

# HRC 取扱説明書

**警告** ●加熱中は火元を離れないでください。 **火災の原因になります。**  
●絶対に空焚きはしないでください。

**注意** 安全のために必ずお守りください

●天ぷら料理等には、火災ややけどの危険がありますので次の点にご注意ください。・油を満たした状態では使用しないでください。油に引火するおそれがあります。(油の量は深さの半分程まで)・フタをしないでください。油の温度が異常に高くなり、発火するおそれがあります。●炎が鍋の底面からはみ出さないように火力を調節してください。炎により取っ手が焦げて危険です。また、隣接するコンロの炎があたらないよう取っ手の向きにご注意ください。●フタを鍋フチからずらして使用したり、直接火にあてたりすることや、強い衝撃を与えないでください。破損する恐れがあります。●調理物によっては、調理中や再加熱の際、急に噴き出すことがあります。強火で一気に加熱せず、弱火でよくかきまぜながら調理してください。

## 取扱上の注意

●調理中や調理後は本体・取っ手・つまみが熱くなっています。やけどの恐れがありますのでご注意ください。●鍋はコンロの中央部にのせて安定させてご使用ください。●絶対に空焚きをしないでください。火災や本体の変形、取っ手及びつまみの破損や、やけどの原因となります。特に200VのIHクッキングヒーターをご使用の場合は、ご注意ください。●満水状態で使用しないでください。●噴きこぼれ、煮こぼれしないようにご注意ください。●ガスが消えたり、調理器の故障の原因となります。●調理中は時々かきまぜてください。焦げつくことがあります。●フタの蒸気穴の向きを手前や取っ手側に向けしないでください。蒸気によるやけどの原因になります。●多量の油を入れる料理の際は、フタをしないでください。●炒め物をする場合は、鍋を加熱しすぎないでください。変色や油を加えた際に引火する恐れがあります。●ストーブの上では絶対に使用しないでください。調理物の噴き出し、本体の転倒、異常過熱等によるやけどや事故の原因になる恐れがあります。●電子レンジで使用しないでください。●オープン調理の際は、フタはご使用になれません。また、片手鍋は、取っ手が樹脂の為、オープンでご使用できません。●熱した本体に冷水をかける等、急激な温度変化を与えないでください。変形や破損の原因となります。●金属製の調理器具をご使用の際は、内面をキズつけないようにご注意ください。●調理物を入れたまま長時間(一昼夜以上)保存せずに、他の容器に移してください。

## ガスコンロ以外の調理器(IH・各種ヒーター調理器)でご使用される場合

●ご使用の際は、各種調理器の取扱説明書も合わせてお読みください。●家庭用の調理器でご使用ください。業務用や特殊な機種では使用しないでください。●調理中、「ブーン」「ジー」等の振動音がすることがありますが、故障ではありません。鍋の位置をずらしたり、火力を弱めると止まる場合があります。●調理器にカバー等をした状態ではご使用になれません。●調理器のトッププレートは、使用后高温になっていますので、やけどにご注意ください。●焦げつきや発熱部に噴きこぼれた煮汁や汚れが付着すると故障の原因になり、調理器が使用できなくなる場合がありますのでご注意ください。

## お使いいただく前に

●本体・フタにキズ等ないか、取っ手やつまみに破損やぐらつき等の不具合がないか確認してください。●はじめてご使用になる際は、スポンジに中性洗剤をつけてよく洗い、十分にすすいでください。●鍋底、あるいはフタ付近のシワは、材料・製造過程での特性によるもので、使用上問題はありせん。

## お手入れについて

●使用後はスポンジに中性洗剤をつけてよく洗い、十分にすすいだ後、早めに水気を拭き取ってください。研磨材入りスポンジ・たわし・金属たわし、みがき粉等は使用しないでください。●食器洗浄乾燥機での洗浄はしないでください。●塩分や酸を含んだ汚れがついたまま放置したり、湿気の多い場所に保管しないでください。●焦げつきを落とす場合は、熱湯に浸け置きし焦げつきを柔らかくしてから取り除いてください。

材質：本体・フタ[アルミニウム合金(セラミック塗装加工)]、樹脂部分(つまみ等)[フェノール樹脂]  
原産国：韓国

株式会社ヒラタ 〒194-0045 東京都町田市南成瀬6-12-15 **Hirata**  
☎ 0120-041-514 ※9:00~17:00(土・日・祝日除く)

## 裏表紙



## 無加水調理で簡単おいしい! セラミック3Dコーティング鍋

この製品はご家庭での調理用です。  
注意事項をご確認のうえ、ご使用ください。

●対応熱源 100V・200V IH調理器共用



※1 片手鍋に関しては、取っ手が樹脂の為、オープンではご使用できません。



## 表紙

### カレー



材料(4人分)			
牛肉	300g	トマト	4個
たまねぎ	1個		
にんじん	1本		
じゃがいも	2個		
カレールー	適量		

#### 作り方

- ①野菜は角切りにし、水にさらしておく。油をひかずに、牛肉を炒める。
- ②鍋にルー以外の材料を入れフタをし、20分程加熱する。
- ③水分が十分にでたら、最後にルーを入れ、5分程煮込んでできあがり。

### 肉じゃが



材料(4人分)			
牛肉(こまぎれ)	200g	いんげん	適量
たまねぎ	1個	●しょうゆ	大さじ6
にんじん	1本	●砂糖	大さじ4
じゃがいも	1個	●酒	大さじ2
糸こんにゃく	1/2袋		

#### 作り方

- ①野菜は角切りにし、水にさらしておく。油をひかずに、牛肉を炒める。
- ②鍋に野菜、●の調味料を入れフタをし、15分煮たら一度全体をかき混ぜ、もう一度フタをして8~10分煮る。
- ③じゃがいもに火が通ったらできあがり。

### カレーの煮付け



材料(4人分)			
カレーの切り身	4切れ	●砂糖	大さじ2
刻みしょうが	適量		
●しょうゆ	大さじ2		
●酒	大さじ2		
●水	90ml		

#### 作り方

- ①カレーの切り身をさっと洗い、水気をとる。
- ②鍋に●の調味料を入れ煮立て、皮面を上にし、刻みしょうがを入れ、フタをする。
- ③中火で15分程、時々傾け煮汁を絡めながら煮たらできあがり。

### 白米



材料(4人分)	
米	3合
水	600ml

※水の量は米1合に対し、水200~220mlで加減してください。  
※玄米を混ぜる場合も、調理方法は同じです。  
※吹きこぼれにご注意ください。  
沸騰後、強火で放置すると吹きこぼれの恐れがあります。

#### 作り方

- ①米を洗ってざるに上げ水を切った後、30分ほど分量の水につけておく。
- ②フタをして強火にかけ、蒸気が出て沸騰したら、ごく弱火にして15分炊く。
- ③火をとめて、そのまま10分蒸らし全体を混ぜてできあがり。

### 野菜スープ



材料(2人分)			
鶏のささ身	2~3本	トマト	2個
たまねぎ	1/2個	塩	少々
白菜	1/8株	コンソメ	2個
パプリカ	1/4個		
冬瓜	少々		

#### 作り方

- ①野菜はお好みのサイズに切り水にさらし、ささみは一口大に切る。
- ②鍋にトマト・たまねぎ・白菜・冬瓜・パプリカ・鶏肉の順に入れ、塩を振る。
- ③フタをして、弱火で10分程煮込む。
- ④水分がたっぷりでしたら、コンソメを入れできあがり。

### やきいも



材料	
さつまいも	2~3本

#### 作り方

- ①鍋にさつまいもを並べ、弱火で10~25分程、たまに転がしながら焼きます。
- ②串を刺し火の通りを確認し火を止めて、余熱で中まで柔らかくなったたらできあがり。

### HRC 調理ポイント

※肉・魚を調理の際は、油は必要ありません。

※野菜調理の際は、さっと水に通してください。