

# gioiaごはん鍋16cm

〈品質表示〉

## ■製品仕様

製品形状	製品寸法(mm)		満水容量	適正容量	製品重量
呼称	最大外径×高さ (取っ手、フタ、ツミを含む)	口径×内径深さ			
ごはん鍋 16cm	230×171×121	φ160×72	1.3ℓ	0.9ℓ 以下	900g

## ■材料の種類

本体	アルミニウム合金 (はり底：ステンレス鋼(クロム18%) 底厚 4.5mm(はり底を含む) 表面処理/内面：竹炭コート加工 外面：竹炭コート加工				
フタ	アルミニウム合金 表面処理/内面：竹炭コート加工 外面：竹炭コート加工				
ツミ	ステンレス仕様/ステンレス鋼(クロム18%) 樹脂仕様/フェノール樹脂				

※本製品は、昭和34年12月厚生省告示第370号「食品添加物等の規格基準」  
(改正平成18年3月31日厚生労働省告示第201号)による試験結果に適合しております。



ジョイア キャセロール series

gioia

詳細はホームページをご覧ください。

## お願い

お読みになった後はこの「取扱説明書」を保存してください。  
ご使用方法やお手入れ方法の確認にご利用いただけます。

※掲載の写真はイメージ写真です。

BH 中国製



ダンボール



袋:PE

※捨てるときは、お住まいの自治体の  
区分に従ってください。

●本製品に対するご意見、お気付きの点は、下記へご連絡ください。

株式会社万年 **mannen**

〒332-0002 埼玉県川口市赤平3-3-17  
TEL.048(224)9531(代)

ホームページ [mannen.co.jp](http://mannen.co.jp)



The joy in your kitchen life.

Recipe &  
Instruction

お料理レシピ  
共通取扱説明書

〈アルミ鋳物製品〉

# gioiaごはん鍋16cm

●XC-16GBK



gioiaとは…

イタリア語で「ジョイア」は「喜び、楽しさ」のこと。  
毎日のお料理を楽しく、喜びのあるものに。

※ご使用前に必ずお読みください。

2合炊き

軽量なアルミダイカスト製造で、  
使いやすく、毎日楽しくクッキング。



## { gioia アルミ鋳物製品の特徴 }

**軽い** アルミニウムの比重は(2.7)。鉄(7.8)や銅(8.9)と比べると、約3分の1！一般的な鋳鉄ホーロー製鍋にくらべ、重さ約5分の2で、60%も軽量です。軽量なアルミダイカスト製造だから、使い勝手が良く、気軽に毎日使えます。



**ガス&IH  
オール熱源** 幅広い熱源に対応  
ステンレス製のツマミならばオープン調理にも対応。(240℃以下)鍋底面には有磁性ステンレスを圧着しているのでIHクッキングヒーターにも対応！



**フタ** 調理中に食材から出た水分は蒸気になり、鍋内で対流し、フタ裏面にある無数の突起から食材にまんべんなく還元します。それにより食材本来の水分を逃がしにくく、ふっくら調理します。



**熱伝導が良い** アルミニウムの熱伝導率は鉄の約3倍！熱伝導率 W/(m・K) アルミ(236)、鉄(84) 熱の伝わりが早いので、鋳鉄製にくらべ短時間で調理が可能です。また、熱のつわりが均一だから、ふっくらおいしく調理できます。時間短縮でガス・電気代の節約でエコクッキング♪



## ツマミ 2通りのツマミを使い分け

お好みや用途に応じて2種類のツマミを標準装備(ステンレス製/樹脂製)ステンレス製ツまみはオープン調理(240℃以下)に対応。樹脂製は熱くならないので毎日の使用に便利。お好みと用途に応じて使い分けが可能です。(付け替えはブラスドライバーをご使用ください。)



○**IH調理用**



○**オープン調理用**

**本体** ●材質/アルミダイカスト  
●表面処理/竹炭コート加工

底面4.5mm、側面3.5mmのしっかりとした厚みのアルミダイカストで底面と側面の温度差の熱のつわりが均一。しかも竹炭コート加工なので遠赤外線効果でふっくら美味しく調理できます。



200ボルトのIHクッキングヒーター対応・ガスコンロでもOK

XC-16GBK **gioia ごはん鍋16cm**

## gioia ごはん鍋



## { gioia ごはん鍋の特徴 }

### ■ほくほくお鍋deごはん

アルミダイカストの優れた熱伝導性と竹炭コート加工による遠赤外線効果でほくほく美味しくごはんが炊けます！

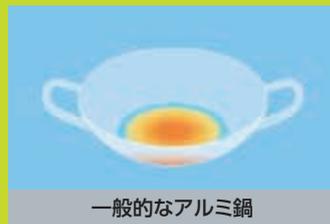


### ■遠赤外線効果による優れた熱伝導性

遠赤外線効果による優れた熱伝導性でお鍋全体を均一に加熱し、ごはんを美味しく炊きあげます。

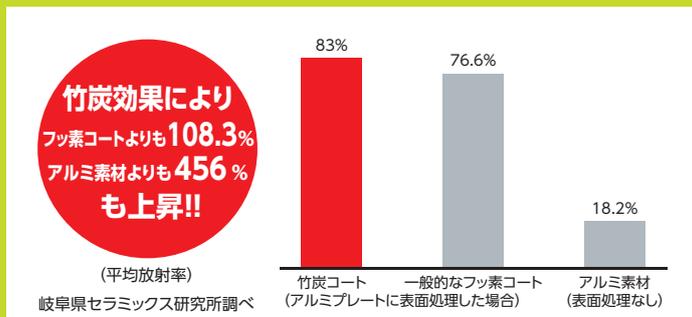


**gioia ごはん鍋**



一般的なアルミ鍋

## ■竹炭コートとアルミ素材・フッ素コートの遠赤外線放射率の比較



このたびは、**gioia** アルミ鋳物製品をお買い求めいただきまして誠にありがとうございます。

### 対応の熱源



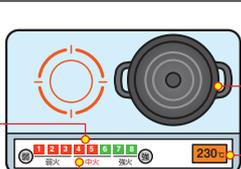
- IH200V対応**
- ▲ ハイカロリーバーナーは必ず中火以下でご使用ください。
  - ▲ カセットコンロのご使用ではガスボンベの上に本製品がかからないようにご注意ください。ボンベが過熱され爆発の恐れがあります。
  - ▲ オープンは最高240℃まで、最長継続時間を2時間以内でご使用ください。
  - ▲ 電子レンジにおいてのご使用はできません。

### IHクッキングヒーターをご使用時の注意

**正しい使い方** 本製品および、お使いのIHクッキングヒーターを正しくご使用ください。

**メモリは必ず4~5以下※目安で使用**

※火力、メモリはメーカー及び機種により異なりますので、IHクッキングヒーターの取扱説明書をよくご覧ください。



**必ずIHヒーターの中心に置きます**

**温度は240℃以下(700~1kW)※目安で使用**

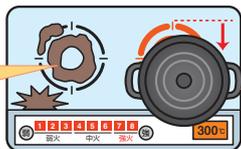
**火力は中火以下※目安で使用**

▲ 加熱中に「ジー」「ブー」などの雑音(共振音)が聞こえる場合がありますが、商品不良ではありません。鍋の位置を変えたり、火力を調整してください。

### ▲ 特に注意 高温(加熱しすぎ)での使用はキケンです

お使いの調理器具や本製品が破損するおそれがあります。

本製品が高温になると、IHクッキングヒーターのトッププレートが変色、変形するおそれがあります。**絶対に高温で使用しないでください。**



本製品をヒーターの中心からずらして使用すると、アルミプレートが異常高温になり変形します。調理は**必ずヒーターの中心で行ってください。**

- 本体は保温性が高いため加熱後は中火以下、中段階以下の熱量でご使用ください。
- 本製品は使用時に空焼きに近い状態になるため、本体の熱でトッププレートが焦げて変色するおそれがありますので、十分注意してください。

▲ **本製品は防煙構造にはなっていません。**

本製品は防煙タイプ構造ではないため、製品そのものから発火する素材は使用していませんが、魚油など食材によっては多量の煙や炎を発生する場合があります。換気や消火に万全の注意を払ってご使用ください。



食材によっては正しく使用しても煙や炎が出ます

ご使用前に本取扱説明書をよくお読みになり、正しく安全にご使用ください。間違ってお使用されますと、思わぬ事故やケガをされる場合があります。

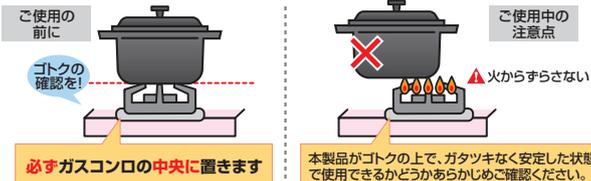
### ▲ 特に注意 本製品が破損するおそれがあります!



**警告 絶対にカラ焼きはしないでください!**

### ガスコンロをご使用時の注意

**正しい使い方** 本製品および、お使いのガスコンロを正しくご使用ください。



▲ 温度センサー付ガスコンロでご使用の場合、温度検知機能によりガス火が一時的に小さくなったり、大きくなったりを繰り返すことがあります。センサー解除機能(高温調理ボタン)(メーカーにより表示は異なります)などがある場合、解除のうえ、中火でご使用ください。

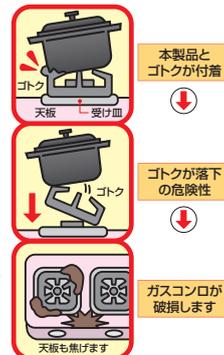
### ▲ 特に注意 強すぎる火力での使用はキケンです

お使いの調理器具や本製品が破損するおそれがあります。



▲ 本製品の底面より炎がみだした状態で使用されますと、取っ手が熱くなり、ヤケドや、取っ手が溶解してしまうなどの事故の原因にもなります。

- 2口以上のコンロを同時にお使いの場合は、隣接するコンロの炎が取っ手にあたらないように、取っ手の向きを調節してください。
- ハイカロリーバーナーは必ず中火以下でご使用ください。
- 一部のホーロー製ゴトクでは、高温での使用を続けると、ゴトクが溶解し付着する場合があります。必ず中火以下でご使用ください。
- フッ素コート仕様の天板やガラストップのご使用は、火力熱の反射により、傷む恐れがございますので十分に火力の調整をしてください。



## ご使用の前の注意

- ご使用前に必ず本取扱説明書をよくお読みのうえご使用ください。
- ご使用前に本製品を組み立て、破損やガタツキ、フタのツマミにゆるみがないかご確認ください。
- ▲お好みや用途に応じて2種類のツマミを標準装備しております。ツマミをお取り替えの際はプラスドライバーでネジをゆるめ、つけ替えてご使用ください。その際、ケガなどをしないようご注意ください。(ネジはステンレスのつまみについているものをご利用ください。)
- ▲鍋のフタが樹脂製ツマミの場合、ツマミの耐熱温度は180℃です。絶対にオープンには入れないでください。ステンレス製ツマミはオープンで使用いただけます。
- ▲オープン調理の場合は240℃以下、2時間以内を目安にご使用ください。
- ▲電子レンジでは使用しないでください。ダッチオープンとしてのご使用はできません。
- ▲ストーブの上では絶対使用しないでください。ヤケド、火災の原因になります。
- ▲カセットコンロ等のご使用の場合、ガスボンベの上製品がかからないようご注意ください。ボンベが加熱され、爆発のおそれがあります。
- ▲予熱する時以外は空焚きをしないでください。空焚きをしますと、樹脂コーティング皮膜が損傷したり、取っ手や、フタが付属している製品の場合はツマミの損傷、本体の変形や溶解などによるヤケドやコンロの破損、火災の原因になります。特にIHクッキングヒーターでの使用は急速に高温になるため、空焚き状態になりやすくなります。
- ご使用前に製品についているラベルシールはすべてはがしてください。はがしにくい場合は、除光液(マニキュア落とし)や市販のシールはがし液をご利用ください。また、はがした後には液が残らないようにしてください。
- 初めてのご使用前には、中性洗剤などでやわらかいスポンジで軽く洗い、ぬるま湯ですすいで、すぐに水気をよく切ってください。
- 本製品はアルミ製です。材質の性質上、水分が長時間残っていたり、乾燥に時間がかかりますと、サビや腐食の発生を促進させますのですぐによく拭き取り乾燥させてください。
- 炎が本体底面からはみ出さないよう火力の調整をしてください。破損のおそれがあります。本製品の底面より炎がはみ出した状態で使用されますと、取っ手が熱くなり、ヤケドなどの事故の原因にもなります。
- フタを逆さにして本体に収まった状態では、火にかけないでください。
- 金属製のツール(ステンレス製お玉、スプーン、フォーク、ナイフなど)のご使用は、樹脂塗装面に傷をつけやすく、磨耗や汚れを生じやすくさせますので、木やプラスチック、シリコン素材のツールを推奨いたします。
- ご使用直後に水をかけるなど、急激な温度変化はおさげください。製品の破損につながります。
- 2口以上のIHクッキングヒーターの場合、それぞれ使用可能な条件を満たしているかどうか、あらかじめご確認ください。

- IHクッキングヒーターの種類によっては、本体の発熱の仕方に差があります。電源が切れたり入り切ったりしながら、徐々に温度が高くなっていくこともありますので、ランプの点滅を確認しながらご使用ください。
- 取っ手やツマミも熱くなります。調理用ミトンや鍋つかみなどをご使用ください。また、調理中はミトンなどを鍋に乗せるなどしないでください。

### ●(天ぷらなどの揚げ物料理についてのご注意点)

- 油に引火するおそれがありますので、鍋の縁まで油を満たした状態で使用しないでください。(油量の目安は、深さの半分くらいまで)
- 油の温度は200℃より上昇させないように気をつけてください。
- 揚げ物調理中はフタをしないでください。油の温度が非常に高温になるため、発火のおそれがあります。



- 油量は半分くらいまで
- 温度は200℃以下

- 水や食材などを縁まで満たした状態で使用しないでください。食材の量は吹きこぼれなどを防ぐため、適性容量以下(鍋の6~7分目以下)を目安としてください。
- 本製品は無水鍋ではございません。鍋本体とフタの密閉性が高く、均等な熱まわりで、通常より少ない水量で調理が可能です。無水状態で調理しますと、空焚き、焦げ付きなどの原因になりますので、必ず水分を加えてください。
- ご使用前に、サラダ油などを本体に塗ると、調理中の魚や肉がよりくっつきにくくなります。

## ご使用中の注意

- ご使用中においては、換気をよくしてください。
  - ご使用中は、そばを離れないでください。
  - 落とすなどの強い衝撃を与えないでください。
  - ▲本体はコンロまた、クッキングヒーターの中央に寄せ、安定してご使用ください。また、本製品は軽量のため、調理中にターナーや箸等で鍋が動いてしまう場合がありますのでご注意ください。
  - ▲ご使用中やご使用直後は本製品が熱くなっています。ヤケドの危険がありますので、お子様は遠ざけ、絶対に手を触れさせないでください。
- 
- ヤケドにご注意ください
- ▲みそ汁などを温め直すなど、中に食材が入った状態で急速に加熱しないでください。ごくまれに局部的に沸騰し、鍋の中で発生した気泡が沈殿して溜まった具材を一気に押し上げ飛び出る突沸現象が発生するおそれがあり、ヤケドなどの原因となります。弱火から調整し、よく攪拌しながら温めてください。
  - ▲本製品は防煙構造にはなっていません。製品そのものから発火、発煙する素材は使用していませんが、魚油など食材によっては多量の煙や炎を発生する場合がありますので換気や消火に万全の注意を払ってご使用ください。

▲竹炭コート加工は使用頻度や、加熱状態により劣化ははじまり、次第に効力が失われます。長くご利用いただくために、金属製のツールのご使用は避け、木やプラスチック、シリコン素材のツールをご使用ください。竹炭コート加工は食品安全法に基づいた安全性の高い塗料を使用しております。体内に蓄積されることなく、体外に排出されます。

▲みそ漬、かす漬などの調理の際は、みそやかすを十分に取り除いてから調理してください。取り除きが不十分ですと、焦げ付きや竹炭コート加工の損傷、劣化を早めます。

▲ご飯が茶色っぽく炊けてしまうことがあります。これはお米のでんぷん質やこげが炭化し茶色く出てきたものと思われまますので、食べても問題ありません。

- 本製品でコンロのトッププレートをごすらないように、取り扱いにご注意ください。
- 強すぎる火力はキケンです! 火加減は中火以下でご使用ください。
- 調理使用中や調理直後の本製品は熱くなっています。ヤケドにご注意ください。また、本製品を置く際は置き場所にご注意ください。フッ素天板等、熱に弱い場所には置かないようご注意ください。平らな場所に安定した置き方を確認の上、ご使用ください。
- 2口以上のコンロを同時にお使いの場合は、隣接するコンロの炎が取っ手にあたらないように、取っ手の向きを調節してください。
- 200V IHクッキングヒーターをご使用の際には、空焚きなどによる異常加熱にご注意ください。特に2kw以上のクッキングヒーターをご使用の際は、大変早く加熱されます。急激な温度変化は、本製品および調理器を破損するおそれがあります。使用中は、そばを離れず、調理状況を十分にご注意ください。
- 加熱した直後に鍋底を冷水につけるなど急冷しないでください。製品の破損の原因となります。
- IHクッキングヒーターにおいては加熱中に「ジー」「ブー」などの雑音(共振音)が聞こえる場合がございますが、商品不良ではございません。鍋の位置をずらしたり、火力を調整してください。
- 温度センサー付ガスコンロでご使用の場合、温度検知機能によりガス火が一時的に小さくなったたり、大きくなったりを繰り返すことがあります。センサー解除機能などがある場合、解除のうえ、中火でご使用ください。
- 本製品は使用、加熱により変色することがございますが、ご使用には問題はございません。
- 本製品は構造上、完全密封はいたしません。

## ご使用の後の注意

### 〈お手入れ・保管について〉

- ▲本製品は使用後も、金属部分はいへん熱くなっていますのでヤケドに注意してください。特にお子様の手に触れることがないようにご注意ください。
- ▲食器洗い洗浄機にはご使用いただけません。食器洗い器、本製品ともに傷むおそれがございます。
- 使用直後は水をかけるなど急激な冷却をしないでください。急激な温度変化により変型やひび割れがおこる場合があります。

- ご使用後は食器洗剤などで十分に洗い、すぐに水気をよく拭き取り、十分に乾燥させてから収納してください。
- ご使用後の状態で長時間放置したり、塩分や酸等を含んだ汚れを付着したままにしますと、油分に含まれる成分によりサビ、腐食や変色の発生を促進させるおそれがありますのでご注意ください。
- 製品の中に料理を保存しないでください。
- つけ置き洗いはしないでください。サビや腐食の発生を促進させます。
- ご使用後洗浄の際は中性洗剤、スポンジタワシで軽く洗ってください。磨き粉やスチールタワシ、メラミンスポンジなど硬いブラシなどで強く擦ると竹炭コート加工の剥離や劣化になり、サビや腐食の発生を促進させます。
- 酢など酸性のものや、アク抜き用の重曹などアルカリ性のもののご使用はお避けください。変色や腐食の発生を促進させます。
- 水道水に含まれているカルキなどの影響で、鍋に白い斑点や虹色のシミが生じたり変色する場合があります。毒性はなく人体に影響はありませんが、このような現象を生じさせないために、本製品を洗浄後は水気を十分に拭いて乾燥させてください。
- 乾燥のために鍋を火にかけないでください。(空焚きになり、破損の原因になります)
- お米を炊いて長時間置くとこびりつく原因となります。またそのままにしておく竹炭コートの効力が減少してしまう原因にもなります。もし、こびりつきが取れないときはぬるま湯に入れてしばらく置いてから洗ってください。蒸らしの時間が短いとこびりつきが多くなります。
- ご使用後収納されるときは、本体や取っ手が十分冷めたことを確認してください。
- 本製品はお子様の手の届かないところに保管してください。
- 保管の際は、湿気のない場所に保管してください。
- 捨てるときは、お住まいの自治体の区分に従ってください。
- 本製品はご使用頻度により耐久性が異なります。
- 定期的なツマミのネジは、点検してください。  
(長い間ご使用したくとボルトがゆるむことがあります)

食器洗い乾燥機  
▲使用不可

## 白米



### ■材料

米	2合
水	450cc

### ■作り方

- ① 米は研いでざるにあげて水を切り、分量の水を加えて30分位吸水させる。
- ② 加熱して沸騰したら、弱火にして2分で火を止める。
- ③ 15分ほど蒸らして底からかき混ぜる。

## 雑穀米



### ■材料(4人分)

米	2合
雑穀	30g
水	500cc

### ■作り方

- ① 米は研いでざるにあげて水を切り、分量の水、雑穀を加えて30分位吸水させる。
- ② 加熱して沸騰したら、弱火にして2分で火を止める。
- ③ 15分ほど蒸らして底からかき混ぜる。

## 玄米



### ■材料

玄米	2合
水	550cc

### ■作り方

- ① 玄米はさっと水にくぐらせて洗い、2時間以上吸水させる。(玄米は白米よりも水を吸収しにくいのでしっかり浸漬させてください。)
- ② ①をざるにあげ、分量の水を加えて加熱し、沸騰したら弱火で30分、中火で10分炊く。
- ③ フタを取り底からかき混ぜ、フタをして20分蒸らす。

## お粥



### ■材料

全粥	米1に対して 水5
七分粥	米1に対して 水7
五分粥	米1に対して水10
三分粥	米1に対して水15

### ■作り方

- ① 研いだお米を鍋に入れ、分量の水を注いで加熱して沸騰したら、弱火にし約50分～1時間、ゆっくりと炊く。  
※途中でふたを取ったり、かき混ぜたりすると粘りが出してしまうのでご注意ください。
- ② 火を消して、5～10分蒸らして出来上がり。

## 五目炊き込みご飯



### ■材料

米	2合	
大豆の水煮	1カップ	
にんじん	小1/2本	
ごぼう	1/4本	
しめじ	1パック	
たけのこ	小1個	
調味料	薄口しょうゆ	大さじ2
	みりん	大さじ1
	酒	大さじ1
	塩	少々
だし汁	適量	

### ■作り方

- ① お米はザルに上げておく。
- ② ごぼうは皮をむきさがきにし、水にさらしてから水気をよく切っておく。  
にんじんは皮をむきせん切りにする。  
しめじは石づきを取り、長いものは半分に切る。  
たけのこは薄切りにする。
- ③ 調味料にだし汁を加えて2カップに計量する。
- ④ 鍋に米を入れ、大豆以外の具をのせて③の調味液を縁から注ぎ入れる。
- ⑤ フタをして火にかけ、煮立ったら弱火にして10～12分位加熱する。
- ⑥ 火を止め大豆をのせてそのまま10分くらい蒸らし、さっくりと混ぜる。

## あさりご飯



### ■材料

米	2合	
あさりのむき身	100g	
だし汁	360cc	
(あさりのゆで汁を含む)		
調味料	しょうゆ	小さじ1
	酒	小さじ1
	塩	少々

### ■作り方

- ① お米は炊く30分以上前にとき、ザルに上げて水気をきっておく。
- ② 鍋にあさりのむき身と大さじ3の酒を入れ、さっと下ゆでする。身とゆで汁を分ける。  
にんじんは、細切りにする。
- ③ ごはん鍋にお米、あさり、にんじんを入れ、だし汁(あさりのゆで汁を含む)と調味料を加え、炊き上げる。
- ④ 加熱して沸騰したら、弱火で3分炊く。  
15分～20分くらい蒸らす。

## 魚介のパエリア



### ■材料

米	2合
あさり又はハマグリなど (殻付き)	350g
無頭えび	150g
赤・黄パプリカ	150g
にんにく	1片
白ワイン	20cc
魚のスープ又はブイヨン	450cc
サフラン	0.1g
塩	少々
パセリ	適量
レモン	適量

### ■作り方

- あしりは塩水につけて砂出し、エビはわたを取っておく。パプリカは1cm幅に切り、にんにくはみじん切りにする。スープにサフランを入れておく。
- フライパンにオリーブオイルを熱し、弱火でにんにくをゆっくり炒める。そこにパプリカを加え、中火でしんなりするまで炒める。
- 米を加えて、米粒が透き通ってくるまでさらに炒める。最後にアサリ、エビを加え、ワインをふり入れる。
- ごはん鍋に移しかえスープ、サフラン、塩を入れる。  
※この時、お米と具をかきまぜないでください。
- 中火にかけ、煮立ってきたら弱火にして10～15分炊く。
- 10分ほど蒸らしてできあがり。パセリをふり、食べる直前にレモンを絞る。

## プリン



### ■材料

牛乳	250cc
卵	3個
きび砂糖	45g
バニラエッセンス	適量

### ■作り方

- ボウルに卵を割り入れ、全ての材料を加えて泡立て器でよくかき混ぜる。
- ①を細かい目のザルでこしながら、鍋に入れる。
- 鍋を中火にかけ、耐熱性のゴムペラでゆっくり混ぜながら熱す。
- たねがもろもろと半熟状態になったら鍋を火からおろし、フタをして10分余熱調理する。
- お好みでカラメルソースやフルーツを添えて出来上がり。  
※温かいできたてでも、冷蔵庫で冷やし固めてもどちらも美味しく頂けます。  
お好みでお召し上がりください。

### ■カラメルソースの材料

きび砂糖	70g
水	30g

### ■カラメルソースの作り方

- きび砂糖と水を合わせて火にかけ、ゆっくりと砂糖が溶けるまで混ぜ、あとは煮立たせてトロミがつけば火からおろし冷ます。

※加熱時間は、200V IHクッキングヒーターで調理する場合の目安です。お使いの熱源により多少異なります。  
※上記材料は目安です。分量に応じて調整してください。

※加熱時間は、200V IHクッキングヒーターで調理する場合の目安です。お使いの熱源により多少異なります。  
※上記材料は目安です。分量に応じて調整してください。