください。

▶安全装置

- a) 圧力調整装置が先ず余分な圧力を逃します。
- b) 万一、圧力調整装置が作動しなかった場合にはアロマピーが安全装置の役割をします。
- c) 更にa) b)の安全装置が作動しなかった場合、ゴムパッキンが安全装置の役割をします。

▶ふた

なべのふたは18/10ステンレス製で、鏡のようなミラー仕上げになっています。

▶ゴムパッキン

密着性のあるゴムパッキンで完全密閉します。取り付けが簡単で密閉性は抜群です。異物がつかないように、よくふいてからセットします。ご使用頻度にもよりますが、ゴムパッキンは劣化しますので、1~2年に一度は、新しいものと交換を。

▶蒸し器・三脚

蒸し料理・二段調理に使用します。下の段でスープや煮物など、上の段で蒸し物などの料理のときに使います。ステンレス製です。

▶なべ本体

酸・アルカリ性に強く丈夫な18/10ステンレス製でさびにくく、いつまでも美しい光沢と高級感を保ちます。

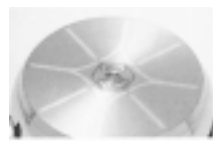
●白い斑点や虹の模様について

はじめてご使用になった後に鍋の底に白い斑点や、虹の模様状の状態が発生することがあります。白い斑点は水道水中に含まれるカルキ分(カルシウム、マグネシウム等)が、白く変化したものです。また、虹の模様はステンレス表面の酸化被膜が変色したものです。これらの状態はフィスラー専用ステンレスクリーナー等金属磨き剤を使用して拭き取ることで完全に除去することができます。

▶なべの底部(クックスター・サーミックベース)

底の厚さは7mmあります。アルミニウムをステンレスとステンレスクロームでサンドイッチした構造になっており、熱を均一に伝え、焦げつきにくく、保温性に優れています。

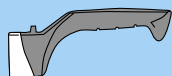
また、クックスター・サーミックベースの圧力なべは、ガス、電気はもちろん、電磁調理器にも使えます。



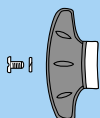
部品表 **部品名・部品番号**



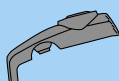
ふた用取っ手
21-641-690



本体用取っ手
21-601-02-630(2.5ℓ)
21-641-630(4.5ℓ、6ℓ)



本体用補助取っ手
21-601-02-640(2.5ℓ)
21-641-640(4.5ℓ、6ℓ)



圧力調整装置
(メインバルブ)
21-601-02-700(2.5ℓ)
21-641-700(4.5ℓ、6ℓ)



安全バルブゴム
20-653-740



シリコンゴムキャップ
20-653-720



メインバルブ用ビス
21-641-770



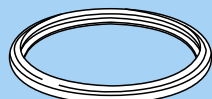
メインバルブ用Oリング
21-641-780



アロマビー(Oリング付)
11-631-750



アロマビー用Oリング
11-631-760



ゴムパッキン
(ステンレス用)
32-601-206(2.5ℓ)
32-631-206(4.5ℓ、6ℓ)

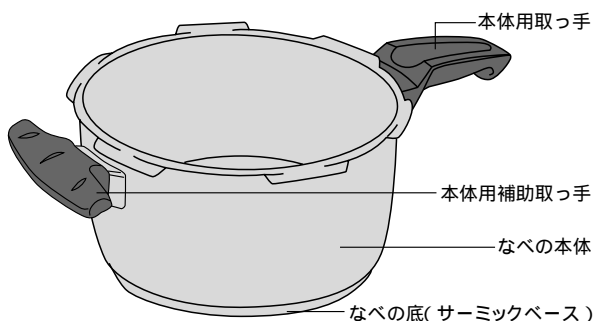
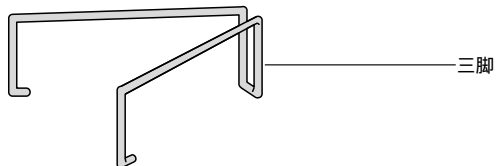
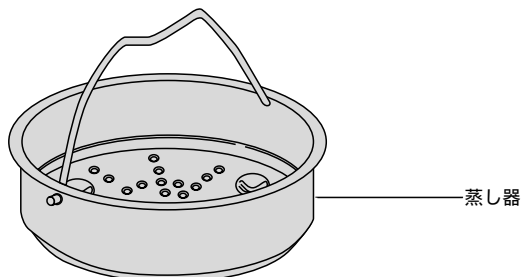
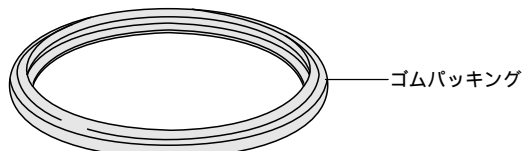
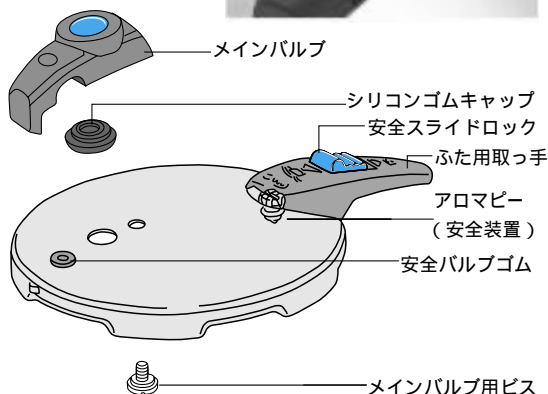
ゴムパッキンとアロマビー、Oリングは消耗品です。適宜お取り替えください。
部品交換はお買い求めの販売店かフィスラー・ジャパン(株)へどうぞ。
部品は予告なく、番号、仕様が変更する事があります。ご了承下さい。

型式番号、容量(ℓ)は、ふたの上のシールをご覧ください。



▶ **スプリング式メインバルブ**

メインバルブはスプリング式を採用しているため、内圧が目盛表示でわかりやすく正確です。また調理中は蒸気を逃がさない構造ですから、音が静かでキッチンを清潔に保ちます。栄養分も逃がしません。



「使い方の手順」

まずカップ1の水だけで手順を確認してみることをおすすめします

火にかけるまで

1 洗います

新しい圧力なべは製造上の磨き油などが付着していますので、まず、必ず台所用中性洗剤でよく洗います。ミラー仕上げのステンレスの光沢をいつまでもきれいに保つため、柔らかいスポンジで洗ってください。なべのふたについているシールはがさないで下さい。

2 各部を点検します

ふたをする前にメインバルブとアロメントを点検します。メインバルブは表示ピンをふたの裏から指で押し上げてひっかかりがなく、スライズに動くかどうかを確かめ、また、取り付けが曲がっていないかヒスかゆるんでいないかを点検し、しっかりしめます。アロメントは目詰まりや付着物の有無を確認して下さい。

3 ふたをセットします

ふたのふちの 印となべ本体の取っ手の印が合うように水平にふたをかぶせ、ふたと本体を合わせます。
印はあくまでも目安ですので多少位置がズレる場合があります。



4 ふたをしめます

ふたの上を左手で平均に押さえ、ふた用取っ手と本体用取っ手を合わせます。しっかりとふたがかみ合うた両手でスライドさせます。新しいパッキンは摩擦抵抗が大きく、ふたの動きがつかない場合があります。そのようなときにはパッキンを水でぬらすとスムーズになります。



5 の位置にセット

ふたが正常にセットされると本体用取っ手とふた用取っ手がきちんと重なります。圧力をかけるために安全スライドロックを手前にスライドし、の位置へセット、密閉します。



6 強火にかけます

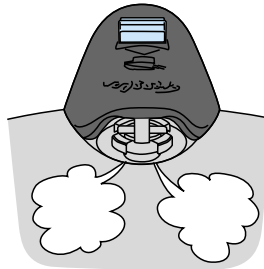
火にかけます。圧力がかかるまでは強火を保ちます。本体用取っ手や補助取っ手に直接火が当たると、変形、ひび割れのもとになりますから、ご注意ください。



火にかけてから

1 アロマピーから空気が出て圧力がかります

しばらく加熱すると、アロマピーから蒸気が勢いよく出始め、やがて自動的にアロマピーが上がり、蒸気の放出がストップします。このときが圧力のかかり始めた状態です。



2 表示ピンが上がり始めます

圧力調整装置の表示ピンが少しずつ上がり、まず表示ピンには目盛が刻まれています。料理の種類により1目盛、2目盛とピンが見えてくるのを待ちます。



3 圧力がかかったら火を弱めます

表示ピンの目盛が見えたら、火を弱火（IHの場合、弱）にして目盛が見えたままの状態を保ちます。（火力調節をしない場合、表示ピンが必要以上に上り、安全装置が働くことがあります。）

4 加熱時間を計ります

加熱時間は、表示ピンの1目盛、または2目盛が見えたときから計ります（圧力なべのクッキングブックの加熱時間は、すべてこの計り方によります）。調理中は常に表示ピンの目盛が見える状態にします。圧力調整装置のまわりから蒸気が連続してもれるときには火が強すぎるので、火を弱めて蒸気がもれないようにします。



5 火をとめて蒸らします

所定の調理時間が完了したら火をとめます。火をとめたあと、しばらくはなべの中の温度は下がりません。火をつけていたときと同様、大切な調理時間です。これを蒸らし時間といいます。

ふたのあけ方

蒸らし時間が過ぎてから
ふたをあげる場合 自然放置

1 表示ピンを確かめます

圧力調整装置の表示ピンがもとの位置にもどったことを確かめます。

2 ふたをスライドしてあけます

安全スライドロックを に合わせ、ふたの 印と本体

用取っ手の 印が合うところまで、ふた用取っ手を右にスライドするとふたがあきます。**ご注意** なべの内部に圧力が残っていると、アロマピーからシューッと蒸気が出るようでしたら、内圧が残っている証拠です。このようときは蒸気を出しきってから、ふたをあけてください。

また、ふたをスライドする際は、ふた取っ手をわずかに動かして、いったん停めて、ふたの隙間から蒸気が出てこないことを確認してからふたを開けてください。このとき、取っ手の動きが重く感じられる場合は、内部に圧力が残っている可能性がありますので、無理にふたを開けず、もう一度手順に従い、内部の圧力を下げた後、ふたを開けて下さい。

調理中または調理直後に 急いでふたをあげる場合 急冷

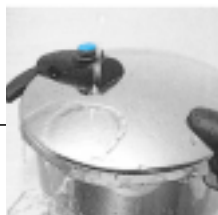
1 ふたにゆっくり水をかけます

圧力なべをシンクの中に水平に置き、圧力調整装置の表示ピンがもとの位置に下がりきるまで、ふたに少量ずつ水をかけます。シンクに圧力なべ本体を移動するとき、ゆさぶったり傾けたりしないでください。

ご注意 このとき圧力調整装置とふた用取っ手の中のアロマピーに直接水がかかると、なべの中に水が入ったり、取っ手のひび割れの原因になりますのでご注意ください。

2 ふたをあけます

そのあとは、蒸らし時間が過ぎた場合と同じように、取っ手をスライドしてふたをあけます。



「使用上のお願いと」注意」

11ページの「異常の見分け方と処理方法」を合わせてご参照ください。

基本の五つのお願い

1 この商品は、調理以外には、「使用に
ならないでください。」

2 取っ手がゆるんでいませんか？ゆるんで
いると、脱落してやけどの危険がありま
す。ねじを締めなおしてください。メイ
ンバルブのゆるみもチェックしてください。

3 表示ピンやアロマビ、
ゴムフキンなどを点検作
動、付着物の有無、劣化）
してください。

4 ご使用の前に、圧力調
整装置の表示ピンとアロ
マビを下から指で押し
上げて、目詰まりしてい
たり、ひっかかりたりし
ていないか確かめてくだ
さい。

5 目詰まりを起している
と圧力調整装置が正常に
作動せず事故につながる
危険性があります。

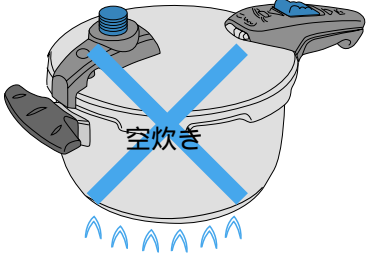
6 目詰まりを起している
場合は、分解清掃（p.10）を
ご参照下さい。

7 ふたが完全に閉まり、
安全レバーが引かれている
ことを確認してください。

ご使用前のご注意

1 空炊きは
しないで
ください

空炊きをすると、火災や本
体の変形、取っ手やパーツの破損
の原因になります。必ずスター
ト前に確認を。（万、空炊きし
た場合は、水などで急冷せず、
自然冷却してください。）



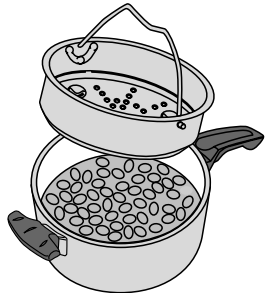
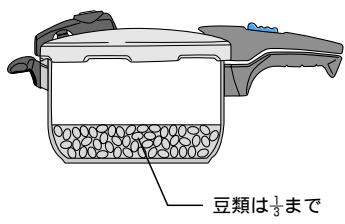
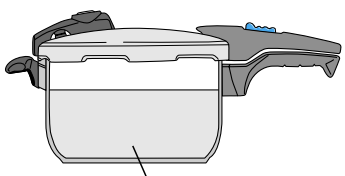
2 重曹や多量の油、カレー
やシチューのルーなどは
使わないでください



重曹など急激に発泡するも
のや、多量の油は調理に使用
しないでください。また、粘性
が強く糊状になるもの（カレー
やシチューのルーなど）は、圧
力を加えることでルーが、圧
力調整装置に入り込み圧力調
整装置が正常に作動できなく
なります。お使いになる場合
は、圧力鍋のふたをはずし、
普通フタをのせて圧力を加えな
いでご使用ください。

3 調理量を
守ってください

1回の調理量は、なべの容量の2/3以下にしてください。
なお、豆類・麺類などのように、煮炊きによる分量が増え
るものは、1/3以下で使用してください。限度量を超すと
圧力がかからなったり、中身が吹き出す原因になります。
また、豆類・麺類などの場合、豆の皮や麺などが圧力調整
装置に入り込み圧力調整装置が正常に作動できなくなりま
す。調理量は材料、調味料、水分のすべてを含みます。



豆類では、豆と水を入れた
上に蒸し器あるいは落とし
フタを置いて下さい。

ご使用中のご注意

1 炎はなべ底からはみ出さないようにしてください

ガスの場合

炎がなべの底面からはみ出さないように使用してください。取っ手などが熱くなったり、焦げたりして破損の原因になります。

I-Hの場合

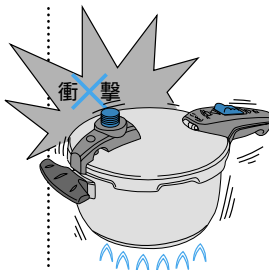
最大の火力から1段階下げた火力でご使用下さい。
I-Hは火力が強く、高温になりすぎて底面の原因になります。



2 水は最低カップ1を入れてください

蒸し器 三脚を使用するときは、中間の水を忘れずに注ぎ入れてください。

3 なべに衝撃を与えないでください

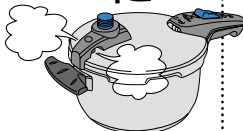


調理中に、なべをゆさぶったり、ぶつけたりしないでください。

4 調理中は蒸気をもらさないようにしてください

圧力調整装置から蒸気が絶えずもれる状態で使用しないでください。焦げつきの原因になります。

蒸気もれは火力が強すぎて安全装置が働いているためです。火力を下げて下さい。



5 蒸気排気口からの蒸気に気をつけてください

蒸気排気口（アロマビーズのあるところ）を人に向けないでください。やけどの危険があります。



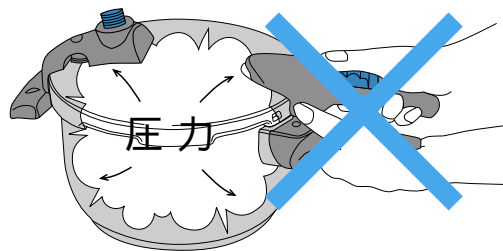
6 熱いなべを幼児に触れさせないでください

調理中や調理の直後は、なべが熱くなっています。幼児の手に触れないようにしてください。



7 ふたは圧力を抜いてからあげてください

ふたをあげるときは、なべの中の圧力が完全に抜けているのを確認してからあげてください（P7のふたのあけ方の項をよくお読みください）。



調理が終わっても、なべの中には未だ圧力があります。蒸気が完全に抜けきらないうち、無理にふたをあげようとするとふたが飛んだり、内容物が噴出したりして危険です。絶対にしないでください。ふたは圧力をかける以外の目的では使用しないで下さい。ふつうの鍋としてご使用の際は専用無水フタまたはガラスフタをご使用下さい。

安全な製品の表示ラベルが、ついています



PSCマーク

経済産業省関係特定製品の安全基準等に基づく形式承認を受けたことを表示するマークです。



対人賠償責任保険付
製品安全協会

S+SG合併ラベル

SGマーク制度は、家庭用圧力なべの欠陥によって発生した人身事故に対する補償制度です。

「使用後のお手入れ」

全体のお手入れ

使用後は湯、台所用中性洗剤を使って洗い、汚れを落としてから完全に乾かしてください。洗浄用具はスポンジまたはナイロン製ブラシなど、柔らかいものをこ使用ください。



圧力調整装置のお手入れ

メインバルブは、硬貨などでふたの裏側のビスを回し、ふたからはずしてぬるま湯の中でよくすすぎます。なお、ご飯や豆類のように煮汁が噴き上がってくる材料や肉類、豚バラ、鶏の丸ゆでなど、脂の多く出る調理の後など汚れのひどいときは、その上で、メインバルブをはずして掃除して下さい。

硬貨などでビスを回します。

メインバルブをはずします。



ゴムキャップをはずします。

ぬるま湯ですすぎます。



圧力調整装置の取り付け

洗ったあとは、圧力調整装置をふたの縁の凸にひっかけ、ふたを裏返してビスを差し込み、硬貨やマイナストライバーでビスを締めてください。

取り付けたあとは、表示ピンを軽く押し試してみてもスムーズに動くかどうか曲がっていないかをチェックします。

硬貨などでビスを回し、ふた 表示ピンを軽く押し試してみてもスムーズにメインバルブを固定します。ズに動くかどうかを確かめます。



ゴムパッキンのお手入れと交換

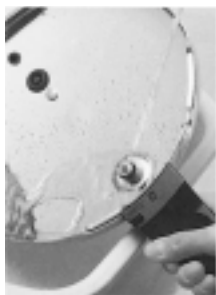
ゴムパッキンはふたからはずして洗います。傷ついたり、火で焦がしたりしないようにしてください。

ゴムパッキンは加熱調理をくり返すと劣化するため、使用頻度にもよりますが、1〜2年に一度は新しいものと交換してください。



アロマピーのお手入れ

ふた用取っ手の内側に内蔵されているアロマピーがひどく汚れた場合には、こすらずに流水をかけて汚れを取ります。



アロマピーの交換

プラスチックライバーで取っ手をとめているビスをはずします。

アロマピーのゴムリングをはずし、アロマピーを抜き取ります。



新しいアロマピーを差し込み、ゴムリングを装着します。

取っ手とゴムパッキンを取り付けアロマピーを点検します。



異常の見分け方と処理方法

	現象	原因	処置
圧力調整装置(メインバルブ)	表示ピンがいつになっても上がらない	圧力調整装置が汚れている なべに水を入れ忘れている シリコンゴムキャップが破れている	圧力調整装置を分解掃除 火をとめてなべを点検 交換してください
	分解してから表示ピンが上がらなくなった	取り付け方が間違っている (曲がっている)	分解図を参照し取り付け直す
	周囲から蒸気もれる	火が強すぎるため圧力調整装置が作動している シリコンゴムキャップ、安全バルブゴム メインバルブ用Oリングがついていない か破れている 安全バルブゴムが劣化している	火を弱くしてください 取り付けてください 交換してください
	周囲から煮汁が出る	材料の入れすぎ 火が強すぎるための圧力調整装置が作動し蒸気につられてもれる	中の材料を減らしてください 火を弱くしてください
	表示ピンの根本から蒸気と水が漏れる	シリコンゴムキャップが破れている	交換してください
アロマビート	ふた用取手の前方の開口部から蒸気が出続け、圧力がかからない	火力が弱い 安全スライドロックがしまっていない シリコンゴムキャップ、安全バルブゴム がついていない アロマビートのゴムが劣化している アロマビートに付着物がある	火を強めます 安全スライドロックをしめてください 取り付けてください 交換してください 取り除いてください
ふた	ふたの開閉がかたい	ふた用取手がゆるんでいる ゴムパッキンがかたい 水平のっていない	ねじをドライバーでしめなおしてください 水でぬらす のせなおす
	ふたのまわりから蒸気や水滴もれる	ゴムパッキンがふたの縁にきちんと入っていない ゴムパッキンの劣化	ふたを開け点検 交換してください
本体	空炊きをした	水分を入れ忘れた 火が強すぎ水分がなくなった	自然冷却してください (水などで急冷しないで下さい) 各部品を点検し破損した部品を交換してください
	突沸現象 普通のお鍋としてご使用いただいた場合、鍋ふたと共に中の具も一緒に飛び散ることが起こる場合がある	赤だしみそ汁を温め直すなど、中に食品が入った状態で、急速に加熱すると、その熱で局部的に沸騰し、発生した鍋内の気泡が、沈殿し溜まった内容物を一気に押し上げるため(この突沸現象は常に発生するわけではなく内容物の種類、量、火力の大小等のいくつかの条件の組み合わせが重なった場合にごく稀に発生する現象です)	1.温めなおしの時は、お玉などでよくかき混ぜながらコンロに着火し、鍋を加熱してください。 2.一気に強火で煮立てないでください 3.煮立てる際はお玉などで、よくかき混ぜながら行ってください。

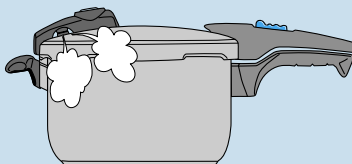
蒸気の出方でトラブルをチェックできます。

アロマビートから蒸気が出続ける場合 圧力調整装置から蒸気が出る場合

ふたのまわりから蒸気が出る場合

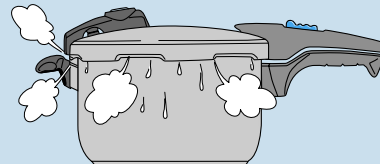


↑アロマビートから蒸気が出続けてとまらないときは火力は弱くないか、安全スライドロックは☑️印にセットされているか、メインバルブがきちんと装着されているかを点検します。



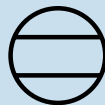
↑圧力調整装置の表示ピンが上がっていて、圧力調整装置から蒸気が出るときは、圧力のかかりすぎです。火を弱めるか、とめるかしてください。

表示ピンが上がっていない状態で圧力調整装置から蒸気が出るときは、圧力調整装置がゆるんでいるか組み立てに異常があります。火をとめて点検してください。



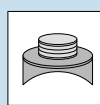
↑ふたのまわりから蒸気や水滴が出ているときは、ゴムパッキンが劣化している証拠です。新しいゴムパッキンと交換すれば解決です。

圧力なべの クッキングブックの見方



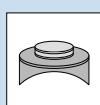
高圧調理 = 高圧マークで示す
表示ピンが2目盛、下の白色の
線)をさします。

ほとんどの料理が高圧調理で
す。



低圧調理 = 高圧マークで示す
表示ピンが1目盛、上の白色の
線)をさします。

卵料理、野菜スープなどデリ
ケートな料理は低圧調理です。



加熱時間

圧力なべは、最初は強火にかけますが、圧
力がかかって指定の表示ピンの目盛が見えて
弱火にしたところから、時間を計り始めます。
これを加熱時間といいます。クッキングブッ
クの料理の作り方の加熱時間は、すべてこの
方法で計ります。

蒸らし時間

火をとめてからふたをあけるまでの時間の
ことです。

急冷

フベージをこらしてください。

自然放置

表示ピンがおりて、圧力が完全に下がりに
きるまで放置しておくことです。

例/高圧で10分、**急冷**「圧力調整装置を
高圧にセットし、表示ピンの2目盛が見えた
ら火を弱火に調節し、目盛を維持して10分加
熱。ふたに水をかけて目盛をもとに戻し、ふた
をあける」という手順のこです。

圧力鍋 分量 早見表

圧力鍋サイズ別・最大分量早見表

調理方法は「フイスラーで作る私のレシピ 圧力鍋編」を参照

サイズ	2.5L	4.5L	6L	備考
白米	3合	7合	1升	炊きこみご飯の場合 具材を含めて、最大分量をお守りください。
もち米	白米と同じ	白米と同じ	白米と同じ	炊きこみご飯の場合 具材を含めて、最大分量をお守りください。
玄米	2合	5合	8合	炊きこみご飯の場合 具材を含めて、最大分量をお守りください。
大豆 (乾燥)	1.5カップ 230g	3カップ 450g	5カップ 750g	豆類は鍋の深さの 1/3以内で調理
黒豆 (乾燥)	1合	3合	4合	豆類は鍋の深さの 1/3以内で調理

お米は美味しく炊きあがる分量は2合からです。



フイスラー・ジャパン株式会社

〒104-0033 東京都中央区新川1-2-12 金山ビル8階

TEL.03-3523-6171 FAX.03-3523-6172

平日9:00~12:00 13:00~17:00 土・日祭日休