

isetto

株式会社 伊勢藤

〒577-0062 東大阪市森河内東2丁目2番17号

Tel.06-6783-5205

即創美味 電子レンジ専用炊飯器
シングル倶楽部

●取扱説明書●



※この取扱説明書は、お客様各自で大切に保管して下さい。

食べたいと思ったそのときに

アイデアしだいで簡単に創れる

見た目の美しさも兼ねそろえた料理が

ご家庭で手軽に味わえる

それがシングル倶楽部です。

炊飯器・調理器・保存容器の1台3役

電子レンジ専用炊飯器“シングル倶楽部”に使用している
TPX[®]樹脂とは・・・

安全性・衛生性・資源の有効利用・環境を配慮した樹脂です。
(環境ホルモンと疑われている化学物質を使用しておりません。)

1. 食品衛生上、安全性に優れています。

電子レンジ専用炊飯器“シングル倶楽部”はポリオレフィン等衛生協会の「ポリオレフィン等合成樹脂製食品容器包装に関する自主規制基準」の規格基準に適合しています。

2. 耐熱・耐冷性に優れています。

冷蔵庫での食品の冷凍・保存から電子レンジでの解凍・加熱・調理が可能です。

3. 電気的性質が優れています。

電子レンジのマイクロ波の浸透性に優れ効率よく短時間で加熱・調理ができます。

4. 耐薬品性が優れています。

お手入れの際、汚れが落ちやすくほとんどの薬品に優れた耐薬品性を示します。

5. 剥離性が優れています。

表面張力は、フッ素樹脂に次いで小さく剥型性を有しているのでシングル倶楽部容器
本体・しゃもじにご飯がくっつきにくくなります。



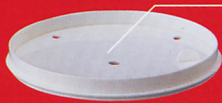
●各部の名称・材質●



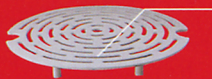
しゃもじ
(TPX[®])



上 蓋 (TPX[®])



中 蓋 (TPX[®])
※へこんでいる方を
上向きにセットして下さい。



すのこ (TPX[®])



本 体 (TPX[®])



計量カップ
(ポリプロピレン)



受け皿
(ポリプロピレン)

◎お使いになる前に

◆初めてご使用になる前は、容器に8分目の水を入れ、電子レンジで沸騰するまで加熱させて下さい。
プラスチックの臭いが消えます。

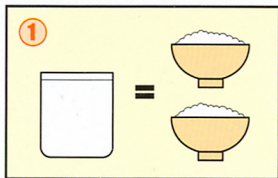
◆容器に貼ってあるシールなどは、すべて取り外してご使用下さい。

◎お手入れの方法

◆使用後は食品用の中性洗剤と柔らかいスポンジなどで洗って下さい。(たわし、磨き粉、研磨剤入りのスポンジはキズの原因となるので使用しないで下さい。)

◆焦げ付きやカレーなどの色が落ちにくい場合は、熱めのお湯1ℓに対し、漂白剤50mgを溶かした液にしばらく浸してから中性洗剤で洗って下さい。

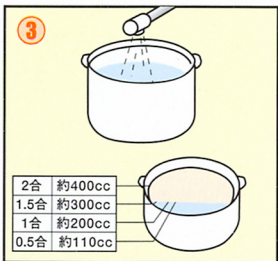
お米の炊き方



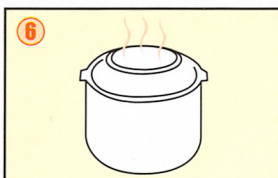
正確に計量することが、美味しく炊くコツです。付属の計量カップいっぱいまでお米を入ると約1合(2膳)分です。



お米を入れ、
といで下さい。



お米の量に合わせて、それぞれの目盛りの位置まで水を入れて下さい。(上から2合、1.5合、1合、0.5合、の順に刻んであります。目盛りは白米の水量の目安です。)固めや柔らかめに炊かれる場合は水の量を多少、増減して下さい。



加熱が終われば、そのままで約5分間蒸らして下さい。(0.5合のみ20分です。)その後、ごはんをほぐすように、かきまぜれば出来上がります。



合	時間(分)
0.5	約9
1	約10~11
1.5	約13~14
2	約17~18

レンジに入れる際には、容器をゆすってお米を平らにならして下さい。加熱時間は500W出力の電子レンジの目安です。表示加熱時間より少し短くセットすると柔らかめに、長くすると固めに炊き上がります。400W、600W、800W、の電子レンジは表示時間の2割程度を目安に加熱して下さい。



水を入れたら中蓋・上蓋を閉じ、そのまま少しひたして下さい。(夏は20分、冬は30分程度)上蓋はイラストのように、時計回りにまわしてしっかりロックして下さい。

炊き方のポイント

①説明書内に表示した加熱時間は500W出力の電子レンジを基準にしたものです。400W、600W、800Wの電子レンジをお使いの場合は表示時間から2割程度調整して下さい。

②電子レンジのメーカーや機種によって加熱時間は多少異なりますが、最小表示時間を目安に、時間を徐々に伸ばしていくことがポイントです。

③「強弱」切替式の電子レンジは「強」で、「W数表示」切替式の電子レンジは「下表」のW数に近い最大目盛りで加熱して下さい。

④600W以上の出力のある電子レンジをご使用される場合でも、「シングル倶楽部」で調理される時は、切替スイッチを使用し、「下表」の加熱時間表をご参照下さい。

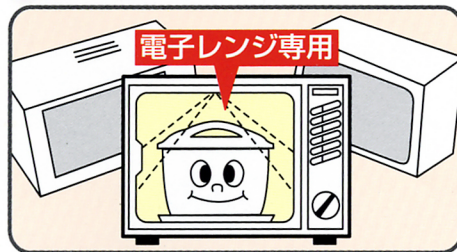
※電子レンジの「強」・「弱」のW数の機種によって異なりますので、ご使用の電子レンジの取扱説明書を確認してください。

◎電子レンジ加熱時間表

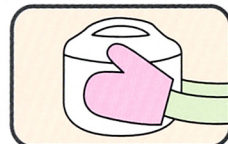
	400W	500W	600W~800W
0.5合	約10分	約9分	約7分
1合	約12~13分	約10~11分	約8~9分
1.5合	約16~17分	約13~14分	約10~11分
2合	約19~20分	約17~18分	約14~15分

※上記の電子レンジ加熱時間表は電子レンジを手動でセットした場合の目安時間です。オート式や炊飯モードを利用した場合には適合されません。

使用上の注意



- ◎本品は電子レンジ専用です。
- ◎ガスオープンや電気オープンでのご使用は出来ません。



調理後、本品を素手で直接電子レンジから取り出すとヤケドの原因になり危険です。ミトン型手袋か鍋つかみをご使用下さい。



- 電子レンジ高周波出力専用です。オープン・グリル・トーストその他の機能で使用しないでください。火災の原因になります。
- 本品を火の近くに置かないで下さい。
- 空だきや水分の少ない食品の調理はお避け下さい。(容器劣化の原因)
- 電子レンジの中心に置くと効率よく炊き上がります。
- 調理中の吹きこぼれは料理に影響ありません。
- カレーの暖め直しや煮込み料理の調理は可能ですが、必要以上に煮込むと容器が傷んだり変色することがあります。
- 香辛料、酸の強い食品や料理を長時間保存しないで下さい。
- 受け皿で調理しないで下さい。
- 強いショック(衝撃・落下)を与えると破損する場合があります。
- 炊き上がり後や調理後、すぐに上蓋を開けないで下さい。
- すのこを使って調理した場合、調理後本体からすぐにすのこを取り出さないで下さい。
- レンジを作る際の表示時間は500w出力の電子レンジを基準にしたものです。電子レンジの出力値やメーカーに応じ、加熱時間を調整して下さい。



おかゆ (2人前)

◎材料◎

お米/1/2カップ・水/400cc

◎作り方◎

- ①お米をといで、お米の量に合わせ、水に30分以上ひたしておく。
 - ②中蓋と上蓋を閉じ、電子レンジで約11～13分加熱する。
 - ③そのまま約5～6分蒸らす。
- ※お好みに応じてきぬさやや銀杏などをつけあわせて下さい。



焼き込みご飯 (2人前)

◎材料◎

お米/1カップ・水/220cc・焼き込みご飯の素/1/2袋

◎作り方◎

- ①お米をといで、お米の量に合わせ、水に30分以上ひたしておく。
- ②焼き込みご飯の素を入れて混ぜ合わせる。
- ③中蓋と上蓋を閉じ、電子レンジで約9～11分加熱する。
- ④15分ほど蒸らし、混ぜる。



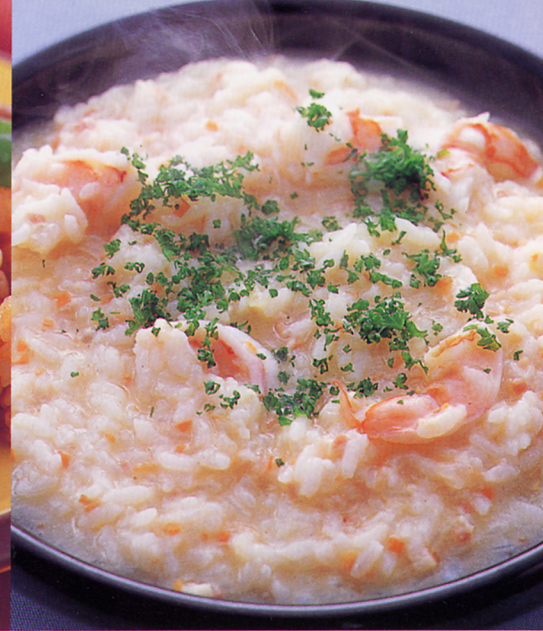
ジャンバラヤ (2人前)

◎材料◎

お米/1カップ・水/220cc・たまねぎ/1/2ヶ・ピーマン/1ヶ・トマト(缶)/50g・スイートコーン/大さじ2・チオリソー(ピリカラソーセージ)/2本・チリパウダー/小さじ1/2・バター/30g・サラダ油/大さじ1・塩/小さじ1/2

◎作り方◎

- ①たまねぎは粗いみじん切りに、ピーマンは縦半分に分けて種子を取り除き1/2に切る。
- ②洗ったお米と共に全ての材料を容器に入れ、中蓋と上蓋を閉める。
- ③電子レンジで約11分ほど加熱し、5分ほど蒸らす。



小海老のリゾット (2人前)

◎材料◎

お米/1/2カップ・水/360cc・固形ブイヨン/1/2ヶ・たまねぎ/1/4ヶ・ベーコン/1枚・にんじん/1/6本・小海老/4匹・パルメザンチーズ/大さじ2～3・パセリ/大さじ1/2・バター/30g・塩/小さじ1/2

◎作り方◎

- ①たまねぎ、ベーコン、にんじん、パセリはみじん切りにする。小海老はカラをとり、茹でる。
- ②容器に洗ったお米、水、固形ブイヨン、たまねぎ、ベーコン、にんじんのみじんぎりを入れて中蓋、上蓋をしっかりと閉め、電子レンジで約12～15分加熱する。
- ③そのまま5分ほど蒸し、蓋をとり、塩、パルメザンチーズ、バターを混ぜる。
- ④仕上げに茹でた小海老とパセリを入れ、混ぜる。



うま煮

●材料●

にんじん/小1/2本・ごぼう/1/2本・たけのこ/小1/2本・こんにやく/1/2枚・きぬさや/5~6枚・干し椎茸/小5ヶ・椎茸のめし汁/1/2カップ・だし汁/1/2カップ・醤油/大さじ2・みりん/大さじ1・酒/大さじ1・塩/小さじ1/4

●作り方●

- ①にんじん、ごぼう、たけのこを乱切りにし、電子レンジで約3分加熱する。
- ②きぬさやのすじを取り、塩をふって1分ほど加熱する。こんにやくは熱湯をかけた後、乱切りにする。
- ③干し椎茸はもどした後、いしすきを取り除いて半分に切る。
- ④干し椎茸のめし汁とだし汁に調味料を加え、きぬさや以外の下ごしらえした材料を入れ、蓋をして約7~9分加熱する。
- ⑤きぬさやを入れ、そのまま13分ほど蒸らす。



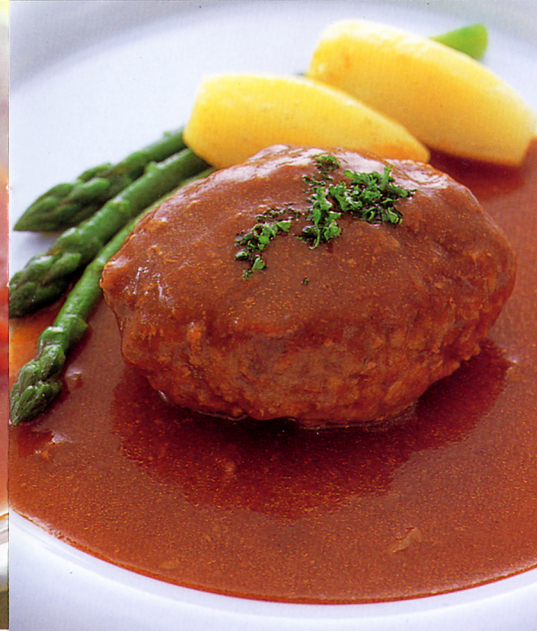
ロールキャベツ

●材料●

キャベツの葉/4枚・合い挽きミンチ/200g・たまねぎ/1/2ヶ・塩/小さじ1/2・卵/1/2ヶ・パン粉/1/2カップ・ナツメグ(香草)/少々・こしょう/少々・市販のトマトソース(缶)/200g・バター/15g

●作り方●

- ①たまねぎはみじん切りにする。キャベツの葉は柔らかくポイルして、水気をよく切り、芯の厚いところはそぎ切りしておく。
- ②合い挽きミンチ、たまねぎのみじん切り、塩、とき卵、パン粉、ナツメグ、こしょうをボールに入れ、手でこねるようによく混ぜ合わせる。
- ③②を4等分し、それぞれをキャベツにのせて包み込む。
- ④容器にロールキャベツ、トマトソース、バターを入れて中蓋上蓋を閉め、電子レンジで10分ほど加熱する。



煮込みハンバーグ

●材料●

●ハンバーグ
合い挽きミンチ/200g・たまねぎ/1/2ヶ・卵/1/2ヶ・牛乳/130cc・パン粉/1/4カップ・塩/小さじ1/2・こしょう/少々・ナツメグ(香草)/少々

●ソース
市販デミグラスソース/1カップ・赤ワイン/30cc・水/150cc・固形ブイヨン/1/2ヶ・塩/小さじ1/3

●作り方●

- ①みじん切りにしたたまねぎととき卵と共に全てのハンバーグの材料をボールに入れて手でしっかり練り合わせ、2等分にして形を整える。
- ②容器にソースの材料を入れてよく混ぜ合わせ、①のハンバーグの生地を入れる。
- ③中蓋と上蓋をして電子レンジで12分ほど加熱する。
※お好みに応じてアスパラ、じゃがいもをつけあわせ下さい。



手作りチャーシュー

●材料●

豚肩ロースかたまり/500g・白ねぎ/1/3本・しょうが/10g・八角(香草)/1ヶ・丁香(香草)/2本・山椒の粉/小さじ1/2・水飴/大さじ1・濃口醤油/1カップ・日本酒/1/2カップ・みりん/1/2カップ・塩/少々・中華だしの素/少々・水/50cc

●作り方●

- ①容器に全ての材料を入れ、味をしみこませるため冷蔵庫で半日保存する。
- ②中蓋、上蓋をして電子レンジで20分ほど加熱する。
※お好みに応じてトマト、レモン、白ねぎ、しょうが、三つ葉をつけあわせ下さい。



シューマイ

◎材料◎

豚挽き肉/30g・たまねぎ/1/6ヶ・ねぎ/1/6本・干し椎茸/1枚・塩/小さじ1/6・酒/小さじ1/6・砂糖/小さじ1/6・片栗粉/大さじ1/6・しゅうまいの皮/4枚

◎作り方◎

- ①干し椎茸、ねぎ、たまねぎはみじん切りにし、豚挽き肉と片栗粉、塩、砂糖よく混ぜ合わせる。
- ②①を丸めてしゅうまいの皮にのせ、きっちりと包む。
- ③水を少々入れた容器にすのこを置く。その上にシューマイをのせ、中蓋と上蓋を閉じて電子レンジで約4～5分加熱する。

※蒸し器としてご利用になる時はシングル倶楽部に少々水を入れてご使用願います。



茶碗蒸し

◎材料◎

卵/2ヶ・だしの素/小さじ1/2・水/1カップ・塩/小さじ1/4・醤油/大さじ1/2・砂糖/小さじ1/3・小海老/4本・鶏肉/40g・三つ葉/4本・もみじ麩/4ヶ・銀杏/8ヶ

◎作り方◎

- ①卵、だしの素、水、塩、醤油、砂糖を容器に入れて混ぜ合わせる。
- ②小海老、鶏肉、お湯でふかしたもみじ麩、銀杏をそれぞれ均等になるように器に入れる。
- ③①を②の器に注ぎ、三つ葉をのせる。
- ④水を少々入れた容器にすのこを置く。その上に器をのせ、中蓋と上蓋を閉じて電子レンジで約3分30秒～4分加熱する。



パンケーキ

◎材料◎

市販のホットケーキミックス/200g・卵/1ヶ・牛乳/150cc・レーズン/適宜

◎作り方◎

- ①ボールに市販のホットケーキミックスを入れて卵、牛乳、レーズンを加え、ダマにならないように泡立て器でよく混ぜ合わせる。
- ②水を少々入れた容器にすのこを置く。その上に①を入れた紙カップケースをのせ、中蓋、上蓋をして約2分間加熱する。



リンゴのコンポート

◎材料◎

りんご/2ヶ・水/200cc・砂糖/200g・赤ワイン/200cc・バニラのサヤ/1本・シナモンスティック/1本

◎作り方◎

- ①りんごは1/4に切って種をとり、全ての材料とともに容器に入れる。
- ②中蓋、上蓋をして15分ほど加熱する。