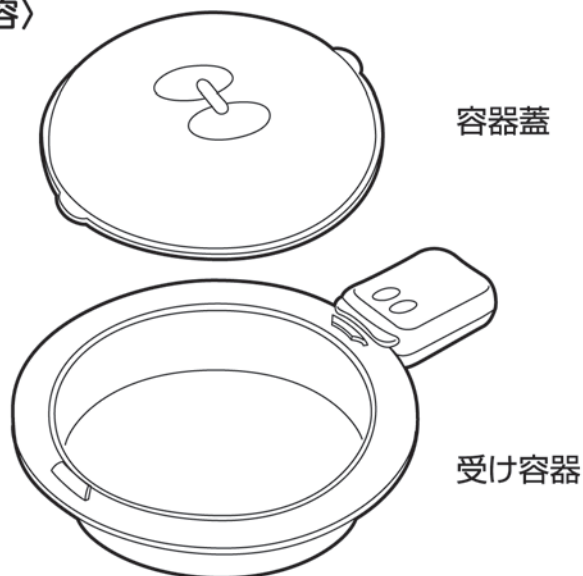


レンジでらくチン★ フライパン 15cm

レシピ & 取扱説明書

ご使用の際にはこの取扱説明書をよくお読みください。
不適切な取扱いが事故につながります。
また、ご使用後も取扱説明書を必ず保管してください。

〈セット内容〉



株式会社 曙産業

〒959-1234 新潟県燕市南1丁目2-11
TEL. 0256-63-5071(代) FAX. 0256-64-2288
URL <http://www.akebono-sa.co.jp>

08101

使用上の注意

- 電子レンジ専用です。直火、オーブンやグリルで使用できません。
- 電子レンジ内での空だきはしないでください。
- 調理する前にターンテーブルの汚れをよく拭き取ってからご使用ください。
- 必要以上に加熱しないでください。破損や変形の原因になります。
- 電子レンジで加熱した直後は熱くなっていますので、ヤケドに注意してください。
- 油または油分の多い物は使用しないでください。
- 食器洗浄機や食器乾燥器などには使用しないでください。
- 火のそばに置かないでください。
- 食品によって容器に色移りすることがあります。
- 幼児の手のとどかない所に保管してください。

使用後のお手入れ

- 使用後はスポンジ等に食器用洗剤をつけて洗い、水気を十分拭き取ってください。
- タワシ、又はミガキ粉で磨くとキズがつきますので使用しないでください。

品質表示

- 本体・フタ / 原料樹脂：ポリプロピレン
耐熱温度：120℃
耐冷温度：-20℃
- 満水容量 / 700ml

日本製

本品は自社工場で生産しています。

親子丼

●材 料（1人分）

鶏ムネ肉・・・50g
玉ねぎ・・・1/8個
玉子・・・1個
三つ葉・・・2～3本
温かいご飯・・・丼1杯
※きざみ海苔でも可。

○煮 汁

水・・・50ml
砂糖・・・大さじ1/2
醤油・・・大さじ1/2
粉末だし・・・小さじ1

※市販の麺つゆ、親子丼用つゆでも可。

●下準備

煮汁を合わせて作っておく。鶏肉を2cm程の角切りにしておく。
玉ねぎはうすくスライスしておく。

●作り方

- ①スライスした玉ねぎを半分程入れ、鶏肉を均等にのせます。
残りの玉ねぎをその上にのせてください。全体にかかるように
煮汁を入れてください。
- ②フタを閉めて、電子レンジにセットします。加熱時間は下記表
を参考にしてください。

	500W	600W	700W
加熱時間	約2分	約2分	約1分40秒

- ③加熱後本体を取り出し、フタを取ってよく溶いた玉子を具全体に
まわし掛けてください。
- ④もう一度、フタを閉じて電子レンジで再加熱します。

	500W	600W	700W
加熱時間	約1分	約1分	40秒

- ⑤加熱終了後、そのまま30秒ほど庫内の余熱で蒸らしてください。
全体に熱が通ったら、丼のご飯の上に盛り付け、三つ葉やきざみ
海苔を添えて出来上がりです。

目玉焼き

●材 料（1人分）

玉子（L）・・・1個 塩・コショウ・・・少々

●作り方

- ①本体に、水を小さじ1/2入れます。
- ②玉子を割り入れ、卵黄の中央に箸などを垂直に突き刺して数カ所
穴をあけます。
- ③フタを閉めて、電子レンジにセットします。加熱時間は下記表を
参考にしてください。

	加熱時間（目安）		
分量（サイズ）	500W	600W	700W
1個	約1分30秒	約1分	約45秒

※電子レンジの機種によって加熱時間は多少異なります。時間は
調整しながらご使用ください。

- ④加熱終了後、塩・コショウをふって調味すれば出来上がりです。
※お好みで、玉子を割り入れる前にハムを敷けば、ハムエッグな
どができます。

