SHARP

水なし自動調理鍋 家庭用

HEALSIO
ヘルシオ ホットクック

取扱説明書

保証書付 裏表紙にあります

形名

KN-MN16H



もくじ

ページ

はじめに
- 特長 …… 2
- 安全上のご注意 必ずお守りください …… 4
- 使用上のご注意 …… 6
- 各部のなまえ、付属品 …… 8
- 操作部・表示の説明 …… 9

使いかた
- 設定を変更する …… 10
- まぜナビについて …… 11
- 自動調理メニューを作る …… 12
- 手動で作る …… 14
- 手動で作るポイント …… 15
- あたため直しをする、保温をする … 17
- 予約調理をする …… 18

必要なときに
- お手入れ …… 20
- ・内ぶた …… 21
- ・内鍋 …… 22
- ・蒸気口カバー …… 24
- ・蒸しトレイ …… 24
- ・つゆ受け …… 24
- こんなときは？ …… 25
- 故障かな？ …… 27
- こんな表示が出たら …… 28
- 仕様 …… 29
- 保証とアフターサービス …… 30
- お客様ご相談窓口のご案内 …… 31
- 保証書 …… 裏表紙

お買いあげいただき、まことにありがとうございました。
この取扱説明書をよくお読みのうえ、正しくお使いください。
ご使用の前に「安全上のご注意」を必ずお読みください。
お読みになった後は、いつでも見ることができる所に必ず保存してください。
業務用として使用しないでください。

「製品登録」をお願いします

- 家電製品を WEB でまとめて管理できる！
- 登録製品に関する消耗品などサポート情報へ簡単アクセス！
- 当社製品などが当たる抽選応募用「わくわくポイント」を進呈！
- 自動回答に加え会員限定でオペレーターとチャット相談可能！

https://cocoromembers.jp.sharp/m/

HEALSIO
ヘルシオロゴ 及び ヘルシオ、HEALSIO、
ヘルシオホットクック、ヘルシオホットクックロゴは、
シャープ株式会社の商標です。

特長

■ 水を使わない調理ができます。

基本的に水を使わず、野菜などの食材に含まれる水分を
活用して調理します。
食材の風味を活かし、栄養の流出をおさえながら、
煮物や野菜のゆで調理ができます。



■ 多彩な自動調理メニューで、手軽に作れます。

煮物やカレー・シチュー、蒸し物などの毎日のお料理のほか、
お菓子、ヨーグルトなどの温度管理が難しい発酵食品、
温泉卵などの低温調理まで、自動調理メニューを使って
ご家庭で手軽に作れます。



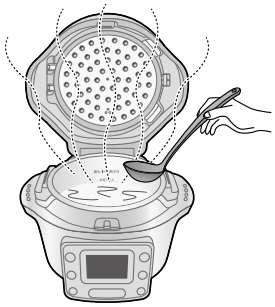


■ まぜナビがあります。

調理の進行具合に合わせて、メニューに応じたかき混ぜタイミングや混ぜかたをお知らせします。
(すべてのメニューがまぜナビ対象ではありません)



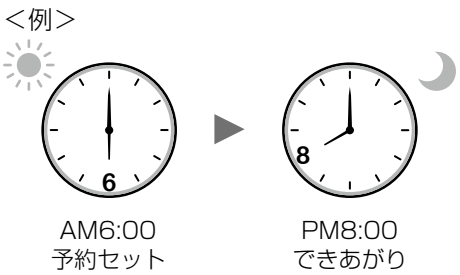
ふたを開けて、
まぜナビに従って
混ぜます。



■ 予約調理ができます。

最大15時間後まで予約調理が可能です。
※[ごはん類]の予約調理は、最大12時間後まで。

出かける前にホットクックに食材をセットしておけば、
帰宅後すぐにアツアツの食事が食べられます。
また、夜セットしておけば、朝起きてすぐに
温かいみそ汁やスープを食べることもできます。



目的に合わせてレシピが探せます

主な自動メニューのレシピが知りたい！

メニュー集 (付属品)
代表的な自動メニューのレシピのほか、手動調理を使いこなすヒントなどを記載しています。

本製品に搭載されているメニューのレシピが知りたい！

レシピ集 (サポートサイトよりダウンロード)
すべての自動メニュー・手動メニューのレシピを
まとめて確認したいときはこちらをご覧ください。

https://cs.sharp.co.jp/select/download?productId=KN-MN16H

食材からメニューを探したい！新しいメニューが知りたい！

COCORO KITCHEN レシピサービス (Webページ)
お料理からお菓子・パンまで多数のレシピを
ご紹介しています。

https://cocoroplus.jp.sharp/kitchen/recipe/



メニュー集やレシピ集に掲載されていないレシピで調理をしたい場合
自動メニューの中から類似メニューを選んで調理することもおすすめですが、
類似メニューが見つからないときなどは、手動調理を活用して、
ご家庭で調理されているマイレシピをホットクックで作ってみてください。
メニュー集の、手動調理活用術では、使いこなしのポイントなどを
記載しています。

※本書に記載のイラストは、説明用のため実際と異なります。
URLやQRコードのリンク先は、予告なく変更または削除されることがあります。

安全上のご注意　必ずお守りください

人への危害、財産への損害を防ぐため、お守りいただくことを説明しています。

■ 誤った使いかたで生じる内容を、
次のように区分して説明しています。

⚠ **警告**	「死亡または重傷を負うおそれがある」内容。
⚠ **注意**	「軽傷を負う、または財産に損害を受けるおそれがある」内容。

■ お守りいただく内容の種類を
次の図記号で説明しています。

⃠	してはいけないこと。
❗	しなければならないこと。

⚠ 警告 感電や漏電、発火などによる事故やけがを防ぐために

分解・修理・改造はしない



- **自分で絶対に分解・修理・改造をしない** (火災・感電・けがの原因)
  修理は、お買いあげの販売店、または
  お客様ご相談窓口にご連絡ください。
  (**31**ページ)
- **すき間にピンや針金など、異物を入れない**
  (感電・異常動作してけがの原因)

子供だけで使わせない



- **乳幼児の手の届く所で使用したり置いたりしない**
  (やけど・感電・けがのおそれ)

本体を水でぬらさない



- **本体を水につけたり、水をかけたりしない**
  (ショート・感電のおそれ)

異常・故障時には、直ちに使用を中止する



- **すぐに電源プラグを抜いて、販売店へ点検・修理を依頼する**
  (火災・感電・けがのおそれ)
  - キーを押しても作動しないことがある。
  - 電源プラグやコード、本体が異常に熱くなったり、コゲ臭いにおいがする。
  - 熱板がひずんでいたり、内鍋が変形している。
  - その他の異常や故障がある。

電源プラグやコードは、乱暴に扱わない



- **傷付けたり、変形させない**
  無理に曲げる・引っ張る・ねじる・束ねる・重い物をのせる・挟み込む・加工する・高温部に近付けるなどをしない。
  (火災・感電・ショートの原因)
- **傷んだ電源プラグやコードは使わない**
- **ゆるんだコンセントは使わない**
- **乳幼児に器具用プラグをなめさせない**(感電・けがの原因)
- **器具用プラグの先端にピン等金属片やごみを付着させない**
  (感電・ショート・発火の原因)

- **定格15A以上・交流100Vの専用コンセントを単独で使う**
  (他の器具と併用すると分岐コンセント[延長コード]部が異常発熱し、発火・感電の原因)
- **電源プラグはコンセントの奥まで、しっかり差し込む**
  (感電・ショート・発煙・発火のおそれ)
- **電源プラグは、刃および刃の取付面にほこりが付着している場合は、定期的に拭き取る**
  (ほこりがたまると、火災の原因)



- **ぬれた手で電源プラグの抜き差しをしない** (感電・けがの原因)

⚠警 告 感電や漏電、発火などによる事故やけがを防ぐために

蒸気口に顔や手を近付けない



- **特に乳幼児には触らせない**
  (やけどの原因)



ふたを開けるときは

- **蒸気や内ぶたから落ちる熱い水滴に注意する**
- **かき混ぜる際は、内ぶたや内鍋などの高温部に触れない**
  (やけどのおそれあり)

取扱説明書・メニュー集・レシピ集に記載している用途以外に使わない

【特に以下の料理はしない】
- 多量の油を使う料理。
- 泡が急激に出る「重曹(じゅうそう)」などを使う料理。
- 食材をポリ袋などに入れて調理する料理。(蒸気や内容物がふき出し、やけどやけがの原因)

⚠注 意 けがを防ぎ、家財などを守るために

次のような場所で使用しない

- **不安定な場所や熱に弱い敷物の上**
  (けが・やけど・火災・水漏れの原因)
- **水のかかる所や火気の近く**
  (変色・変形・感電・火災の原因)
  ※キッチン用収納棚を使うときは、蒸気がこもらないようにする。
- **壁や家具の近く** (変色・変形の原因)

電源プラグは正しく扱う

- **電源プラグを抜くときは、電源コードを持たず、必ず電源プラグを持って引き抜く**
  (感電やショートして、発火の原因)



- **長期間使用しないときは、電源プラグを抜く**
  (絶縁劣化などで感電や漏電・火災の原因)

- **お手入れは、電源プラグを抜き、冷めてからおこなう** (やけどの原因)

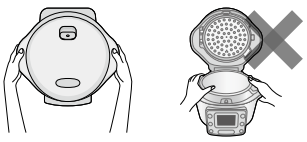
次のような使いかたをしない

- **専用の内鍋以外は使用しない**
  (過熱・異常動作の原因)
- **専用の電源コード以外は使用しない。また、他の機器に転用しない**
  (過熱・異常動作の原因)
- **使用中や使用後しばらくは、高温部**
  (内ぶた・内鍋・本体内部・熱板・温度センサーなど)**に触れない**
  (やけどの原因)
- **内鍋の「水位MAX」の線を超えて水を入れない** (やけどの原因)
  メニュー集やレシピ集に記載の使用方法であれば、使えます。

本体を持ち運ぶときは

- **必ずふたを閉めて、両側の持ち手(本体とふた)をにぎり、持ち上げる**
  (落下によるけがや、やけどの原因)

正しい持ちかた



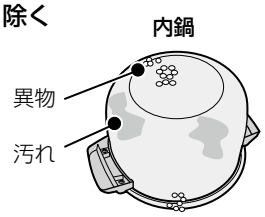
使用上のご注意

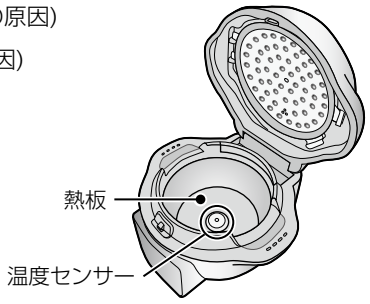
設置場所や環境について

- **机やテーブルの端、傾斜がある場所に置かない**
  (転倒・落下による故障や破損の原因、けがややけどのおそれ)
- **スライド式テーブルに置くときは、荷重強度を確認する**
  (落下し、けがややけどのおそれ)
  ※食材や水を最大量入れると約10kgになります。
- **直射日光が当たる場所で使わない** (変色の原因)
- **コンセントに差した電源プラグに蒸気を当てない** (故障の原因)

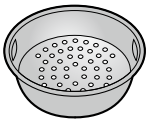
本体の取り扱いについて

- **ふたの上に物を置いたり、ふきんなどをかぶせない** (変形・変色や故障の原因)
- **ふたを開けたままで持ち運ばない** (落下や調理物がこぼれ、やけどの原因)
- **カラ**(食品なし)**の状態で調理スタートなど動作させない** (故障の原因)
- **異物が付いたままで使用せず、必ず取り除く**
  (内鍋の底面・フチ、本体底の熱板・温度センサーなど、蒸気が漏れたり、熱が伝わりにくくなり調理の失敗、故障の原因)





- **調理直後は、蒸しトレイや内鍋が高温のため、取り出すときは、直接手で触れずに、乾いたふきんなどを使う** (やけどの原因)
- **蒸しトレイは内鍋ごと取り出す** (やけどの原因)

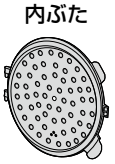




- **内鍋を取り出した後、熱板・温度センサーも高温になっているのでお手入れは、必ず冷めてからおこなう** (やけどの原因)

> 連続して調理をおこなうときは、ふたを開けた状態で15分程度本体を冷ましてからおこなってください。(調理の失敗の原因)

- **電源を切るときは、電源プラグをコンセントから抜く**
- **内ぶたに無理な力を加えない** (変形・破損の原因)



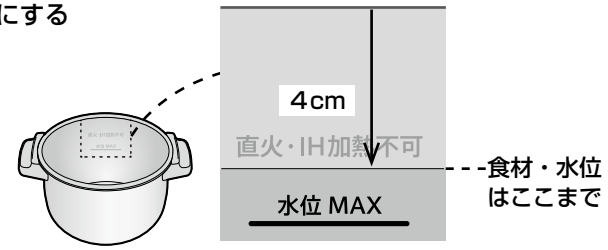
内鍋(フッ素加工)について

- **ホットクック専用鍋です。**
  直火にかけたり、電子レンジやIH調理器(電磁調理器)など、ほかの加熱機器で使わない
- **フッ素加工のはがれや傷付きの原因となるため、次のことを守る**
  - **内鍋で洗米しない**
  - **直接、金属製のザルなどを入れたり、金属製の調理器具(泡立器やおたまなど)で混ぜたりしない**
  - **内鍋で食材を混ぜるときは、柔らかい材質の調理器具(シリコンやゴム製)を使う**
  - **料理を取り出すときは、金属製や耐熱性のない樹脂製の調理器具(おたま・フライ返しなど)は使わない**
  - **塩分・油脂類(食用油・バター・マヨネーズなど)が付着したままで放置しない**
  - **お手入れするときに、かたいスポンジや金属タワシを使って洗わない**
- **下記の材料は、内鍋の中で混ぜない**(内鍋が傷付くおそれあり)
  - **骨付き肉**(スペアリブ、骨付きもも肉など)
  - **有頭えび、あさりやムール貝などの殻付き貝、かに**(殻付き)

最大調理容量について

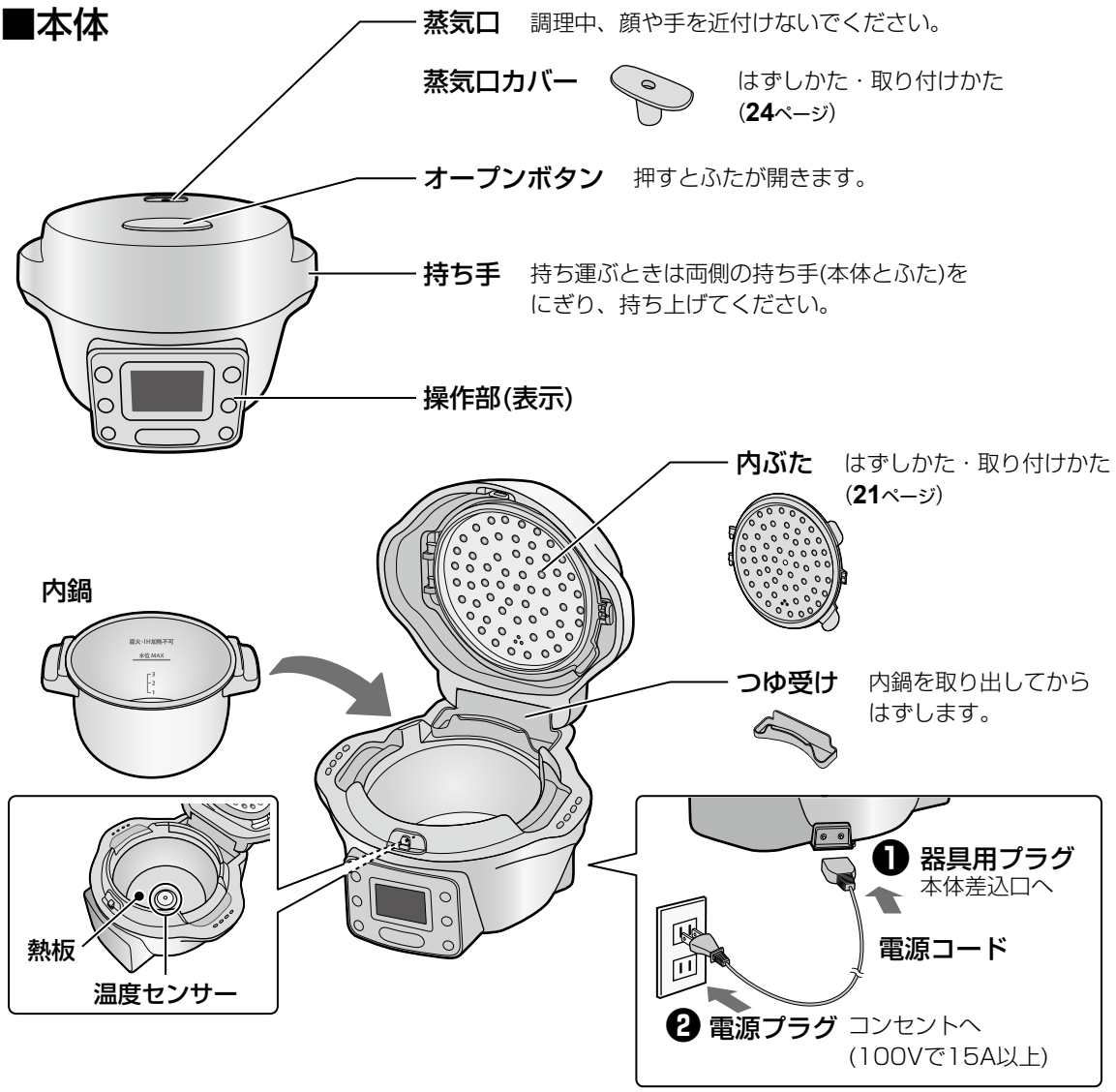
- **食材は、内鍋の上部から4cm以上あけるようにする**
- **水分は、「水位MAX」を超えないようにする**
  ただし、メニュー集やレシピ集掲載メニューの一部で「水位MAX」を超えるものがあります。
  その場合、内鍋の上部から4cm以上あけます。

  ※最大調理容量を超えると、やけど・ふきこぼれ・故障の原因になります。



各部のなまえ、付属品

■本体



■付属品(各1)

使用中に破損したり、紛失したときは、お買いあげの販売店へご依頼ください。(有料)

- 蒸しトレイ

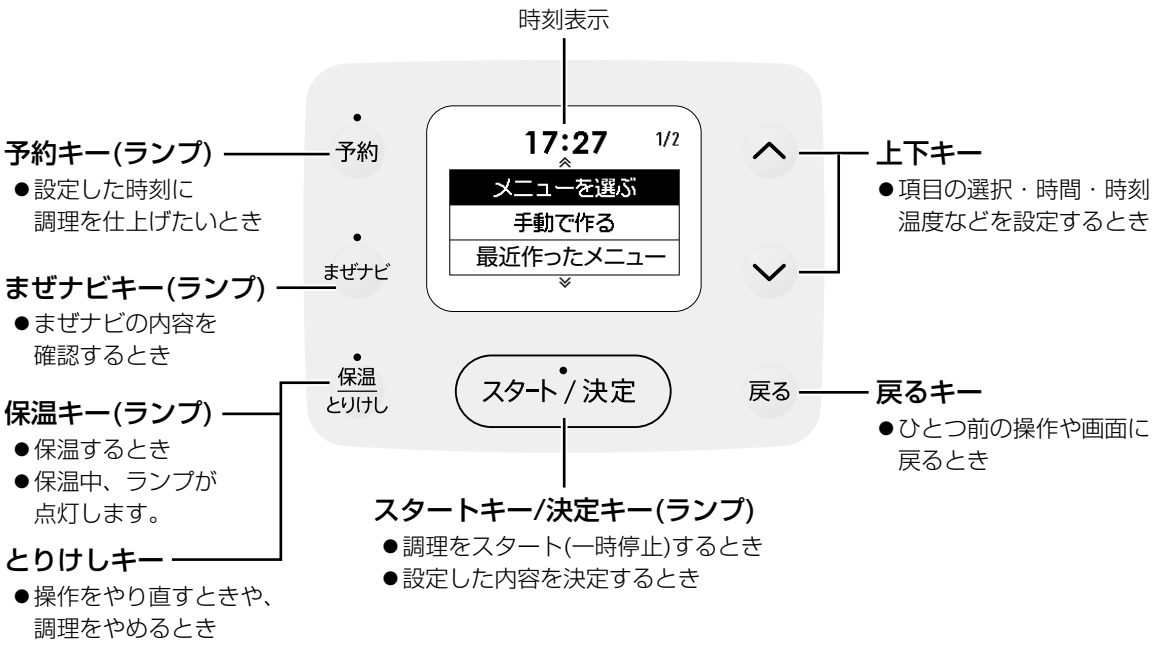


蒸し物調理、低温調理、2段調理(自動調理メニュー)のときに使います。
くわしくは、メニュー集やレシピ集をご覧ください。
本製品以外で使用しないでください。

調理後は、乾いたふきんなどを使い、やけどに注意して内鍋ごと取り出してください。

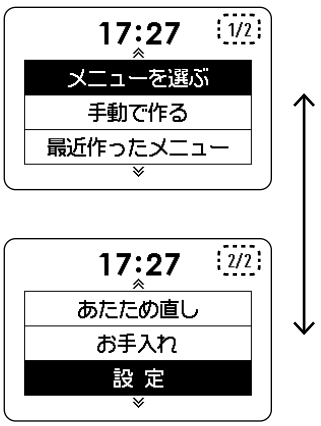
- 取扱説明書(保証書付)　当商品は日本国内向けです。日本語以外の説明書はありません。
  This model is designed exclusively for Japan, with manuals in Japanese only.
- メニュー集

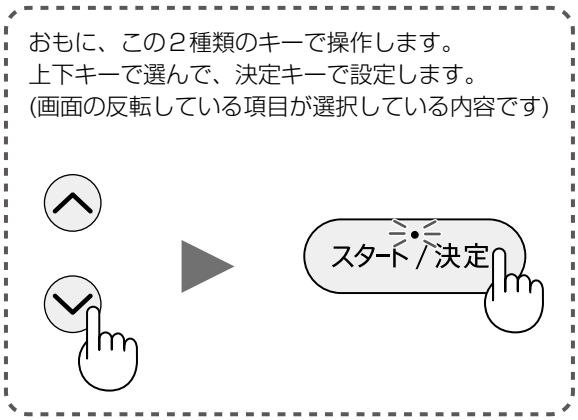
操作部・表示の説明



初期画面と基本操作について

●電源を入れたときに表示するのが初期画面です。操作はこの画面から始めます。
２画面にわたり、６項目表示します。





●初期画面で放置すると30秒後に画面が暗くなり、その後消灯しますが、いずれかのキーを押すと
画面が明るくなります。
●初期画面以外で放置したときは、約10分後に初期画面に戻ります。その後、１分で表示は消灯します。

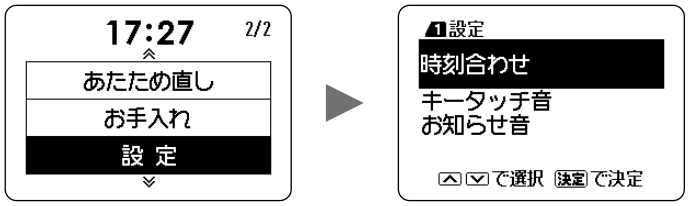
設定を変更する

設定内容は電源プラグを抜いても記憶しています。

1 設定内容を選ぶ

上下キーで選んで、決定キーを押して設定していきます。

[設定]を選んで決定し、変更したい設定内容を選んで決定する



2 設定を変更する

上下キーで選んで、決定キーを押して設定していきます。

時刻合わせ

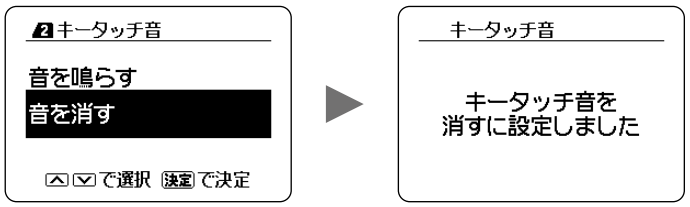
工場出荷時に合わせていますが、保管環境により、多少ずれることがあります。

「時」を合わせて決定し、「分」を合わせて決定キーを押す



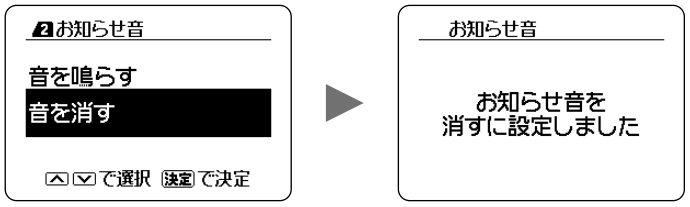
●変更がない場合は、
そのまま決定キーを押します。

キータッチ音



工場出荷時の設定：音を鳴らす

お知らせ音



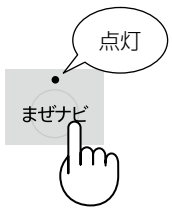
工場出荷時の設定：音を鳴らす

[音を消す]に設定していても、
操作誤りなどのエラー音は
鳴ります。

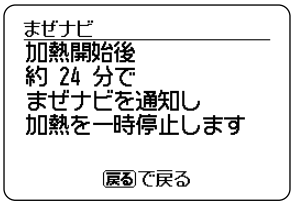
まぜナビについて

■ まぜナビとは

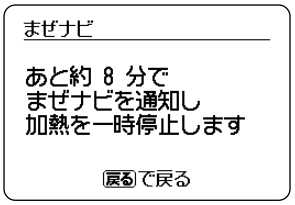
●加熱前・加熱中にまぜナビキーを押すと、混ぜるタイミングを画面表示でお知らせします。
(まぜナビキーを押した後は、戻るキーを押さなくても、約10秒後に元の画面に戻ります)



加熱前

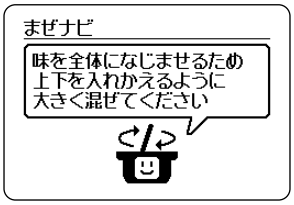


加熱中



●混ぜるタイミングを音で、混ぜかたを画面表示でお知らせします。
(加熱は一時停止します)

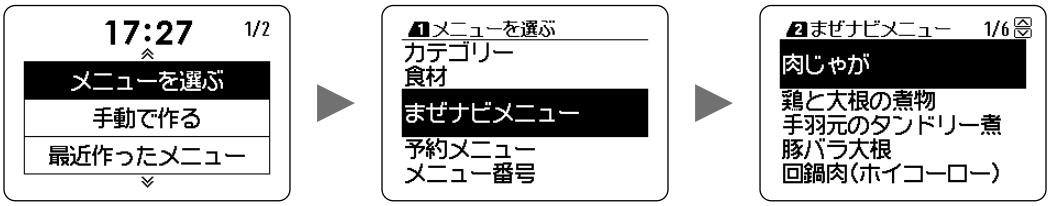




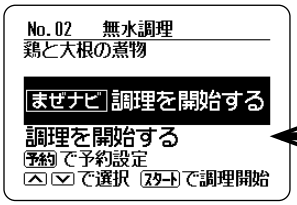
●まぜナビ通知中は、
まぜナビキーのランプは
点滅し、ふたを開閉すると
消灯します。

■ まぜナビメニューについて

●[メニューを選ぶ]→[まぜナビメニュー]で確認できます。
(自動調理メニューすべてが、まぜナビ対象ではありません)



●加熱スタート画面で、[まぜナビ｜調理を開始する]が表示されます。
([まぜナビ｜調理を開始する]を選ぶと、まぜナビキーのランプが点灯)



[調理を開始する]を選ぶと、まぜナビなしの加熱になり、
まぜナビ調理をした場合と、仕上がりが異なります。
(まぜナビキーのランプは消灯)

●加熱途中で食材を加えるメニューは、まぜナビなしは選択できません。
対象メニュー：黒豆、酸辣湯(サンラータン)、ちゃんぽん

●予約調理の場合は、まぜナビなしの加熱になります。
(予約キーを押すと、まぜナビキーのランプは消灯)

自動調理メニューを作る

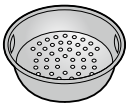
1 材料をセットする

食材を内鍋に入れて本体にセットし、ふたを閉める

(各メニューの材料・作りかたは、メニュー集やレシピ集をご覧ください)



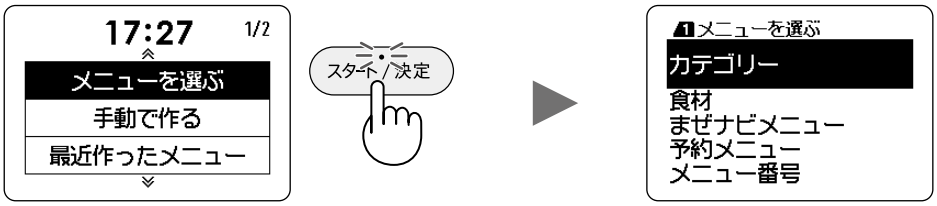
メニューに合わせて使います。



2 メニューを選ぶ

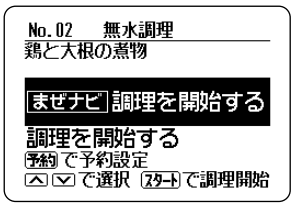
上下キーで選んで、決定キーを押して設定していきます。

[メニューを選ぶ]を設定し、５つのメニュー選択方法から目的のメニューを選ぶ



- **カテゴリー**：煮物・炒め物、カレー・シチュー、スープ、ゆで物、蒸し物、めん類、ごはん類、２段調理、発酵・低温調理、お菓子・その他から選びます。
- **食材**：肉、魚介、野菜、穀物・乾物・豆、卵・乳製品・その他から選びます。
- **まぜナビメニュー**：加熱途中でまぜナビがあるメニューから選びます。
- **予約メニュー**：予約調理ができるメニューから選びます。
- **メニュー番号**：メニュー集やレシピ集に記載しているメニュー番号を入力します。

3 調理をスタートする



スタートキーを押す前に

- [まぜナビ｜調理を開始する]を選んでいる状態でまぜナビキーを押すと、混ぜるタイミングを表示します。(約10秒間)



- 予約キーを押すと、できあがり時刻の設定ができます。(**18**ページ)
(まぜナビなしの加熱になります)





- [調理を開始する]を選んでスタートキーを押すと、まぜナビなしの加熱になります。
- まぜナビがないメニューは、[調理を開始する]のみ表示します。
- 加熱途中で食材を加えるメニューは、[まぜナビ｜調理を開始する]のみ表示します。
対象メニュー：黒豆、酸辣湯(サンラータン)、ちゃんぽん

調理中

●スタート後、おおよその残り時間を表示し、その後、残り時間が確定したら、時間表示のみとなります。(食材の分量や温度によって、残り時間表示は異なります)

まぜナビメニューの場合

●お知らせ音が鳴り、まぜナビが表示されます。(まぜナビキーのランプが点滅)
(加熱は一時停止します)



❶ ふたを開けて、表示に従って混ぜる
(とりけしキーは押さないでください)



食材を混ぜるときは、
●柔らかい調理器具をお使いください。
●やけどに気を付けてください。

❷ ふたを閉めて、スタートキーを押す
(まぜナビキーのランプが消灯)

●ふたを開けなかった場合、約1分ごとに5回お知らせ音が鳴り、15分経過すると、自動的に加熱を再開します。(まぜナビキーのランプが点滅)
加熱再開後にまぜナビキーを押すと、かき混ぜなしでの仕上がりになることを表示でお知らせし、加熱中の画面に戻るとまぜナビキーのランプは消灯します。
●加熱途中で食材を加えるメニューも、まぜナビでお知らせしますが、ふたを開けずに15分経過しても、自動的に加熱は再開しません。

4 調理終了

できあがり後、保温したいとき(17ページ)



ふたを開けるときは、蒸気にご注意ください。のぞき込んだり、ふたの上に手をかけたままにしないでください。(やけどのおそれ)

●予約調理の場合、加熱終了後は自動的に保温に切り換わります。(最大12時間後まで)
ただし、「ごはん類」など、保温に切り換わらないメニューがあります。

加熱が足りないとき

決定キーを押して、延長したい時間を上下キーで合わせ、スタートキーを押します。
(延長の受け付けは、ふたの開閉後10分間です)

加熱延長が不要なとき

とりけしキーを押すと、初期画面に戻ります。
(ふたを開けると約10分後、初期画面に戻ります)

手動で作る

ご自分で調理方法、時間、温度などを設定して調理するときに。

手動調理方法(カテゴリー)は、７種類の中から選べます。まぜナビはありません。

1 材料をセットする

食材を内鍋に入れて本体にセットし、ふたを閉める

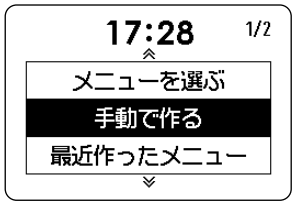
2 調理方法を選ぶ

上下キーで選んで、決定キーを押して設定していきます。

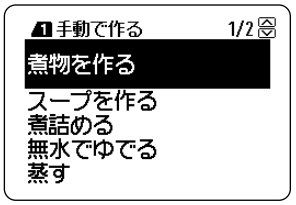
[手動で作る]を設定し、７つのカテゴリーから選んで、時間や温度を設定する

例：「煮物を作る」で沸とう後20分、加熱するとき

[手動で作る]を選ぶ



カテゴリーを選ぶ



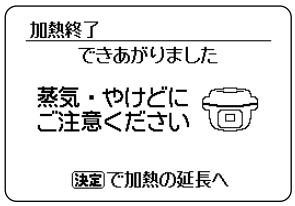
時間を設定する



3 調理をスタートする



4 調理終了





ふたを開けるときは、蒸気にご注意ください。のぞき込んだり、ふたの上に手をかけたままにしないでください。(やけどのおそれ)

加熱が足りないとき

決定キーを押して、延長したい時間を上下キーで合わせ、スタートキーを押します。
(延長の受け付けは、ふたの開閉後10分間です)

加熱延長が不要なとき

とりけしキーを押すと、初期画面に戻ります。
(ふたを開けると約10分後、初期画面に戻ります)

手動で作るポイント(1)

■ 使いかたのポイント

食材の入れかた

- 内鍋には基本「食材→調味料」の順に入れます。
- 食材の水分を活かして調理する場合は、水分の出やすい野菜から入れます。

味付けについて

- ホットクックは、普段のお鍋で調理するときに比べ、食材の水分を活かす構造と加熱をしているので、煮物のだし汁などは、一般的なレシピの2/3程度の分量でちょうどよく仕上がります。
  ただし、食材から出る水分量が異なるため、様子を見ながら調整してください。

設定時間について

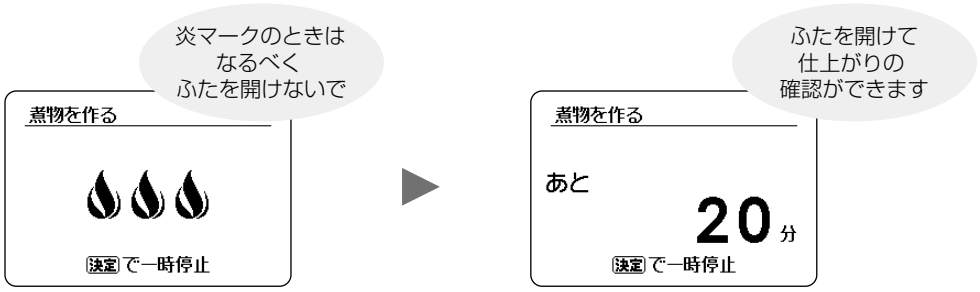
- 沸とうまでの時間＋設定時間が調理時間になります。
- 普段お鍋で調理するときに、沸とうしてから加熱している時間を設定するイメージです。
  ホットクックの手動調理に慣れるまでは少し短めの時間に設定し、延長や「煮詰める」を使って調整することをおすすめします。

※「発酵・低温調理をする」「ケーキを焼く」は、適した温度になるまでの時間＋設定時間が調理時間になります。
※「煮詰める」は、設定時間 = 調理時間です。

調理中の確認について

- 「決定」キーを押すと加熱が一時停止するので、ふたを開けて中の様子を確認できます。
  普段のお鍋のように途中で味をととのえたり、上下を返して味をなじませたりしてください。
  ふたを閉めてスタートキーを押せば加熱が再開します。

※表示が炎マークのときにふたを開けると、蒸気が逃げてしまい調理時間が長くなります。
時間表示になるまで、ふたはなるべく開けないでください。



炎マーク表示　　残り時間表示

手動で作るポイント(2)

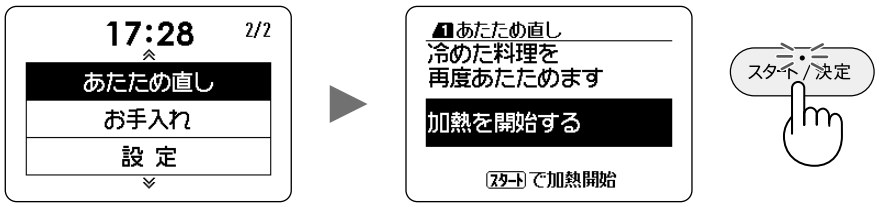
■ カテゴリー別のポイント

<table>
<tr><th>カテゴリー</th><th>時間設定範囲</th><th>加熱内容・調理のコツなど</th></tr>
<tr><td>煮物を作る</td><td>2時間まで</td><td>●沸とう後、火力をおさえてコトコト煮こみます。</td></tr>
<tr><td>スープを作る</td><td>2時間まで</td><td>●沸とう後、火力をおさえて加熱します。</td></tr>
<tr><td>煮詰める</td><td>2時間まで</td><td>●強火で加熱します。スタート後、ふたを開けたまま煮詰め具合を見ながら加熱します。
●調理後、もう少し水分を飛ばしたいときや、煮汁を煮詰めたいときなどに。</td></tr>
<tr><td>無水でゆでる</td><td>1時間まで</td><td>●蒸気を逃がさず加熱するため、食材の水分や少量の水で、食材をゆでることができます。
●メニュー集やレシピ集に記載のない食材をゆでるときや、複数の野菜を同時にゆでるときは、下表を目安に加熱してください。
<table>
<tr><th>種類</th><th>設定時間</th><th>入れかた・大きさなど</th><th>加える水の量</th></tr>
<tr><td>葉菜類</td><td>1～2分</td><td>洗った後の水気を残したまま、内鍋に入れる。</td><td>なし</td></tr>
<tr><td>果菜類</td><td>3～5分</td><td>ひと口大に切る。</td><td>約大さじ1</td></tr>
<tr><td>根菜類</td><td>15～20分</td><td>4～5cm程度に切る。</td><td>約大さじ3</td></tr>
</table>
●加熱途中でふたを開けないでください。蒸気が逃げて、うまくゆであがりません。
●調理終了後延長するときは、内鍋に水が残っているかを確認し、残っていなければ、大さじ1～3程度の水を必ず追加してください。水分がなくなると、焦げる場合があります。</td></tr>
<tr><td>蒸す</td><td>1時間まで</td><td>●内鍋に水(200mL)を入れ、蒸しトレイにのせた食材を蒸すことができます。</td></tr>
<tr><td>発酵・
低温調理をする</td><td>16時間まで
(1時間まで
1分単位
以降1時間単位)</td><td>●35～90℃の温度範囲で設定温度に保ち、発酵や低温調理をすることができます。(35～65℃までは1℃単位、65～90℃までは5℃単位)
●内鍋に直接食材を入れて発酵・低温調理メニューを作る場合は、加熱前に消毒をしてから調理してください。
消毒するもの • 内ぶた
• 内鍋
• 材料をかき混ぜる調理器具など
●下記のうち、どちらかの方法で消毒をします。
• 市販のキッチン用アルコール消毒スプレーを使用する
• 煮沸消毒をする(メニュー集35ページ参照)</td></tr>
<tr><td>ケーキを焼く</td><td>1時間まで</td><td>●ケーキやパン、オムレツなどを焼くのに適した温度で加熱します。ケーキやパンは、内鍋の内側にバターをぬり、生地を入れて、そのまま焼きます。
(メニュー集37ページ　ケーキ・パンのポイント参照)</td></tr>
</table>

あたため直しをする

調理が終わって冷めた料理を再度あたためるときに使います。

[あたため直し]を選んで決定し、スタートする



- 加熱の途中から、残り時間を表示します。
- 加熱をやめるときは、とりけしキーを押します。

※シチュー２人分(冷蔵庫に内鍋ごと入れていたもの約400g)をあたため直した場合、約20分程度かかります。

保温をする

調理終了後、保温するときに使います。

- **予約調理のとき**…自動で保温に切り換わるので、操作は不要です。
  ただし、「ごはん類」など、切り換わらないメニューもあります。
- **予約調理以外のとき**…必要に応じて、保温キーを押します。

調理終了後、必要に応じて押す



- 12時間を経過すると保温が終了し、初期画面に戻ります(保温ランプ消灯)。
- メニューによっては、保温時間の経過とともに味や風味が低下するものがあります。なるべく早目にお召し上がりください。
- 保温をやめるときは、とりけしキーを押します。

ご注意 ●**「ごはん類」と２段調理の「ごはん(２合)&おかず」は、いずれのときも保温キーを使わないでください。**
(炊飯用の保温機能ではありません)

予約調理をする

最大15時間後まで設定できます。(例：朝6時にセットして夜の21時にできあがり)
「ごはん類」は、12時間後までです。
(ごはん類で予約できるメニュー：「ごはん」・「ごはん(無洗米)」・「玄米ごはん」)

- 予約できるメニューは、[メニューを選ぶ]→[予約メニュー]で確認できます。
  また、[調理を開始する]画面では、予約キーのランプが点滅してお知らせします。
- 予約調理は、まぜナビなしの加熱になります。
  (予約キーを押すと、まぜナビキーのランプが消灯します)

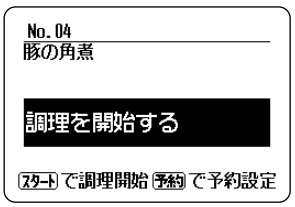
例：豚の角煮を19時30分にできあがるように予約するとき

1 材料をセットして、メニューを選ぶ

食材を内鍋に入れて本体にセットし、ふたを閉める

(各メニューの材料・作りかたは、
メニュー集やレシピ集をご覧ください)

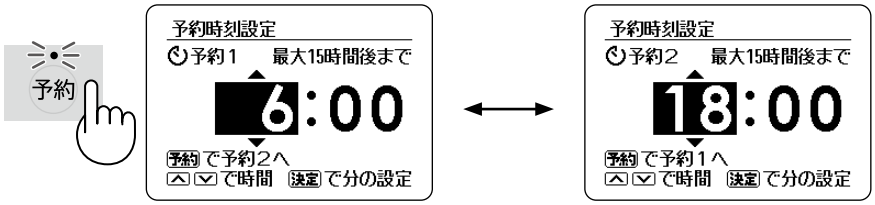




- 予約キーのランプが点滅します。

2 予約時刻を設定する

❶ 予約1または予約2を選ぶ



- 予約キーを押すたびに、あらかじめ登録されている
  予約1(6時00分)と**予約2**(18時00分)を表示します。(工場出荷時の設定)

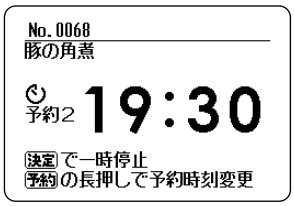
❷ できあがり時刻を設定する



- 「時」を合わせて決定キーを押し、「分」を合わせます。
- 間違えたときは、戻るキーを押すと「時」から合わせ直すことができます。

3 予約調理をスタートする(予約キーのランプが点灯します)

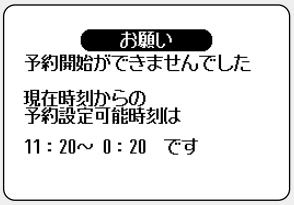




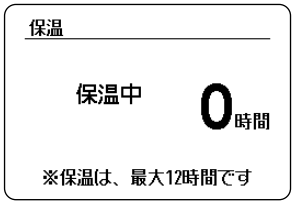
※食材の衛生面に配慮するため、すぐに加熱が始まります。設定した時刻に食べごろに仕上がります。(「ごはん類」は除く)

ご注意 ●予約調理をスタートしたときにお知らせ音「ピピピ…」が鳴った場合は、予約できない時刻に設定されています。
画面に表示される予約のできる時刻を参考に合わせ直してください。

例



4 予約時刻にできあがり





●加熱終了後、自動的に保温に切り換わります。(最大12時間後まで)
※「ごはん類」など、自動的に保温に切り換わらないメニューがあります。

予約調理を開始してから、できあがり時刻を変更したいときは

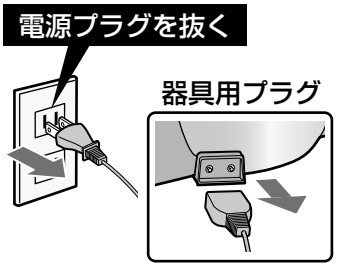
● 予約キーを長押しすると、予約時刻を変更できます。
変更可能時刻は画面に表示されます。

※「ごはん類」は、できあがり時刻の変更はできません。

お手入れ(1)

汚れたら、すぐに！が、お手入れ上手のポイント

⚠注 意 プラグを抜く **必ず電源プラグをコンセントから抜き、製品が冷めてからおこなう**
【感電・やけど・けがの原因】



次のものは使わない

(塗装のはがれ、傷付き、変色、内部に液が浸透し故障の原因)



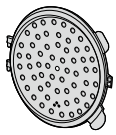
シンナー
ベンジン
アルコール

オーブンクリーナー
粉末クレンザー
漂白剤

住宅・家具・
換気扇用合成洗剤
酸性、アルカリ性洗剤

金属タワシ
かためのスポンジ

使うたびにお手入れする部品



内ぶた (**21**ページ)



内鍋 (**22**ページ)



蒸気口カバー (**24**ページ)



蒸しトレイ (**24**ページ)



つゆ受け (**24**ページ)

●内鍋以外の部品は、食器洗い乾燥機・食器乾燥器が使えますが、食器洗い乾燥機・食器乾燥器の取扱説明書をよくお読みになってからお使いください。

内鍋は、食器洗い乾燥機・食器乾燥器を使わないでください。

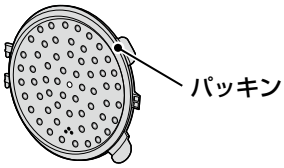
汚れてきたら、お手入れする箇所

本体・操作部・温度センサー・熱板※・電源コード(電源プラグ)
固くしぼったふきんで拭く。
※汚れが取れにくいときは、ふきんをぬるま湯につけて
軽くしぼってから拭き取る。



ご注意 ●**調理後しばらくは、高温(内ぶた・内鍋・熱板・温度センサー)になっています。**
お手入れは、必ず冷めてからおこなってください。
(やけどの原因)

■ 内ぶた



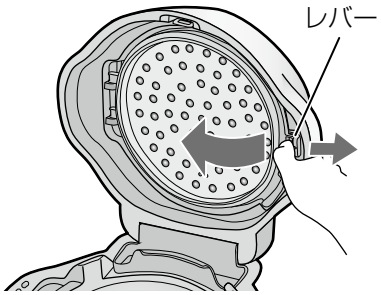
パッキン(ゴム状のもの)は、取りはずさないでください。

- **台所用合成洗剤(中性)をスポンジに含ませて洗う。**
  十分にすすいだ後は水気を拭き取り、よく乾燥させます。
- 使用後は、なるべく早めにお手入れしてください。
  乾燥すると汚れは取れにくくなります。
- お手入れ後は、よく乾燥させてから本体に取り付けてください。
  さびの発生の原因になります。

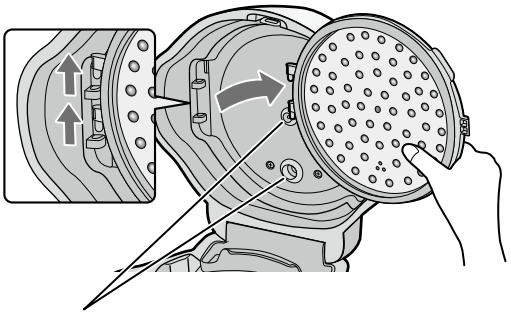


はずしかた

❶ レバーを外側に押して、内ぶたを手前に開く



❷ 真上に少しあげ、斜めに引き抜く

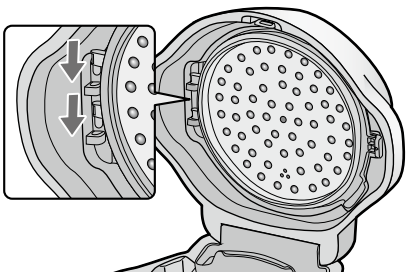


ふたに付いているパッキンの内部に、水がたまっていれば、拭き取ってください。

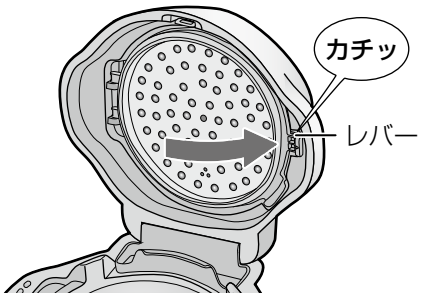
パッキンは絶対に引っ張ったり取りはずさないでください。

取り付けかた

❶ 2カ所の突起をそれぞれの穴に差し込む



❷ レバーにカチッと音がするまで押し込み、固定する



お手入れ(2)

■ 内鍋





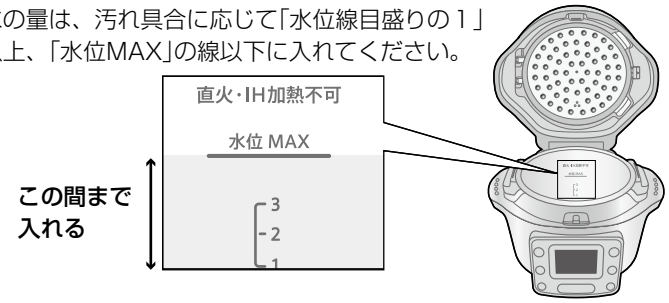
- **台所用合成洗剤(中性)をスポンジに含ませて洗う。**
  十分にすすいだ後は水気を拭き取り、よく乾燥させます。
- 使用後は、なるべく早めにお手入れしてください。
  乾燥すると汚れは取れにくくなります。
- こびりついた汚れは、お湯につけ置きし、スポンジでこすり取ります。
  それでも取れないときは、下記の方法をお試しください。
- **お手入れ後のすすぎは、十分におこなってください。**

こびりついた汚れを取りやすくしたいとき

下記手順で加熱をおこないます。(沸とう後10分加熱します)

❶ 内鍋に水を入れて、ふたを閉める

水の量は、汚れ具合に応じて「水位線目盛りの１」以上、「水位MAX」の線以下に入れてください。



❷ [お手入れ]を選んで決定キーを２度押す



❸ スタートする



お手入れ終了後、そのまま数時間放置し、
柔らかいスポンジでこすると取りやすくなります。

**お手入れ終了後は、
熱湯の取り扱いに
ご注意ください。**



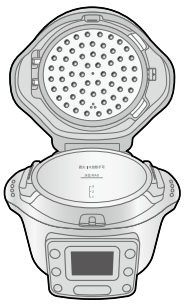
においが気になるとき

下記手順で加熱をおこないます。(沸とう後30分加熱します)

❶ 内鍋に水を入れて、ふたを閉める

600mL程度の水を入れる

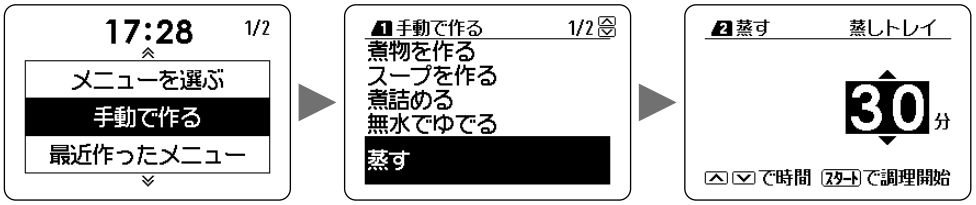
※レモン１個を８つぐらいにカットして水に加えると、においが軽減します。





蒸しトレイもいっしょに加熱できます。

❷ [手動で作る]→[蒸す]を選んで、30分に設定する



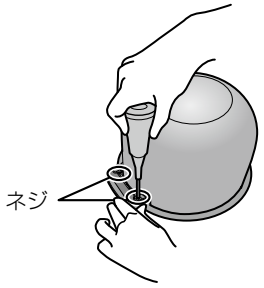
❸ スタートする



においが付きを防ぐために、カレーなどのにおいの強い調理物は長時間の放置・保温をせず、製品が冷めてからすぐに、内ぶた・蒸気口カバー・つゆ受け・内鍋・蒸しトレイを洗ってください。

● 持ち手がぐらついたら

持ち手裏側のネジを締め直してから使用してください。
ぐらついた状態で使用しないでください。
脱落してけがややけどの危険があります。



● 内鍋の別売品について

内鍋のフッ素加工は、ご使用にともないはがれることがありますが、衛生上問題ありません。
気になる場合は、別売品としてお求めいただけます。お買いあげの販売店でお買い求めください。

【別売品】水なし自動調理鍋 専用内鍋　**形名:TJ-KN1FBA**

お手入れ(3)

■ 蒸気口カバー

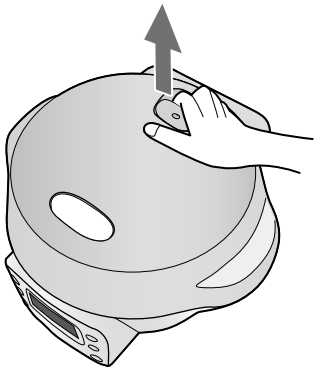


取りはずして、水洗いし、裏側も洗う

お手入れ後は、十分に水気を取り、
ふたに取り付けてください。

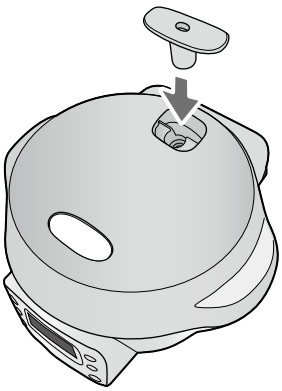
はずしかた

くぼみに指をかけて、真上にあげる

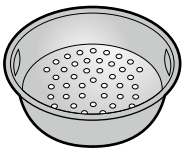


取り付けかた

向きを確認して、穴にはめて
押し込む



■ 蒸しトレイ

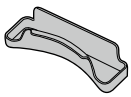


●**台所用合成洗剤(中性)をスポンジに含ませて洗う。**

十分にすすいだ後は水気を拭き取り、よく乾燥させます。



■ つゆ受け



●**台所用合成洗剤(中性)をスポンジに含ませて洗う。**

十分にすすいだ後は水気を拭き取り、
よく乾燥させてから取り付けます。

内鍋を取り出してから、はずします。



こんなときは？(1)

	こんなとき	確認してください
調理・仕上がり	**生煮えになる 芯がある**	●連続して使用していませんか？ 15分程度ふたを開け、冷ましてからお使いください。 ●蒸気口カバーを正しく取り付けていますか？ ●内ぶたのパッキン・内鍋の外側・温度センサーに異物が付いていませんか？ ●メニューを正しく設定しましたか？ ●材料の切りかたや分量は、メニュー集やレシピ集の通りですか？
	煮くずれている	●メニューを正しく設定しましたか？ ●材料の切りかたや分量は、メニュー集やレシピ集の通りですか？
	ふきこぼれる	●材料や分量はメニュー集やレシピ集の通りですか？ ●また、メニュー集やレシピ集に記載のないメニューを作るとき、水や調味料は、「水位MAX」の線を超えていませんか？ ●内ぶた・蒸気口カバーを正しく取り付けていますか？ ●内ぶたのパッキン・蒸気口カバー・内鍋の外側・温度センサーに異物が付いていませんか？
	焦げる	●内ぶたのパッキン・蒸気口カバー・内鍋の外側・温度センサーに異物が付いていませんか？
	メニュー集やレシピ集のレシピで調理したが、うまく調理できていない	●材料の切りかたや分量・付属品の使用など、メニュー集やレシピ集の通りですか？ ●まぜナビメニューで、まぜナビに従って混ぜましたか？ ●内ぶた・蒸気口カバーを正しく取り付けていますか？ ●内ぶたのパッキン・蒸気口カバー・内鍋の外側・温度センサーに異物が付いていませんか？ ●停電がありませんでしたか？
表示・ランプ	**保温の経過時間が表示されない**	●12時間を経過すると保温は終了し、初期画面に戻ります。
	調理中に表示している時間が急に変わったり、しばらく止まったりする	●「約」を表示している残り時間は、目安時間です。 マイコンで仕上がりを調整しているため、残り時間が確定すると「約」が消え、表示時間が変わることがあります。
	調理中に、まぜナビキーのランプが点滅している	●まぜナビ通知後に、ふたを開けずに約15分経過したため、自動的に加熱を再開しました。 まぜナビキーを押すと、加熱が再開したことを表示で確認できます。 (1度押すと、まぜナビキーのランプは消灯します) ●加熱が終了していない場合は、一度全体を混ぜるほうが良い仕上がりとなります。決定キーを押して加熱を一時停止してから、混ぜてください。

こんなときは？(2)

	こんなとき	確認してください
動作	**調理終了後、保温に切り換わらない**	●予約調理以外は、調理終了後、自動で保温に切り換わりません。(**18**ページ) ●予約調理をおこなったメニューは、自動的に保温に切り換わります。ただし、「ごはん類」は、保温に切り換わりません。
	設定した操作が取り消されている	●操作の最後に**スタートキー**を押しましたか？ **スタートキー**を押さずに約10分経過すると、初期画面に戻ります。その後、１分で表示は消灯します。 **初期画面と基本操作について**（**9**ページ）
	予約した時刻に調理ができあがらない	●現在時刻は合っていますか？ ●予約１、予約２の選択は合っていますか？ ●停電がありませんでしたか？ ●操作の最後に、**スタートキー**を押しましたか？
	予約調理ですぐに調理が始まる	●食材の衛生面に配慮し、まず火を通す工程から進み、予約した時刻に仕上がるように調理します。故障ではありません。(「ごはん類」は除く)
	予約時刻が合わせられない	●予約できるメニューですか？ ●現在時刻から15時間を超えていませんか？ 設定できるのは、最大15時間後までで ※「ごはん」・「ごはん(無洗米)」・「玄米ごはん」は最大12時間後までです。
	調理中や予約中に器具用プラグがはずれた	●器具用プラグがはずれてから10分以内(保温中の場合は５分以内)であれば、再度器具用プラグを付けると、調理や予約を再開します。
	まぜナビ調理を選んだのに、加熱が終了していた	●お知らせ音を消す設定にしていませんか？ ●まぜナビ通知時に、ふたを開けずに約15分経過すると、自動的に加熱を再開します。 ●予約調理をした場合は、まぜナビなしになります。
	まぜナビなしの調理を選ぶことができない	●途中で食材を追加するメニューは、まぜナビなしを選ぶことができません。(対象メニュー：黒豆、酸辣湯(サンラータン)、ちゃんぽん)

故障かな？

修理依頼や
お問い合わせの前に、
もう一度
お調べください

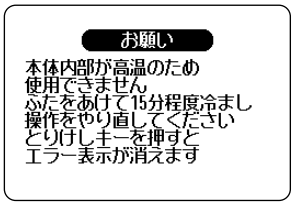


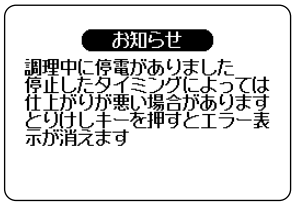
こんな場合	確認してください
使用中に音がする	次のような音は、故障ではありません。 ●「カチッ」…加熱をコントロールしている音です。 ●「シュー」…蒸気口から蒸気が出る音です。
キーの操作音、 お知らせ音が聞こえない	●キータッチ音やお知らせ音を[音を消す]に設定していませんか？(**10**ページ)
表示部がくもる	●ご使用の環境(室温など)によって、表示部が一時的にくもる場合が ありますが、くもりは自然に消えます。
電源プラグを抜くと 時計表示が消える	電源プラグをコンセントに差し込むと、「**:**」を表示する場合は、内蔵電池が 消耗しています。電池の交換は、お買いあげの販売店、または お客様ご相談窓口へご依頼ください。(**31**ページ) お客様自身では交換できません。 **電池が消耗していても電源プラグをコンセントに差し込めば、通常通り 使えますが、予約する場合は毎回、現在時刻を設定してください。** **リチウム電池について**(本体に内蔵) **電池の役目：** ●電源プラグを抜いても、時計として動いています。(表示はしません) ●予約１・予約２の設定は、電池がなくなっても保存されています。 **電池が消耗してくると：** ●電源プラグをコンセントに差し込むと、時計表示が「**:**」となります。 ※電源プラグをコンセントに差し込んでいる間、時計は コンセントからの電源で作動するため、電池は消耗しません。
製品からにおいがする	●使い始めは、プラスチックなどのにおいがする場合がありますが、 ご使用にともない、少なくなります。 ●カレーなどのにおいの強い調理物は、におい移りの原因になります。 長時間放置せず、製品が冷めてからすぐに内ぶた・蒸気口カバー・ つゆ受け・内鍋・蒸しトレイを洗ってください。気になる場合は、 においが気になるとき(**23**ページ)のお手入れをお試しください。
蒸気口以外から 蒸気が漏れる ふたと本体の間から 水が漏れる	●内ぶた・蒸気口カバーを正しく取り付けていますか？ ●内鍋や内ぶたが変形していませんか？ ●内ぶたのパッキン・内鍋のふち・温度センサーに異物が付いていませんか？
保温中、内ぶたの内側に 多量のつゆが付く	●内ぶた・蒸気口カバーを正しく取り付けていますか？ ●内ぶたのパッキン・内鍋の外側・温度センサーに異物が付いていませんか？

こんな表示が出たら

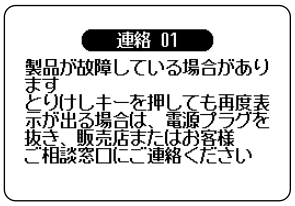
●表示内容を確認して対処してください。

お知らせ音(ピピピピピ…)が鳴ります。



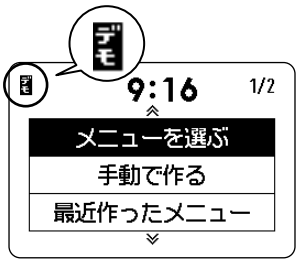


製品が故障している場合があります。



●**とりけしキー**を押しても再度表示が出るときは、
電源プラグをコンセントから抜き、お買いあげの販売店、
またはお客様ご相談窓口に表示の内容[連絡番号]を
ご連絡ください。(**31**ページ)

デモ表示設定になっています。



●デモ表示をしているときは、加熱調理ができません。
●**予約キー**をピッと鳴るまで押し、さらに続けて予約キーを
４回押して、デモ設定を解除してください。
(解除されると「デモ」が消灯します)

仕様

電源	交流100V 50-60Hz 共用
定格消費電力	600W
設定温度(発酵・低温調理)	35～90℃
定格容量	1.6 L (満水容量※3.4L)
外形寸法	幅316×奥行308×高さ221(mm)
質量	約3.9kg
電源コードの長さ	約1.4m(マグネットプラグ方式)

※内鍋に水を満杯になるまで入れたときの量です。

- 電源プラグを差し込んだ状態では、取り消し状態でも電子回路を動作させるため、電力を消費しており、本体の温度が若干上がります。

愛情点検

長年ご使用の場合は商品の点検を！
こんな症状はありませんか？

- キーを押しても作動しないことがある。
- 電源プラグやコード、本体が異常に熱くなったり、コゲ臭いにおいがする。
- 本体が変形している。
- 熱板がひずんでいたり、内鍋が変形している。
- その他の異常や故障がある。

ご使用中止

故障や事故防止のため、電源プラグをコンセントから抜き、必ず販売店に点検を依頼してください。なお、点検・修理に要する費用は、販売店にご相談ください。

保証とアフターサービス

修理を依頼されるときは

持込修理

1 **「こんなときは？」「故障かな？」**(**25**～**28**ページ)をお調べください。

2 それでも異常があるときは使用をやめて、必ず電源プラグを抜いてください。

3 お買いあげの販売店にご連絡ください。

この製品は、日本国内用に設計されています。電源電圧や電源周波数の異なる外国では、
使用できません。また、アフターサービスもできません。

保証期間中

● 修理に際しましては保証書をご提示ください。保証書の規定に従って修理させていただきます。

保証期間が過ぎているときは

● 修理すれば使用できる場合には、ご希望により有料で修理させていただきます。

修理料金のしくみ

● 修理料金は、技術料・部品代などで構成されています。

技術料	故障した製品を正常に修復するための料金です。
部品代	修理に使用した部品代金です。

保証書

● **保証書は 裏表紙 にあります。**
● **保証期間…お買いあげの日から１年間です。**
保証期間中でも有料になることがありますので、保証書をよくお読みください。

補修用性能部品の保有期間

● 当社は、水なし自動調理鍋の補修用性能部品を製品の製造打切後、５年保有しています。
● 補修用性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品です。

お客様ご相談窓口のご案内

修理・使いかた・お手入れ・お買い物などのご相談・ご依頼、および万一、製品による事故が発生した場合は、お買いあげの販売店、または下記窓口にお問い合わせください。

【会員サービス】「COCORO MEMBERS」入会で製品情報を上手に活用

ご愛用製品を「MY家電登録」いただくと、別売品などのサポート情報が手軽にご利用いただけます。

COCORO MEMBERS
MY家電登録はこちら

https://jp.sharp/support/sp/cocoro/cocoro.html

いつでも便利なWebサービス【シャープオンラインサポート】

ご質問やお困りごとは、
気軽にアクセス、しっかりアシスト！

シャープ　お問い合わせ　検索

https://jp.sharp/support/

お問い合わせはこちら

修理のご依頼、進捗確認はWebで！

シャープ　修理相談　検索

https://jp.sharp/support/repair.html

修理のお申し込みはこちら

使いかた・お手入れなどのご相談窓口

おかけ間違いのないようにご注意ください。

受付時間（年末年始を除く）●月曜～土曜：**9:00～18:00**　●日曜・祝日：**9:00～17:00**

固定電話からは、フリーダイヤル
0120 - 078 - 178

携帯電話からは、ナビダイヤル
0570 - 550 - 449

■フリーダイヤル・ナビダイヤルがご利用いただけない場合は…

電 話	FAX
050 - 3852 - 5405	**06 - 6792 - 5993**
〒581-8585　大阪府八尾市北亀井町３丁目１番72号	

修理に関するご相談窓口

おかけ間違いのないようにご注意ください。

受付時間（年末年始を除く）●月曜～土曜：**9:00～20:00**　●日曜・祝日：**9:00～17:00**

固定電話からは、フリーダイヤル
0120 - 02 - 4649

携帯電話からは、ナビダイヤル
0570 - 550 - 447

■フリーダイヤル・ナビダイヤルがご利用いただけない場合は…

電 話	FAX
050 - 3852 - 5520	**06 - 6792 - 3221**
〒581-8585　大阪府八尾市北亀井町３丁目１番72号	

※沖縄県にお住まいのお客様については、**那覇サービスセンター**におかけください
電 話：**098 - 861 - 0866**　受付時間：月曜～金曜 **9:00～17:00**（年末年始・祝日を除く）

「宅配業者引き取りサービス」のご案内

※サービスエリア:日本国内地域。ただし、沖縄県を除く。

当社指定の宅配業者が修理依頼品をお引き取りし、修理完了後に修理完了品をご自宅までお届けするサービスです(有料)
お願い：内鍋の調理物やつゆ受けの水は、必ずカラにしてください。

https://smj.jp.sharp/cs/repair/pickup/

宅配業者引き取り
サービスはこちら

【ご相談窓口におけるお客様の個人情報のお取り扱いについて】
シャープ株式会社および関係会社は、お客様の個人情報をご相談対応や修理対応などに利用させていただいております。
個人情報は適切に管理し、修理業務等を委託する場合や正当な理由がある場合を除き、第三者に開示・提供いたしません。
個人情報の取扱いの詳細については、https://corporate.jp.sharp/privacy/index-j.html をご参照ください。

所在地・電話番号・受付時間などについては、変更になることがあります。(2K2105)

お問い合わせ先

● お客様ご相談窓口 (**31**ページ)
お問い合わせの前に
「こんなときは？」、「故障かな?」
(**25**〜**28**ページ)をお調べください。

● ホットクックサポートページ
• よくあるご質問
• 故障診断ナビ　など
https://jp.sharp/support/hotcook/

シャープ株式会社 本社　〒590-8522 大阪府堺市堺区匠町1番地

TINSJA288KRRZ
TINSJA288KRRZ 24J ①