

ご使用上のご注意

ツインバード工業株式会社は、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、著作権法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に記載されている条件でのみ利用することができます。

1. お客様は非営利目的に限り、ダウンロード、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、この著作権表示及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。

当社及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、意匠権及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。ならびに資料並びに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、当該著作権表示、使用条件を厳守する必要があります。

※このコンテンツはWeb上で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は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に保証書は掲載しておりません。

※この資料並びにコンテンツに記載されている内容は、それぞれの商品の発売時点のものです。

※デザイン、仕様等は商品改良のため予告なく変更する場合があります。

RM-525 味自慢シリーズ
電気おかゆ鍋

おかゆ三昧
クッキングガイド
取扱説明書

七草がゆ

小豆がゆ

いもがゆ

しらすがゆ

中国風スープがゆ

あんかけ五目がゆ

かき雑炊

ベジタブルリゾット

おでん

洋風茶碗蒸し

ゆて卵

この度はお買い上げいただきまして、誠に有難うございます。

保証書付

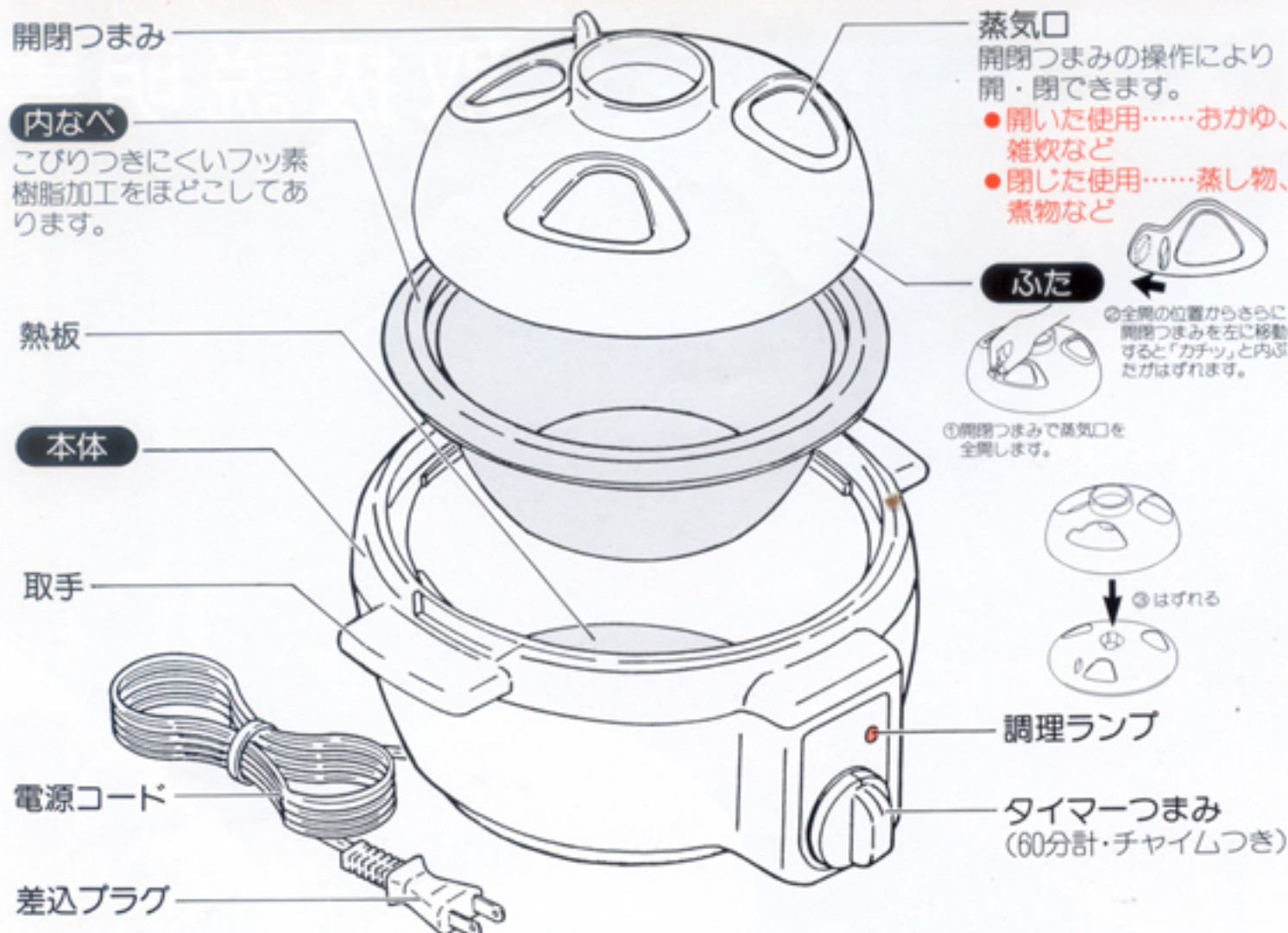
保証書はこの取扱説明書の裏表紙についています。必ずご記入をお受けください。

この説明書をよくお読みのうえ正しくお使いください。お読みになった後は、必ず保管してください。

感動をデザインします

TWINBIRD

各部の名称とはたらき



付属品

●蒸し台



●おたま



●計量カップ
1カップ約180cc
(約1合)



標準仕様

品名	味自慢シリーズ 電気おかゆ鍋 おかゆ三味	
形名	RM-525	
定格	AC100V-250W	
コード	ゴムコード 長さ1.8m	
外形寸法	約240×約230×約185 ^{mm}	
重量	約1.350g	
付属品	蒸し台、おたま、計量カップ	
炊飯容量	全がゆ	1/4合～3/4合 (45cc～135cc)
	5分がゆ	1/4合 (45cc)
なべ容量	約1.2ℓ (満水時)	

おかゆの炊き方……ふたの蒸気口は開いた状態で使います。

1. お米を計ります。



付属の計量カップでお米を計ります。
 ☆付属の計量カップはすり切り1杯で約180cc（約1合）です。

2. お米を洗います。

（内なべ以外の容器をご使用下さい。）

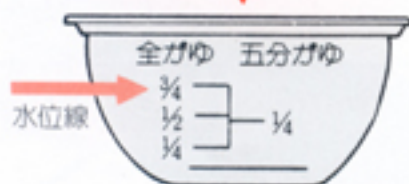


ご注意

洗米は、内なべを使わないでください。
 内なべで洗米すると、フッ素樹脂加工面の傷やへこみなどの原因となり、うまく炊けなくなることがあります。

3. 内なべにお米を移し水加減をします。

内なべは水平に



- 例えば付属の計量カップで3/4合の全ガゆを炊くときは、内なべの「全ガゆ」3/4の目盛(図の矢印の水位線)まで水を入れます。
- お米を洗って水加減をした後、30分以上水に浸してから炊き始めて下さい。
 (冬場は1～2時間が目安です)

〈分量表〉

	米の量	水の量 (内なべの水位線)	できあがり (茶碗)
全ガゆ	1/4合	全ガゆ1/4	1杯分
	1/2合	全ガゆ1/2	2杯分
	3/4合	全ガゆ3/4	3杯分
七分ガゆ	1/3合	全ガゆ1/2	2杯分
五分ガゆ	1/4合	五分ガゆ1/4	2杯分
三分ガゆ	1/8合	五分ガゆ1/4	2杯分

4. 内なべを本体にセットします。



- 内なべをかるく左右に回してきっちりとセットします。

ご注意

セットする前に内なべの外側に水滴や異物がついていたら、乾いた布でふき取って下さい。
 内なべが傾いた状態でセットされると調理時間が長くなったり、調理できないことがあります。

5. ふたをセットします。

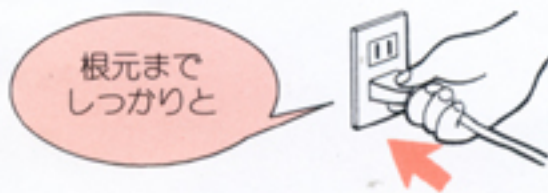
蒸気口を開きます。



蒸気口は全開に開いた状態にします。

- おかゆを炊くときは、蒸気口を全開に開いてください。
 ※閉めた状態で炊くとふきこぼれます。

6. 差込プラグをコンセントに差し込みます。



根元までしっかりと

〈タイマーセット時間のめやす〉

	1杯分	2杯分	3杯分
全がゆ	約40分	約45分	約50分
七分がゆ	——	約50分	——
五分がゆ	——	約50分	——
三分がゆ	——	約60分	——

(電圧100V、室温20℃、水温20℃)

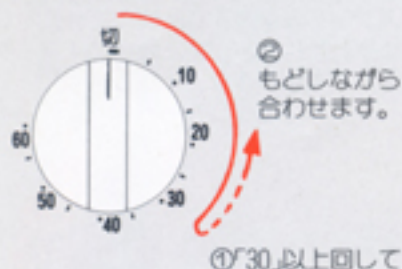
- 1杯分、2杯分、3杯分はできあがり(茶碗)の量です。
- セットされた時間がすぎると、「チーン」となってお知らせし、電源が切れます。

7. タイマーをセットします。



タイマーつまみのあわせ方

20分以内にセットするときは、目盛の「30」以上回してから戻して合わせます。



タイマーを回すと調理ランプが点灯し通電を始めます。

8. 軽くまぜます。



ご注意

- おかゆは時間がたつと、のり状になります。早めにお召しあがりください。
- フタを取りはずす際は、蒸気孔から蒸気が出ますので、やけどなどをしないようご注意ください。
- おたまは樹脂製カ木製のものをお使い下さい。

9. 使用後は



- プラグ本体を持って差込プラグを抜きます。

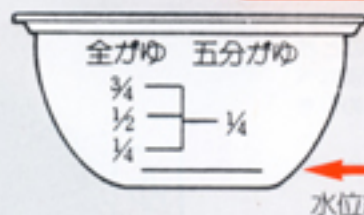
おねがい

炊きあがりの状態を見て、炊き足りない場合は、もう一度タイマーをセットして加熱してください。

ご注意

1. 調理時間は、お米の種類、具の種類や量、水温、水加減、などにより多少変わりますので、でき具合を見ながらお好みにあわせて加減してください。
2. タイマーが切れた後もしばらくは、タイマーの動く音がしますが、故障ではありません。

蒸し台を使って



①内なべに熱湯を図の矢印の水位線(約180cc)まで入れ、蒸し台を内なべに入れます。(水を入れた場合は、蒸気口を閉じてフタをし、タイマーを約8~10分にあわせ、蒸気が上がってから使って下さい。)



②調理物に応じてタイマーを合わせ、フタの蒸気口を閉じて加熱します。(茶わんむしなど中温で蒸すものは、蒸気口を半分ほど開くとうまくできます。)

(例)

※茶わんむし以外は蒸気口は閉じて使います。

- 市販の中華まんじゅう(冷蔵)(1個).....約15~20分
- 市販のしゅうまい(冷蔵)(5~8個).....約10~15分
- 茶わんむし(1個)(蒸気口を半分ほど開きます).....約15~20分
- 冷やごはんのあたため(茶碗1杯=約150g).....約8~10分
- ふかしいも(3~4等分に切って入れる).....約20~25分

☆ご注意

- 熱くなりますので、中身をとり出すときや、フタや蒸し台の取扱いには充分注意して下さい。
- 蒸し台は、使用により樹脂の材質上変色することがありますが、異状ではありません。そのままご使用ください。

ごはんから作る白がゆ……ふたの蒸気口は開いた状態

材料(茶碗約2杯分) (1カップ=180cc)

ごはん	150g
塩	少々
水	2 $\frac{3}{4}$ カップ

	全がゆ			五分がゆ
	100g	150g	200g	100g
ごはんの量	100g	150g	200g	100g
水の量	1 $\frac{3}{4}$ カップ	2 $\frac{1}{4}$ カップ	2 $\frac{3}{4}$ カップ	3カップ
タイマーセット時間	約30分	約35分	約35分	約35分
できあがり(茶碗)	約1.5杯	約2杯	約3杯	約3杯


作り方

- ①内なべにごはんと水を入れて、おかゆふたを全開して、タイマーをセットします。
- ②炊き上がったら、塩を入れて軽く混ぜ合わせます。

※かためのご飯をお使いになる場合はタイマーを長めにセットして下さい。

お手入れの方法……次回、お使いになるためのためにご使用後は必ずお手入れをしてください。

ご注意とおねがい

	差込プラグをコンセントから抜いてあることを確認し、製品が冷めてからお手入れをしてください。
	食器用合成洗剤以外は使わないでください。 シンナー、ベンジン、スプレー式クリーナー、たわし類(ナイロン・金属製など)は使用しないでください。

おねがい

内なべ、おかゆふたはいつも清潔にしましょう。お手入れを怠りますと、腐食やいやなにおいの発生原因となります。

本体 	よく絞ったふきんでふきとってください。 水洗いは絶対にしないでください。	熱板 	熱板部についた汚れや異物はきれいに取りのぞいてください。 熱板に料理カスなどの異物がこびりついたときは、細かいサンドペーパー(320番程度)で軽くみがき、よく絞ったふきんでふきとってください。こびりついたまま使用すると調理性能に影響します。熱板に水分がついた場合は、乾いた布等でよくふきとってから保管してください。水分がついたままですと熱板のサビの原因となります。
内なべ 	内なべは丸洗いができます。 軽い汚れはあたたかいうちにやわらかい紙などでふくと料理カスや油がよくとれます。 汚れがひどいときは、スポンジかやわらかい布を使って食器用洗剤で丸洗いしてください。 丸洗いが終わりましたら、よく乾燥させてからおしまいください。	ふた・おたま・蒸し台・計量カップ 	スポンジかやわらかい布を使って食器用洗剤で丸洗いし、乾いた布で水分をふきとってください。 フタは分解して洗えます。

修理を依頼される前に、この取扱説明書をよくお読みの上、次の点検をしてください。

修理を依頼される前に……

こんなときは	調べるところ
おかゆが シンがある、固すぎる のり状になる	<ul style="list-style-type: none"> ●お米の量や水加減はまちがえていませんか。 ●内なべの裏、熱板に米つぶなどがついていませんか。 ●お米を30分以上ひたしておきましたか。 ●タイマー時間は、正しくセットされていますか。
ふきこぼれる	<ul style="list-style-type: none"> ●お米を30分以上ひたしておきましたか。 ●米の量、水加減はあっていますか。 ●おかゆ・雑炊のときはふたの蒸気口を全開に開いて炊きましたか。
こげつく	<ul style="list-style-type: none"> ●お米や具の量、水加減はあっていますか。 ●タイマー時間は正しくセットされていますか。
ランプがつかない	<ul style="list-style-type: none"> ●差込プラグがコンセントから抜けていませんか。

※おかゆは正しく炊いても内なべの底に多少こびりつきます。

※次のようなときはこびりつきが強くなります。

- 具や調味料を入れて炊いたとき
- タイマーセット時間が長すぎたとき

●使用場所について…

つぎの場所では使用しないで。



コンロやストーブなどの近くに置かない。



温度の高いところでの使用はプラスチック部分の変色や変形の原因となります。

- 畳・じゅうたん・テーブルクロスなど熱に弱いものの上・傾いた場所など。

●使用前に…

電源はコンセントから…



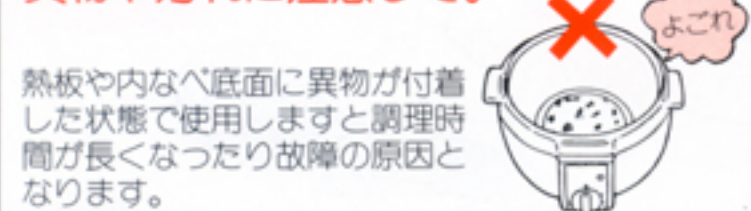
100Vのコンセントをご使用ください。

コードは点検してから…



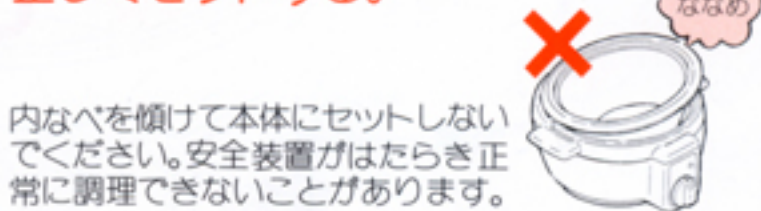
- コードや差込プラグはいたんだまま使用しないでください。
- コードや差込プラグが異状に熱くなったときはすぐに使用をやめ、販売店などにご相談ください。

異物や汚れに注意して。



熱板や内なべ底面に異物が付着した状態で使用しますと調理時間が長くなったり故障の原因となります。

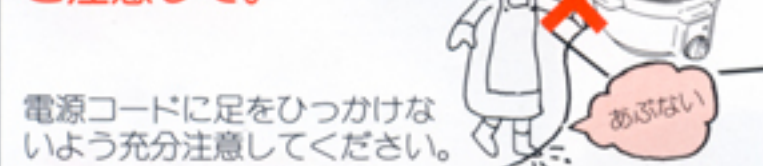
正しくセットする。



内なべを傾けて本体にセットしないでください。安全装置がはたらき正常に調理できないことがあります。

●使用中は…

電源コードにご注意して。



電源コードに足をひっかけないように充分注意してください。

お子様がいたずらしないよう充分注意して。



空炊きはしない。



火災・故障の原因となります。

内なべを直火にかけない。

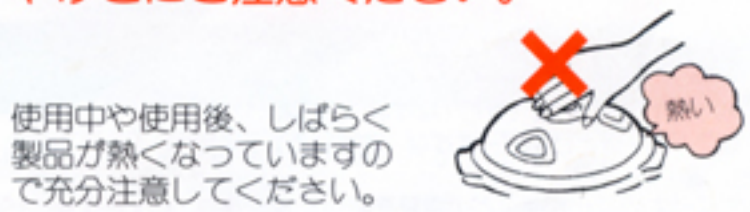


内なべの変形の原因となります。

熱板で直接料理したり、本体専用以外のなべや、やかんを使用して通電しないでください。感電・故障の原因となります。



やけどにご注意ください。



使用中や使用後、しばらく製品が熱くなっていますので充分注意してください。

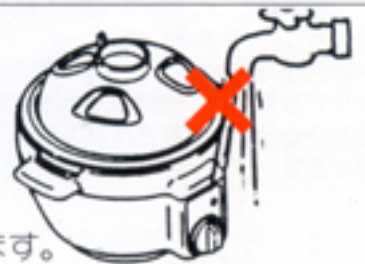
●使用後は…

取り扱いはいねいに。



故障の原因となります。

本体のまる洗いはしない。



故障や感電の原因となります。

粥 十人十色

料理指導：料理研究家 細野喜恵子



正月七日に、春の七草をかゆに入れて食べると、年間の邪気と万病を防ぐと言われます。

1. 七草がゆ(2人分)

材 料：米1/2合、七草（せり・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろ）100g、塩小さじ1/2

※七草の代わりに小松菜などの青菜を使ってもよいでしょう。

作り方：①七草は別なべで塩を加えた熱湯でゆで、冷水にとって水気を切り、細かくきざみ、塩小さじ1/2をまぶします。

②米は洗って内なべに入れ、全がゆ1/2合の水位線まで水を入れ、30分以上おきます。

③②を約45分炊き、炊きあがったら①を加えて混ぜます。



小正月（1月15日）を祝って食べるおがゆ。ごまとあずきで栄養バランスも抜群。

2. 小豆がゆ(2人分)

材 料：米1/2合、小豆30g、黒ゴマ・塩少々
作り方：①小豆は別なべで2～3回ゆでこぼし、八分通り柔らかくなるまでゆでてザルにあげ、ゆで汁は別にしてさめます。

②米は洗って内なべに入れ、全がゆ1/2合の水位線まで小豆のゆで汁と水を入れ、30分以上おきます。

③タイマーを約45分に合わせ、20分炊いたところで小豆を加えて炊き上げます。炊き上がったたら、ゴマ、塩を加えてさつと混ぜます。



さつまいもはビタミンCとせんいがたっぷり。ヘルシー。

3. いもがゆ(2人分)

材 料：米1/2合、さつまいも150g、塩小さじ1/2

作り方：①さつまいもは厚めに皮をむき、2cm角に切って水に入れておきます。

②米は洗って内なべに入れ、全がゆ1/2合の水位線まで水を入れ、30分以上おきます。

③②に水気を切ったさつまいもを入れて約45分炊き、塩を加えてさつと混ぜます。



4 しらすがゆ

5 中華風スープがゆ

6 あんかけ五目がゆ

カルシウムたっぷり、さわやかな味。

4. しらすがゆ(2人分)

- 材 料：米1/2合、しらす干し20g、しょうが少々
- 作り方：①しらす干しはぬるま湯をかけて水気を切り、しょうがは千切りにして水に入れておきます。
- ②米は洗って内なべに入れ、全がゆ1/2合の水位線まで水を入れ、30分以上おきます。
- ③②を約45分炊き、炊きあがったらすぐにしらす、水気を切ったしょうがを入れてさつと混ぜます。

干物のだしを使った本格的な中華風のおかゆ。

5. 中華風スープがゆ(2人分)

- 材 料：米1/2合、干貝柱10g、干しえび20g、干ししいたけ1枚、酒大さじ1、塩少々、みつ葉少々
- 作り方：①米は洗ってザルに上げ、30分以上おきます。
- ②干ししいたけは水でもどし、軸を取って薄切りにします。
- ③干しえびはぬるま湯につけてもどします。
- ④貝柱は400ccのぬるま湯にしばらくつけ、やわらかくなったら粗くほぐします。
- ⑤内なべに米と④の貝柱をつけ汁ごと入れます。酒、塩を加え、水を足して全がゆ1/2合の水位に合わせます。
- ⑥⑤に干ししいたけ、干しえびを加えて約45分炊きます。炊き上ったらみつ葉を散らします。

一風変わったあんかけのおかゆ。お好みの貝をのせてどうぞ。

6. あんかけ五目がゆ(2人分)

- 材 料：米1/2合、㊦(昆布だし100cc、しょうゆ小さじ2、みりん小さじ2)、水溶き片栗(片栗粉小さじ2、水大さじ1)、貝(刺身(白身魚)、もずく、辛子明太子、はまぐりの佃煮、みつ葉等適宜)
- 作り方：①米は洗って内なべに入れ、全がゆ1/2合の水位線まで水を入れ、30分以上おきます。
- ②①を約45分炊きます。
- ③別なべで㊦の材料を煮立て、水溶き片栗でとろみをつけます。
- ④炊き上がったおかゆを器に盛り、③のあんをかけ、お好みの貝をのせていただきます。



7

かき雑炊

8

ベジタブルリゾット

7. かき雑炊(2人分)

材 料：ご飯150g、かき(小粒)100g、塩適宜、㊸(出し汁500cc、酒大さじ1、しょうゆ大さじ1、塩少々)、青ねぎ・しょうが各少々

作り方：①ご飯はザルに入れ、流水でさっと洗い、水気を切ります。

②かきはザルに入れ、塩をふって流水で軽くふり洗いし、水気を切ります。

③青ねぎは小口切りにし、しょうがはせん切りにします。

④内なべに㊸の材料を入れて約15分煮ます。煮上ったらかきを入れ、ひと煮立ちしたら①のごはんを入れてしばらく煮ます。再び煮上ったら塩で味を調え、③を加えます。

8. ベジタブルリゾット(2人分)

材 料：ご飯120g、小松菜2株、バター小さじ1/2、なめこ大さじ3、スープの素小さじ1、水2カップ、粉チーズ適宜、塩コショウ少々

作り方：①ご飯はザルに入れ流水でさっと洗い、水気を切ります。

②小松菜はゆでて冷水にとり、水気を絞って2cm長さに切り、バターでさっと炒めます。

③水、スープの素を内なべに入れて15分程煮、煮立ったらご飯を入れて5分程煮、②となめこを加えてさらに5分程煮ます。煮上ったら塩・コショウで味を調え、お好みで粉チーズをふります。

9. おでん(2人分)

材 料：大根1/4本、にんじん1/3本、里もも2個、むすび昆布2枚、ちくわ等練り製品適宜、水300～400cc、調味料(しょうゆ、砂糖、酒、みりん、塩適宜)、※市販のおでんのもとでもよい

作り方：①大根は2cm厚さの半月切りにし、別なべで米のとぎ汁で下ゆでします。にんじんは1cmの斜め切りにし、別なべで下ゆでします。里ももは皮をむき塩で軽くもんでぬめりをとります。

②こんにゃくは三角に切り、別なべでさっとゆで、ちくわは斜め二つに切って熱湯に通します。

③①の材料と昆布、水、調味料を内なべに入れて蒸気口は閉じてフタをし、約30分煮、②の材料を加えてさらに約30分煮ます。

10. 洋風茶碗蒸し(2人分)

材 料：卵1個、牛乳200cc、塩小さじ1/4、粉チーズ少々、グリーンピース少々、えびあん㊸(えびむき身25g、塩・酒各少々、片栗粉小さじ1/2)㊹(スープ80cc、酒大さじ1/2、みりん小さじ1、塩少々)、水溶き片栗(片栗粉小さじ1、水大さじ1/2)

作り方：①卵を割りほぐし、牛乳・塩を加えて混ぜてこし、器に注ぎ入れます。

②蒸し台の下にお湯を線まで入れ、沸騰したら①の器を蒸し台にのせ、蒸気口を半分ほど開いてフタをし、約15分蒸します。

③えびは背わたをとり、粗みじん切り、塩・酒をかけてしばらくおき、片栗粉をまぶします。

④㊸の調味料を合わせて煮立て、③のえびをはしでさばきながら加え、グリーンピースも加えて煮、水溶き片栗でとろみをつけます。

⑤㊹が蒸しあがったら④のえびあんをかけます。お好みで粉チーズをふります。

11. ゆで卵(かたゆで)

材 料：卵5個

作り方：①卵は室温にもどしておきます。(卵は冷蔵庫から出してすぐに加熱すると割れることがあります。)

②蒸し台の下に水を線まで入れ、蒸し台に卵を立ててのせ、蒸気口を閉じてフタをします。

③約25分蒸したら、卵をすぐ冷水にとってさめます。

※ゆで卵はこのように立てて加熱すると黄身がかたよりにくくなります。

※卵の場合のみ水から蒸し始めます。



9

おでん

11

ゆで卵

10

洋風茶碗蒸し