

ご使用上のご注意

株式会社ツインバードは、この資料並びにコンテンツの著作権を有しています。
この資料並びにコンテンツは、著作権等の法律で保護されており、お客様はこの資料並びにコンテンツに関し下記の条件でのみ利用することが出来ます。

1. お客様は非営利目的に限り、ダウンロード、および使用することができます。
2. お客様がダウンロード、使用するときは、この著作権表示および使用条件を一緒に付す必要があります。
3. お客様はこの資料並びにコンテンツを改変したり、頒布、公衆送信、上映等に利用することはできません。

当社および当社の関係会社は、お客様に対してこの資料並びにコンテンツに関する著作権、特許権、商標権、意匠権およびその他の知的財産権をライセンスするものではありません。並びに資料およびコンテンツの内容についてもいかなる保証をするものでもありません。

またこの資料、並びにコンテンツ内に別の定めがある場合は、当該著作権の表示、使用条件を遵守する必要があります。

※このコンテンツはWeb上での使用を前提とし再編集を加えているため、必ずしも製品添付の取扱説明書と同一ではありません。特にページ順は編集上、入れ替えている場合があります。

※この資料並びにコンテンツの内容は、それぞれの商品の発売時点のものです。

※デザイン、仕様は商品改良のため予告なく変更する場合があります。

お手入れ・・・使用後はその都度きれいにしてください。

△警告
お手入れの際は必ずプラグをコンセントから抜いてください。感電や事故の原因になります。

○お願い
●ご使用になった後は、早目にお手入れをしてください。
●台所用中性洗剤以外、弱アルカリ性・弱酸性の洗剤やスプレー式洗剤は使用しないでください。
●金属タワシ・みがき粉・シンナー・ベンジン・アルコール・オーブンクリーナー・クレンザー、その他住宅・家具用合成洗剤は使用しないでください。傷、変形、変色の原因になります。
●市販の電子レンジ清掃剤(中性)をお使いになるときは、必ず説明書で指定された加熱時間をお守りください。加熱し過ぎると発煙や故障の恐れがあります。

△注意
庫内やドア、電波の出口カバーに油や食品カスなどが付着したまま放置したり、加熱したりしないでください。さび・発火・発煙などの原因になります。

△注意
庫内やドア、電波の出口カバーに油や食品カスなどが付着したまま放置したり、加熱したりしないでください。汚れが取れにくい場合は、薄めた台所用中性洗剤を使い、かたくしぼったふきんでふいてください。庫内奥の角にこぼれた汁などがたまること、さびの原因になります。換気出来ずに故障する恐れがあります。

丸 皿
スポンジで洗い、水分を拭き取ってください。

こんなときは 修理・サービスをお申し付けになる前に下記の点をお調べください。

こんなときは？	調べるところ	処 置
加熱中にファンの「ブーン」音が大きくなったり小さくなったります。 「カチツ」と音がする。加熱中に「ボン」音がする。	故障ではありません。加熱をコントロールしているためです。 故障ではありません。出力をコントロールしているためです。	そのままお使いください。 そのままお使いください。
動作しない。 タイマー表示が点灯しない。	ドアを開けて1分間操作しないと表示が消灯してタイマーつまみを回しても操作を受け付けません。 電源プラグはコンセントに確実に差し込まれていますか？ ドアはきちんと閉まっていますか？	ドアを開閉すると表示が点灯し、動作できます。 電源プラグをコンセントへ差し込んでください。 ドアをきちんと閉めてください。

13	14
----	----

安全上のご注意 必ずお守りください。

製品および取扱説明書には、お使いになるかや他の人への危害と財産への損害を未然に防ぎ、安全に正しくお使いいただくために、重要な内容を記載しています。
次の内容(表示・図記号)をよく理解してから本文をお読みになり、記載事項をお守りください。

表示	表示の意味	図記号	図記号の意味
	「死亡または重傷を負うし追った危険の発生が想定される」内容です。		絶対にしてはいけない「禁止」の内容です。図の中に具体的な内容が表示されることがあります。
	「死亡または重傷を負うことが想定される」内容です。		必ず実行していただく「強制」の内容です。図の中に具体的な内容が表示されることがあります。
	「傷害を負う、または物的損害が発生することが想定される」内容です。		

△危険
絶対に分解したり修理や改造は行わない。
発火・感電けがの原因になります。修理は、お買い上げの「販売店」または「ツインバードお客様サービス係」にご相談ください。

吸気口や排気口や穴などに、ピンや針金などの金属物、異物、指を入れない。
高圧部があり、感電・けがをする恐れがあります。図の中に具体的な内容が表示されることがあります。

設置するとき

△警告
安全のために、アース線を確認に取付けてください。
故障や漏電のときに、感電の原因になります。

■アース線の取付け方法
■アース付きコンセントがある場合
アース専用端子 ●アース線の長さ
●アース線の長さが足りないとき
は、販売店または電気工事に依頼してください。

※アース線の先端がコンセントに触れないように注意して、作業してください。
※感電を防止するため、アース線ははずれないように確実に取付けてください。
※ガス栓や水道管、電話や避雷針のアース線には絶対に接続しないでください。

■アース付きコンセントがない場合
販売店または電気工事にアース工事(口挿接工事)を依頼してください。
■水気や湿気の多い所に設置する場合は、お買い上げの販売店または電気工事に依頼して、必ずアース工事(口挿接工事)をしてください。法律で義務付けられています。(本体価格に工事費は含まれません。)

湿気が多い場所
飲食店の厨房、土間・コンクリート床、酒・しょう油などの醸造・貯蔵所。

水気のある場所<漏電遮断機も設置する>
八百屋・魚屋など水を扱う所、水滴の飛び散る所、地下室など結露が起きやすい所。

吸気口や排気口をふさがない。
過熱による発火・故障の原因になります。

熱に弱いもの、燃えやすいものを近づけない。
たたみ・じゅうたん・テールブルクロスなどの動物の上に着いたり、カーテンなどの燃えやすいものを近づけないでください。変形・変色・反りの原因になります。

火気(コンロやストーブ)などの近く、水や油のかかる場所に置かない。
火災・感電・漏電の原因になります。

電源コードは、排気口や温度の高い部分に近づけない。
火災・感電の原因になります。

こんなときは？	調べるところ	処 置
加熱中、ドアの下部に水滴が付いたり落ちたりする。	食品から出た水分が水蒸気となりドアに付着したものです。	ふきんでふき取ってください。
火花が出る。	金・銀模様のある容器を使用していませんか？ 庫内壁面に金属(アルミホイル)が触れていませんか？ 食品カスなどが庫内やドアに付着していませんか？	金・銀模様のある容器を使用しないでください。 庫内壁面に金属(アルミホイル)が触れないようにしてください。 付着している食品カスなどをふき取っていませんか？
丸皿が回転しない。丸皿が「カタカタ」音がする。	丸皿、回転軸受け、回転ローラーはきちんとセットされていますか？ 食器や容器が庫内壁面に触れていませんか？	丸皿、回転軸受け、回転ローラーをきちんとセットしてください。 食器や容器が庫内壁面に触れないように丸皿の中央に置いてください。
丸皿が左右に回転する。	故障ではありません。 調理開始のタイミングにより、右または左に回転します。	そのままお使いください。
加熱中に電源がすぐ切れる。(プレーカーが落ちる)	電気の容量を超えていますか？	他に使用している電化製品の使用を中止してください。 それでも切れる場合は、販売店にご相談ください。
食品が温まらない。	食品が金属容器やアルミホイルなどでおおわれていますか？ 連続使用や水分の少ない食品を加熱していませんか？ 庫内の温度が高温になると、温度過昇防止機能がはたらき、電源が切れます。	食品を金属容器やアルミホイルでおおわないでください。 保護装置がはたらいています。30分ほど休止させてからお使いください。 ドアを開けて庫内の温度を冷ましてから使用します。
使用中で停止する。加熱してもすぐに止まる。動かない。	表示が勝手に切り替わったり、スタートしても正しく動作しない。	タイマー表示の「10」が点灯していませんか？ 販売店用のデモモードになっています。以下の手順でデモモードを解除してください。 1)電源プラグを一度抜く。 2)電源プラグをコンセントに差し、扉を開閉する。 3)6秒以内にモード切替つまみを「HIGH」→「500W」→「HIGH」→「500W」→「200W」の順に切り替える。 4)その後8秒以内にタイマーつまみを「0」→「6」→「0」→「10」→「0」→「8」の順に切り替える。 5)ピーツと1回鳴り、「10」が消灯する。

★長年ご使用の電子レンジの点検を！

△愛情点検
ご使用の際このようなお心遣いをお願いします。

- 調理を開始しても食品が加熱されない。
- 電源プラグや電源コードが異常に熱くなる。
- 電源コードに傷が付いたり、電源コードを動かすと音鳴りしたりしないか確認してください。
- 異常な異音や音がする。
- 自動的に切れないことがある。
- ドアに著しいガタや変形がある。
- 本体にさわると電気を感じる。
- その他の異常・故障がある。

△使用中止
故障や事故防止のため、コンセントから電源プラグをはずし、必ず販売店にご連絡ください。点検・修理に要する費用などは販売店にご相談ください。

13	14
----	----

安全上のご注意 必ずお守りください。

製品および取扱説明書には、お使いになるかや他の人への危害と財産への損害を未然に防ぎ、安全に正しくお使いいただくために、重要な内容を記載しています。
次の内容(表示・図記号)をよく理解してから本文をお読みになり、記載事項をお守りください。

△注意
壁や家具から離して設置する。
過熱して故障したり、発火・火災の原因になります。加熱中は本体が熱くなり、排気口から熱が放出されます。上面・側面・背面は壁や家具などから10cm以上離して設置してください。

●テレビやラジオ、無線LANなどのアンテナ線から4m以上、離してください。

●製品近くでは無線LAN機器の通信機能が低下することがあります。(無線LAN機器の取扱説明書などを、お読みの上、ご使用ください。)

本体の上にものを置かない。
過熱したり、変形することがあります。

転倒や落下させない。
けが・感電や電波漏れの原因になります。
●不安定な場所に置かないでください。
●置き台からはみ出さないでください。
●ドアに無理な力を加えないでください。
※転倒・落下したときは、外部に損傷がなくてもそのまま使用せず、必ずお買い上げの販売店に点検を依頼してください。

下のすき間に物を入れて使用しない。
けが・感電や電波漏れの原因になります。

図: 10cm以上、10cm以上、10cm以上、10cm以上、10cm以上

消防法による設置基準

電源プラグ・電源コードを取り扱うとき

△警告
定格15A以上、交流100Vのコンセントを単独で使用する。
他の器具と併用したり、延長コードやソケット、テーブルタップなどは使用しないでください。分岐コンセント部が発熱して、発火の原因になります。

電源コードを傷つけない。
電源コードを破損させたり、加工したり、無理に曲げたり、引っぱったり、ねじったり、たばねたりしないでください。また、重いものをのせたり、踏み込んだり、加工したりすると、電源コードが破損し、火災・感電の原因になります。

電源コードや電源プラグが傷んでいたり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しない。
感電・ショート・発火の原因になります。

長期間使用しないときは、必ず電源プラグをコンセントから抜く。
絶縁劣化による火災の原因になります。

△警告
電源プラグは根元まで確実に差し込む。
感電・発熱による火災の原因になります。

電源プラグを抜くときは、電源コードを持って引き抜く。
感電・ショートによる発火の原因になります。

めれた手で電源プラグの抜き差ししない。
感電の恐れがあります。

電源プラグに異物やゴミを付着させない。
感電・ショート・発火の原因になります。プラグのほこりなどは定期的に取り除いてください。

13	14
----	----

アフターサービス

1.保証書
●別紙に添付しています。
●保証書は「お買い上げ日と販売店名」の記入をお確かめのうえ、販売店からお受け取りください。販売店の記載がないときは、それを証明するレシートや購入先・購入日がわかる書面などが必要になりますので、保証書と一緒に大切に保管してください。
●保証書をよくお読みになり大切に保管してください。

2.保証期間
お買い上げ日から1年間です。
なお、保証期間中でも有料修理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。

3.修理を依頼されるとき
取扱説明書の内容をお読みいただき、なお異常があるときは、使用を中止し、必ず電源プラグをコンセントから抜いて、お買い上げの「販売店」または「ツインバードお客様サービス係」に修理をご相談ください。

4.補修用性能部品の最低保有期間
●この電子レンジの補修用性能部品の保有期間は製造打切り後8年です。
●性能部品とはその商品の機能を維持するために必要な部品です。

5.アフターサービスについてご不明の場合
お買い上げの「販売店」または「ツインバードお客様サービス係」にお問い合わせください。

〈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 故障した商品の修理および部品交換などの作業にかかる料金です。
部品代 修理に使用した部品代金です。

〈修理部品について〉
修理部品は、部品共通化のため、一部仕様や外観色を変更することがあります。

修理・サービスに関するご相談窓口
「ツインバードお客様サービス係」
0120-337-455 携帯からもご利用いただけます
受付時間:平日(月曜～金曜)午前9時～午後5時
FAX:0256-99-1077
https://www.twinbird.jp/support/
〒959-0292 新潟県燕市吉田西太田2084-2

△危険
お客様ご自身の修理は大変危険です。絶対に分解したり修理・改造は行わないでください。

仕様

型 名	DR-D254	丸皿(タンデムパル)約	直径245mm
定 格 電 圧	100V	加熱室有効寸法(約)	305×280×175mm
定 格 周 波 数	50Hz/60Hz	タイマー(約)	10分
定 格 消 費 電 力(約)	900W/1200W	区 分 名	A
定 格 高 周 波 出 力	600W/700W	電子レンジ機能の年間消費電力量	58.5kWh/年 / 58.5kWh/年
発 振 周 波 数	2450MHz	年 間 待 機 時 消 費 電 力 量	1.3kWh/年
外 形 寸 法(約)	455×330×275mm	エネルギー消費効率(年間消費電力量)	59.8kWh/年 / 59.8kWh/年
製 品 質 量(約)	11.8kg		

●年間消費電力量(kWh/年)は省エネ法・特定機器「電子レンジ」新測定法による数値です。
区分名は省エネ法に基づき、機能、加熱方式および庫内容量の違いで分けています。
●実際にお使いになるときの年間消費電力量は周囲環境、使用回数、使用時間、食品の量によって変化します。
この製品は、日本国内用に設計・販売しています。電源電圧や周波数の異なる国では使用できませんので、目安としてご覧ください。海外での修理や部品販売などのアフターサービスも対象外となります。

13	14
----	----

TR-00019938-2

ぜんぶはない。だから、ある。TWINBIRD

家庭用 保証書別添

電子レンジ DR-D254 取扱説明書



はじめに

- ・このたびは、本製品をお買い上げいただきまして、誠にありがとうございました。ご使用の前に、本取扱説明書をよくお読みください。不適切な取り扱いが事故につながります。
- ・ご使用前に、本取扱説明書の「安全上のご注意」を必ずお読みいただき、安全にご使用ください。
- ・本製品は一般家庭用です。業務用には使用しないでください。
- ・本取扱説明書は必ず保管し、必要なときにお読みください。
- ・別添の保証書は、「お買い上げ日」と「販売店名」の記入をお確かめのうえ、本取扱説明書とともに、大切に保管してください。もし「販売店」の記載がないときは、それを証明するレシートや購入先・購入日がわかる書面などが必要になりますので、保証書と一緒に保管してください。

もくじ

安全上のご注意	1~4
ご使用の前に	5
周波数・転居について	5
各部の名称とはたらき	6・7
使える食器・使えない食器	8
使いかた	9~12
お手入れ	13
こんなときは	13・14
アフターサービス	15
仕様	15

公式ストア会員登録で
1000円オファー・ポイントプレゼント
https://store.twinbird.jp/account/register

△注意
金属容器やアルミホイルなどを使用しない。
缶詰やレイトト袋の食品は、容器に移してください。金・銀・アルミケース・アルミミックス・アルミテープを使用したり加熱しないでください。火花が出ると、発火・発煙・ドアガラスの割れの原因になります。

ラップをはずすときは蒸気に注意する。
蒸気は高温になりラップが濡れる場合があります。

電波の出口カバーは絶対にはずさないでください。
電波の出口を保護するためのカバーです。はずすと中に食品カスが入り、故障や発火の原因になります。

異常なとき・故障したとき

△警告
庫内の食品から発火したり発煙したときは、ドアを開けない。
ドアを開けると酸素が入り、勢よく燃えます。次の処置をしてください。
(1)ドアを開けたままタイマーつまみを「0」に戻す。
(2)電源プラグを抜く。
(3)本体から燃えやすいものを遠ざけ、鎮火するのを待つ。
鎮火しない場合は、水か消火器で消火する。
※そのまま使用せず、必ず販売店に点検を依頼してください。

次のような場合は、直ちに使用を中止する。
●電源プラグや電源コードが異常に熱くなる
●自動的に切れないときがある
●焦げくさいにおいがしたり、運転中に異常な音や振動がある
●調理を開始しても、加熱されない
●ドアに著しいがたつきがある
●ドアや庫内に著しい変形がある
●熱れると電気を感じる
●その他の異常・故障がある
故障や事故防止のため、コンセントから電源プラグをはずし、必ず販売店にご連絡ください。

お手入れするとき

△警告
お手入れのときは、必ず電源プラグをコンセントから抜く。
感電・やけど・けがの恐れがあります。

めれた手で抜き差ししない。
感電や事故の原因になります。

電源プラグのほこりなどは定期的に乾いた布でふき取る。
火災・感電の原因になります。特に転居する際はご注意ください。

△注意
庫内やドアに油や食品カス、煮汁などを付けたまま放置したり、加熱したりしない。
さび・発火・発煙などの原因になります。付着した場合は、本体が冷めてから必ずふき取ってください。

製品の丸洗い・水洗いは絶対に行わない。
感電や漏電の原因になります。

○お願い
●本体、付属品は、次の使用に支障のないように清掃して湿気の少ないところに整理、保管してください。コード類はねじれをほどこいて保管してください。定期的に清掃・点検をしてください。
●本製品を廃棄するときはお住まいの市区町村のルールに従ってください。

1	2
---	---

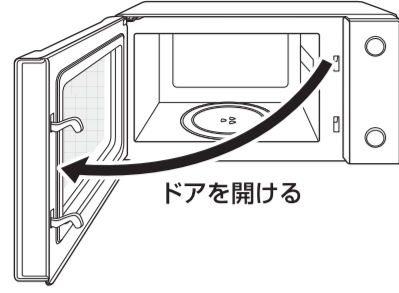
13	14
----	----

13	14
----	----

1	2
---	---

ご使用前に

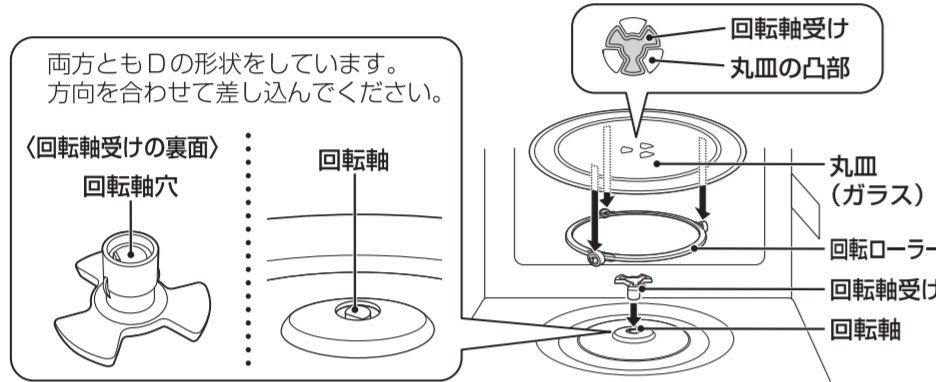
1. ドアを開けて、庫内の付属梱包品を取り出します。



- ① ドア固定用のテープをはがします。
② ドアを開け、丸皿(ガラス)と回転ローラーを取り出します。
③ 回転軸受け固定用のテープをはがします。

2. 回転軸受けをセットし、回転ローラーに丸皿(ガラス)のをせます。

- ① 回転軸受けが回転軸からはずれしていないか確認します。
② 回転ローラーに丸皿(ガラス)のをせます。丸皿の内側の線の間にローラーがおさまるようにセットしてください。



3. ドアを閉めて、電源プラグをコンセントに差し込みます。

- ① アース線を取付けます。(詳しくは、「アース線の取付け方」(1ページ)をご覧ください。)
② 電源プラグをコンセントに差し込みます。

お願い
テレビ・ラジオから4m以上離してお使いください。画像の乱れ、雑音の原因になります。

各部の名称とはたらき

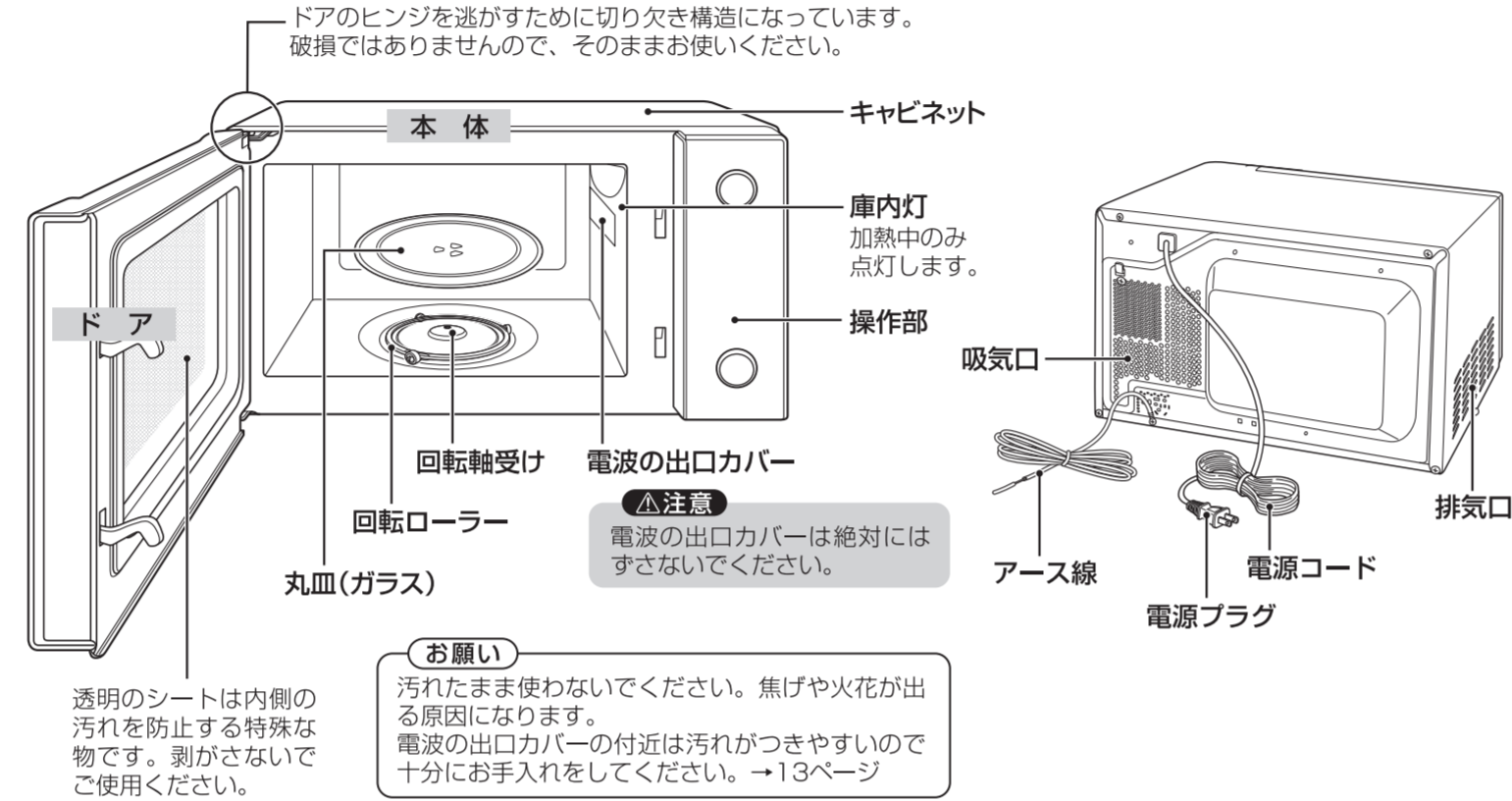
HIGH・500W...ごはん、おかずなどのあたため。(設定時間の目安11~12ページ)
食品の包装に記載されたワット数に合わせてモードを切り替えてください。
<HIGHモードのW数について>
お住まいの地域の電源周波数によって変わります。
●50Hz地域(東日本)でご使用の場合:600W
●60Hz地域(西日本)でご使用の場合:700W

200W(相当)...凍った食品の解凍に。
材料は小分け(100g~400g)にして、厚さも3cm以下にそろえて冷凍してください。

お知らせ機能...調理後、取り出さないと、1分おきにお知らせ音(ピーツ、ピーツと5回)が鳴ります。
お知らせ機能は5分間続きます。

オートオフ機能...調理後や、タイマー表示が「0」のまま約1分経つとタイマー表示とモード表示が消灯します。
消灯中はキー操作を受け付けません。ドアを開けると再び点灯します。

温度過昇防止機能...20分以上(10分x2回)連続して使用した場合など、庫内の温度が高温になると、温度過昇防止機能がはたらき、電源が切れます。ドアを開けて庫内の温度を冷ましてから使用してください。



ドアのヒンジを逃がすために切り欠き構造になっています。破損ではありませんので、そのままお使いください。

キャビネット

庫内灯
加熱中のみ点灯します。

操作部

吸気口

アース線

電源コード

電源プラグ

排気口

電波の出口カバー
△注意
電波の出口カバーは絶対にはずさないでください。

回転軸受け

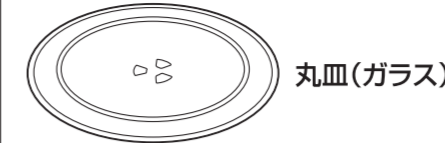
回転ローラー

丸皿(ガラス)

お願い

汚れたまま使わないでください。焦げや火花が出る原因になります。
電波の出口カバーの付近は汚れが付きやすいので十分にお手入れをしてください。→13ページ

付属品



凸部が、回転軸受けの切欠き部におさまるようにセットし、回転ローラーにのせて使います。



●破損したり、紛失したときは、お買い上げの販売店または「お客様サービス係」にお問い合わせください。

操作部

モード表示

モード切替つまみ

タイマー表示

タイマーつまみ

使える食器・使えない食器 ○ 使えます × 使えません

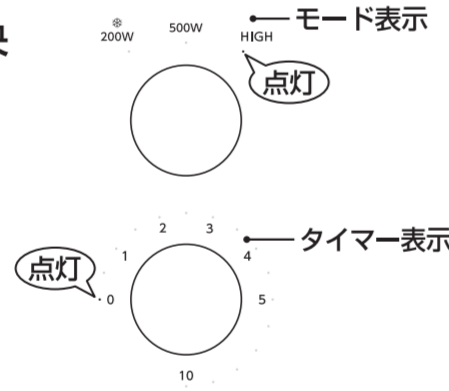
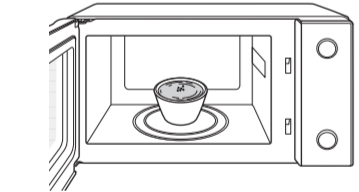
使えない理由、または、使いかたにおいて注意することを記載しています。

Table with 2 columns: 食器の種類 (Glass, Ceramic, etc.) and 注意点 (Safety warnings and usage instructions for each type).

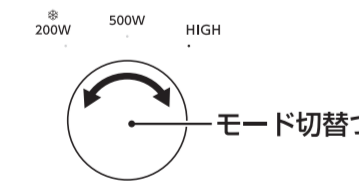
使いかた

1. ドアを開けて、食品を庫内中央に置きます。

電源が入り、モード表示の「HIGH」



2. ドアを閉めて、モード切替つまみでモードを選択します。



1分以内に操作してください。
モード切替つまみを操作しない状態で1分経過すると表示が消灯します。再度ドアを開閉し、表示を点灯させてください。

3. 加熱時間を合わせます。

タイマーつまみを右に回して加熱時間を合わせます。
約1秒後に加熱を開始します。

例) 1分30秒に合わせたとき

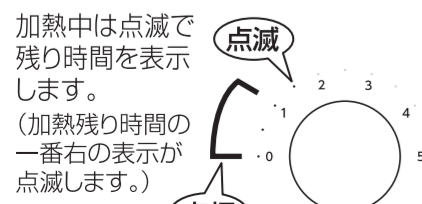
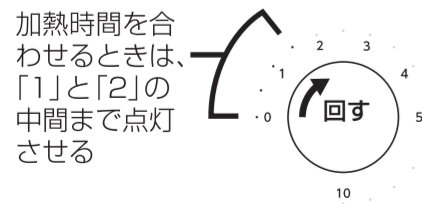


Table with 2 columns: 解凍時間の目安 (Thawing time guide) showing weights and corresponding times.

- お知らせ
●加熱中にモード切替つまみでモードを変えることはできません。
●加熱開始後は、加熱時間を延長することはできません。
●加熱中は点滅表示します。(加熱残り時間の一番右の表示が点滅します。)

4. できあがり

終了後、お知らせ音(ピーツ、ピーツと5回)が鳴ります。
庫内灯、モード表示、タイマー表示は消灯します。

- お願い
途中で加熱を止めたい場合は、タイマーつまみを左に回して「0」に合わせてください。
また、加熱中にドアを開ける場合は、必ずタイマーつまみを左に回して「0」に合わせて加熱を停止させてから、ドアを開けてください。

上手な使いかた

〈あたためHIGH/500W〉

- △注意
加熱後、容器が熱くなっているので、乾いたふきんなどで気をつけて取り出します。

- 容器や皿に入れて加熱します。
●量が多いときは分けて加熱した方がより上手に仕上がります。
●ラップをするときは食品部をゆったりおおうようにかぶせてください。余裕がないと破裂の恐れがあります。
●ごはんやカレーなどは、平たく均一に1人前ずつ包んで冷凍しておくとお手にあたります。
●飲み物のあたためるときは、入れる量を容器の8分目程度にしてふたやラップはしないでください。

〈解凍200W〉

- △注意
発泡トレーは、使わないでください。溶けたりすることがあります。

- 平たく(厚さ3cm以下)均一に1人前ずつ包んで冷凍しておくとお手に入ります。
●量が多いときは分けて冷凍した方がより上手に解凍できます。

- お願い
解凍が足りない場合は、出来具合を見ながら、再度解凍してください。

【設定時間の目安】 ●出力を「HIGH」に設定します。

〈あたため(室温もの・冷蔵もの)〉 ●食品は、丸皿の中央に置きます。 ● の食品は、ラップをします。

Table with 4 columns: 食品名, 分量, 加熱時間, コツとポイント. Lists various food items and their recommended heating methods.

ラップをするもの: 煮もの、蒸しもの、汁もの、調理済冷凍食品全般などしっとり仕上げたい場合。
(お願い) ラップは少しゆとりをもたせてかぶせてください。

ラップをしないもの: ごはんもの、揚げもの、焼きもの、炒めもの、調理済冷凍食品全般などの水分を飛ばしぎみにしたい場合。

〈あたため(冷凍もの)〉 ●食品は、丸皿の中央に置きます。 ● の食品は、ラップをします。

※トルト食品等で500Wが推奨されている場合は、出力を「500W」に設定して様子を見ながら温めてください。

Table with 4 columns: 食品名, 分量, 加熱時間, コツとポイント. Lists frozen food items and their recommended heating methods.

〈ゆで野菜〉 ●ラップをします。
根菜の加熱時間は目安です。分量や状態により加熱時間は異なります。
必要以上に加熱すると焦げたり・発煙・発火の恐れがあります。様子を見ながら加熱してください。

Table with 4 columns: 食品名, 分量, 加熱時間, コツとポイント. Lists vegetables and their recommended heating methods.