

酵素玄米ご飯を予約して炊く

(玄米のみを予約して炊くと「発芽玄米ご飯」になります)

1 予約します。

a) ロックレバーがロックの位置にあることを確認します。

注意 ロックレバーが“ロック”されていないときに **炊飯** ボタンを押すと“ロック”と“解除”が交互に点滅し、また音声案内で「ロックレバーをロックの位置に合わせてください」と案内され、炊飯はされません。



“ロック”の位置

b) 現在時刻が合っているか確認してください。

c) **酵素玄米炊飯** ボタンを押して「酵素玄米」を選びます。

※「発芽」メニューになっている場合は、もう一度 **酵素玄米炊飯** ボタンを押してください。ボタンを押すごとに「酵素玄米」、「発芽」をくり返します。

d) **予約** ボタンを押して「予約炊飯」を選び、**時** **分** ボタンで炊き上がり時間を選びます。

※予約時間は **5～9 時間後**まで予約できます。

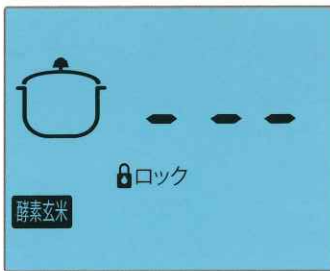
※予約可能時間以外は予約できません。音声案内で「5 時間以上設定してください」「9 時間以内に設定してください」と案内されます。

時 : 時間が進みます。(午前、午後に注意してください)

分 : 分が進みます。

●押し続けると早送りできます。

《エラー表示》



予約設定時間(5時間後～9時間後)以外は電子音が鳴り、エラー画面「ー」になります。

《例:午前6:00に炊き上げる場合》



予約時間の調整
●標準的な炊き上がり及び夏場の炊飯
予約時間: 5 時間後
●柔らかめ及び冬場の炊飯
予約時間: 6 時間～9 時間後



夏場や気温の高いときは、予約時間を短くしてください。

2 炊飯します。

e) **炊飯** ボタンを押して予約炊飯を開始します。

注意 予約・炊飯中に2秒以上 **取消** ボタンを押すと、予約・炊飯が取り消されますのでご注意ください。

3 蒸らし・出来上がり。

f) 電子音が鳴ったら炊き上がり。ロックレバーを右に動かしてロックを解除してからフックボタンを押して外フタを開けます。

※外ふたが開かないときは、圧力調整弁の上部分を箸や棒のようなもの(熱い蒸気がでます。やけどにご注意してください)で手前に傾けて圧力を完全に抜いてから、開けてください。

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

炊き上がった酵素玄米ご飯を適温(73℃~74℃)で保温しながら、一日に数回かくはんすることで、熟成が進み、より柔らかく消化が良くなります。甘みも増していくので、日ごとに味わいが増す酵素玄米ご飯をお楽しみいただけます。

1 保温温度を選びます。

a) ロックレバーがロックの位置にあることを確認します。

※ロックの状態にしないと、ご飯がかたくなる場合があります。



“ロック”の位置

(保温温度調整方法は P.21 ページを参照してください。)



Point!

- 3日間以内位で食べきる
- より柔らかくしたい
- 4日間以上かけてゆっくり楽しみたい
- さっぱりした味わいを好む

⇒ 保温温度 74℃

⇒ 保温温度 73℃

※出荷時は「保温温度は 74℃」に設定されています。

2 かくはんします。



Point!

一日に1回~数回、ご飯全体を、むらなく空気を入れ込むようにかくはんしてください。日ごとに熟成が進み、甘みが増して味わい深くなってきます。

注意

※しゃもじは常に清潔なものをお使いください。

炊飯メニューの使い分け

		操作パネルの使い方	水位線	炊飯可能量	時間(目安)		
玄米・ 雑穀米	酵素玄米ご飯を すぐに炊く		+		酵素玄米	2~4合	105分
	酵素玄米ご飯を 予約して炊く		+		酵素玄米	2~4合	5~9時間
	玄米ご飯をすぐに炊く		+		酵素玄米	2~4合	105分
	玄米ご飯を予約して炊く		+		酵素玄米	2~4合	5~9時間
	発芽玄米ご飯を炊く 発芽酵素玄米ご飯を炊く 発酵発芽玄米を炊く		+		酵素玄米	2~4合	5~9時間
	玄米がゆを炊く	メニュー (玄米がゆ)	+		白米 通常の3倍の水量 お米1合:目盛3	1~1.5合	95分
	玄米を発芽させる (炊飯しません)		+		発芽	1~6合	4~6時間
	雑穀米を炊く	メニュー (雑穀)	+		酵素玄米	2~4合	45分
白米	白米ご飯を 普通の硬さで炊く	メニュー (白米ふつう)	+		白米	2~5.5合	50分
	白米ご飯を 柔らかく炊く	メニュー (白米柔らかめ)	+		白米	2~5.5合	70分
	炊き込みご飯を炊く	メニュー (炊き込み)	+		白米	2~4合	80分
	白米お粥を炊く	メニュー (おかゆ)	+		白米 通常の3倍の水量 お米1合:目盛3	1~1.5合	60分
	白米ご飯を早炊きする	メニュー (白米ふつう)	+		白米	2~4合	35分
	調理	圧力なくとして使う	メニュー (調理)	+			

酵素玄米ご飯を熟成させる／炊飯メニューの使い分け

*炊飯時間とは:炊飯開始後から炊き上がるまでの目安時間です。水温・炊飯量により異なります。

白米ご飯の炊きかた

1 ロックレバーがロックの位置にあることを確認します。

注意 ロックレバーが“ロック”されていないときに **炊飯スタート** ボタンを押すと“ロック”と“解除”が交互に点滅し、また音声案内で「ロックレバーをロックの位置に合わせてください」と案内され、炊飯はされません。



“ロック”の位置

2 メニューボタンを押してメニューを選びます。

- a) ● **メニュー** ボタンを押すごとに「玄米がゆ、雑穀、炊き込み、調理、白米ふつつ、白米柔らかめ、おかゆ」と表示が移動します。
- 1回炊飯が完了するとメニューが記憶されます。



3 炊飯をスタートします。

- b) ● **炊飯スタート** ボタンを押して炊飯を開始します。

《炊飯中の表示》



- の表示が回り、炊飯中を表します。
- 残り時間も表示されます。
- ※ 炊き上がりまでの時間は分量・水温により変わります。表示時間が炊飯中に変わることがあります。
- 蒸らしに入ると「約」が消えて、炊き上がり時間が表示されます。

注意

- 「白米ふつつ」、「白米柔らかめ」で炊飯する場合、炊飯中に蒸気を排出しますのでご注意ください。
- 予約・炊飯中に2秒以上 **取消** ボタンを押すと、予約・炊飯が取り消されますのでご注意ください。

4 炊飯が完了したら、ロックレバーを“解除”の位置に合わせてフックボタンを押して外ふたを開けます。

※ふたが開かないときは、圧力調整弁の上部分を箸や棒のようなもの(熱い蒸気がでます。やけどにご注意してください)で手前に傾けて圧力を完全に抜いてから、開けてください。

早炊きの機能

- a) ● **メニュー** ボタンで「白米ふつつ」メニューを選びます。

- b) ● **炊飯スタート** ボタンを2回押すと「早炊き」が表示され、炊飯が始まります。

注意 予約・炊飯中に2秒以上 **取消** ボタンを押すと、予約・炊飯が取り消されますのでご注意ください。

調理メニューの使いかた

(このメニューは本品を圧力鍋として使います)




注意

- 調理の内容によっては、水量に充分ご注意ください。水量が多すぎると蒸気排出口から噴出する場合があります。
- 指定されたメニュー以外は調理しないでください。
例) 揚げ物、ワカメスープなど。
ワカメなどの軽いものは蒸気排出口、圧力調整弁内に詰り故障の原因になります。

1 ロックレバーがロックの位置にあることを確認します。



注意

ロックレバーが“ロック”されていないときに  ボタンを押すと“ロック”と“解除”が交互に点滅し、また音声案内で「ロックレバーをロックの位置に合わせてください」と案内され、調理はされません。



“ロック”の位置

2 メニューボタンを押してメニューを選びます。

a) ●  ボタンを押して「調理」メニューを選びます。

b) ●   ボタンを押して「調理時間」を選びます。


●「調理」の設定可能時間は 10 分から 90 分までです。

●  を押すごとに調理の時間が 5 分ずつ増加します。


●  を押すごとに調理の時間が 5 分ずつ減少します。



注意

調理中に 2 秒以上  ボタンを押すと、調理が取り消されますのでご注意ください。


3 調理をスタートします。

c) ●  ボタンを押して調理を開始します。

《調理中の表示》



4 調理が終わったら…。

調理完了後は、自動的に保温状態となります。調理完了後に蒸らしをしたり、そのまま冷ます場合は、 ボタンを 2 秒以上長押しして取り消してください。(※内なべを取り出すと、自動的に取り消されます。)