



FUJI Brown rice enzyme kitchen

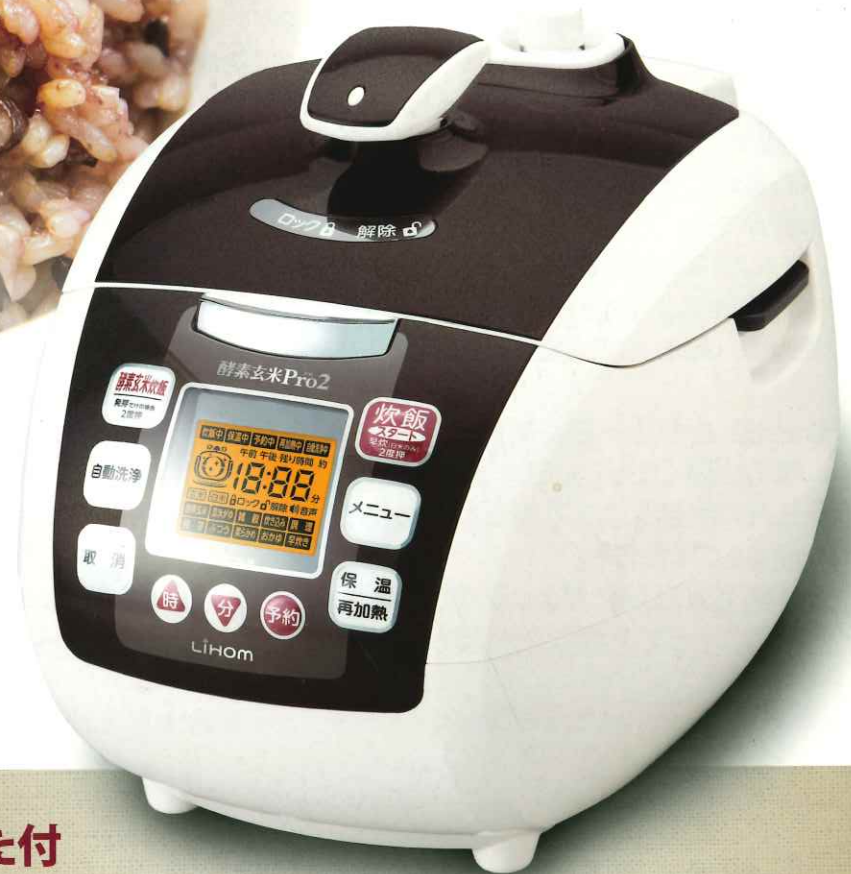
ふじ酵素玄米キッチン

超高圧・酵素玄米炊飯器 SC06JP

# 酵素玄米Pro<sup>プロ</sup>2

## 取扱説明書

保証書付



- 酵素玄米ご飯の炊きかた付
- 便利な調理レシピ付

このたびは、「酵素玄米 Pro2」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、正しく安全のお使いください。
- 保証書は、「お買い上げ日・販売店名」などの記入を確かめ、大切に保管してください。

**ご使用前に「安全上のご注意」(P.4~7)を必ずお読みください。**

# ☀ どうして今、酵素玄米ご飯なのか？

私たちの身体には 5,000 種以上の体内酵素があり、その働きによって健康や若さ、身体のバランスが保たれています。逆に添加物や化学物質、粗悪な食品やストレス等によって体内酵素が余分に消費されると、体内のバランスが崩れ病気や老化、免疫力・抵抗力の低下につながり、健康に影響を及ぼします。しかし、現代社会においてはなかなか避けて通ることができなのが現状です。

そこで酵素を食事から補うことが必要になります。このような重要な酵素ですが、体内で造るには限りがあるためです。

## ☀ 玄米と酵素玄米、何が違うの？



玄米はひとこと言えば「生きている米」。水につければ芽が出て、育てると1粒で約1,000粒以上の米が収穫できるほどのパワーを持っています。

玄米の果皮や胚芽には各種ビタミン・タンパク質・ミネラル・マグネシウム等が豊富に含まれているので、この部分をすっかり取り除いた白米と栄養価を比べるには大きな差がありますが、反面この果皮の「口当たりの悪さ」が一般的に「玄米は食べづらいもの」という印象を与えているため、玄米食には「健康のために我慢して続ける」というマイナスイメージがありました。

そこで開発されたのが「酵素玄米 Pro2」です。

本品で炊いた酵素玄米ご飯は、酵素の働きで玄米の皮の部分を柔らかく分解し、ふっくら・もちもちの食感に変えてくれるので、おいしく健康的に無理なく続けることができます。また圧力鍋や土鍋で炊く煩わしさがなく、どなたでも簡単に炊き上げることができます。

玄米より高い栄養素を持ち、その名の通り身体に重要な「酵素」を豊富に含んでおります。また「酵素玄米Pro2」で炊く\*ことで酵素が活性化すると同時に発芽状態となり「ギャバ(γ-アミノ酪酸)」が格段にアップするという研究結果も表れています。(白米の約10倍、玄米の約2倍)

- 保温しながら一日に何度か空気を混ぜ込むことで日ごと熟成が進み、身体に有効な成分も増え、柔らかく味わい深くなっていきます。
- 日々の生活によって失われつつある体内酵素を補給し、玄米の持つ豊富な繊維質によって腸内の浄化を促進してくれます。
- 酵素玄米は消化がよいので、お子さまからご年配の方まで幅広くお召し上がりいただけます。
- 人間にとって必要な栄養素がほとんど含まれている優良健康食品です。



\*酵素玄米ご飯を炊く場合は、玄米に小豆・塩をまぜるか、下記の「酵素玄米プラス」または「酵素玄米キット」をお求めください。

### 酵素玄米ご飯をご家庭で…

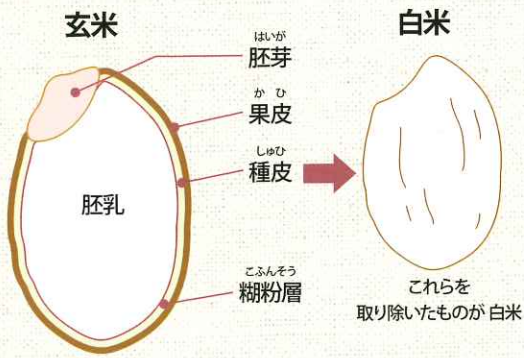
酵素玄米 Pro2 で酵素玄米ご飯をお手軽にお召し上がりいただける商品をご用意いたしました。

- ① 玄米に混ぜて炊くだけの……「酵素玄米プラス」
- ② 玄米セットのお手軽キット…「酵素玄米キット」

商品のご購入・お問い合わせはホームページをご覧ください

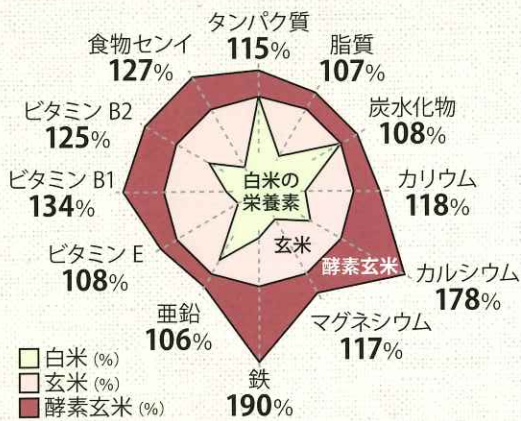
ふじ酵素玄米キッチン <http://www.kouso-genmai.jp/> ☎ 0555-65-6372

## 玄米の構造



## 栄養成分比較

玄米100gの栄養素を100%としたとき



酵素玄米…自社調べ、白米と玄米…五訂日本食品標準成分表より作成  
※「酵素玄米プラス」を使用した場合

# 目次

## 安全上のご注意

### 各部の名称

### 炊飯前の準備事項

酵素玄米ご飯を炊く前の準備

酵素玄米ご飯をすぐに炊く

酵素玄米ご飯を予約して炊く

酵素玄米ご飯を熟成させる

炊飯メニューの使い分け

白米ご飯の炊きかた

調理メニューの使いかた

保温・再加熱のしかた

発芽メニューの使いかた

予約のしかた

便利な機能

調理前の確認事項

調理レシピ

お手入れのしかた

故障かな?と思ったら

仕様・保証書

お使いになる前に

4

8

使いかた

11

12

14

15

16

17

18

19

20

22

24

27

調理レシピ

28

29

お手入れ

40

困ったときに

42


47




# 安全上のご注意 (必ずお守りください)


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


●誤った取扱いをした場合に生じる危害や損害を、次の表示で区分し、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。

●具体的な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。

※お買い上げの製品と本書に記載した写真、イラストは異なることがあります。

## 警告

### 電源プラグやコードは次のことをしないでください。

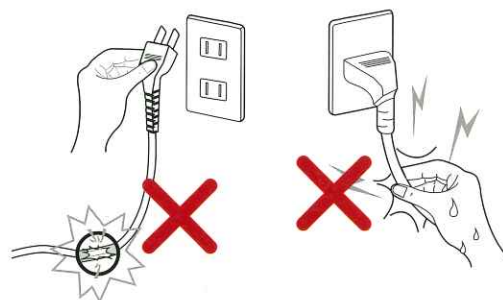
(ショート・絶縁不良・劣化などによる発火・感電の原因となります)

●電源プラグ・コードを傷めない。

傷付ける、引っ張る、無理に曲げる、ねじる、重い物を載せる、挟み込む、束ねる、高温部に近づけるなど。

●傷んだ電源プラグ・緩んだコンセントは使わないでください。

●ぬれた手で電源プラグを抜いたり、差したりしないでください。



### 次のことを守ってください。

●定格 15A・交流 100V 以外では使用しないでください。

(他の機器と併用すると、発熱による火災の原因となります)

延長コードも定格 15A 以上のものを単独で使用してください。

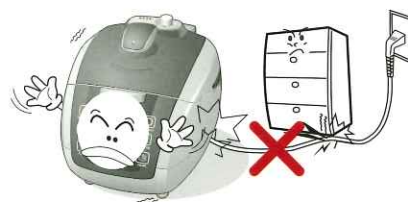
●電源プラグは根元まで完全に差し込んでください。

(発火・感電の原因となります)

●電源プラグは刃及び刃の取付け面のほこりは定期的に拭き取ってください。

電源プラグを抜き、乾いた布で拭いてください。

(ほこりなどがたまると、湿気などで絶縁不良となり火災の原因になります)



### 異常・故障時には直ちに使用を中止し電源プラグを抜いてください。

(発火・発煙・感電の原因となります)

#### 《異常・故障例》

- 本体から煙が出たり、こげ臭いニオイがする。
- 本体が変形したり、異常に熱くなる。
- 本体の一部に割れ、ゆらみ、がたつきがある。
- 電源コード・プラグが異常に熱くなる。
- コードに傷が付いたり、通電したり、しなかったりする。

↓  
すぐにお買い求めの販売店へ点検・修理を依頼してください。

