

HEALSIO



FOOD PICTURE ②



FOOD PICTURE ①



FOOD PICTURE ③



FOOD PICTURE ⑤



FOOD PICTURE ⑥



สารบัญ

เมนูอาหารฮาลาล

	หน้า	การตั้งค่า	หน้า	การตั้งค่า	หน้า	การตั้งค่า	
แกง / แกงจืด	3	แกงไก่ใส่ผัก "แกงกะหรี่"	1-1	4	ต้มยำกุ้ง	กำหนดเอง 1-1	
	3	แกงไก่สุตรมาเลย์	1-1	4	บอร์ช (ซूपส์สไตล์รัสเซีย)	1-4	
	3	แกงคี่มาเนื้อสับ	1-3	5	ซूपมันฝรั่ง	1-6	
	3	แกงเขียวหวาน	1-3	5	ซूपผักทอง	1-6	
	4	ไก่ตำตุ๋นใส่เม็ดบัว	1-2	5	ซूपมันเทศ	1-6	
	4	แกงไก่สุตรเวียดนาม	1-2	5	สตูเนื้อสุตรเวียดนาม	1-4	
	4	ซ้มกเยหัง (ซूपไก่ทั้งตัว)	1-8	5	แกงจืดผักรวม	1-5	
	6	แกงไก่ตุ๋น	1-2	5	แกงจืดหมูรวม	1-5	
ตุ๋น/เคี่ยว	7	แกงพะเนงซี่โครงเนื้อ	2-6	9	ปลากะพงต้มใส่เครื่องเทศ (Kepala Kakap Bumbu Kuning)	2-11	
	7	ปลาช่อนต้มพริกไทย	2-10	9	ปลานวลจันทร์ต้ม (Ikan Pindang Bandeng)	2-11	
	7	ไก่ต้มซีอิ๊ว	2-1	9	ซอบสุย	2-13	
	7	สตูนกพิราบใส่ถั่วแขก	2-22	9	ไก่ผัดเม็ดมะม่วงหิมพานต์	2-13	
	7	ผักกาดขาวปลีเกี่ยวกับเนื้อแล่	2-4	10	สะโพกไก่และบร็อคโคลี่ราดซอสหอยนางรม	2-13	
	8	ไก่ราดซอสहनดูรี	2-8	10	ผัดบรอกโคลี่ใส่แครอท	2-13	
	8	โบลองเนส	2-9	10	พริกปาปริกาและซูกินีหมักในน้ำซอส	2-15	
	8	อัครควาบ์ซซา	2-10	10	แกงมันมะเนื่อสุตรอินโดนีเซีย	2-6	
ต้ม	12	ผักกาดขาว	3-1	12	มันฝรั่ง / พักทอง	3-4	
	12	บรอกโคลี่	3-2	12	หัวมันฝรั่ง	3-5	
	12	เม็ดข้าวโพดต้ม	3-2	12	เนื้อไก่ (อกไก่)	3-6	
	12	หน่อไม้ฝรั่ง	3-3	12	กุ้ง (กุ้งกุลาดำ ฯลฯ)	3-7	
การนึ่ง	13	ต้มช่า (อุ่น)	4-1	13	ซาลาเปา (อุ่น)	4-2	
	13	ไข่ตุ๋น	4-4	13	ไส้กรอก	4-3	
ก๋วยเตี๋ยว	14	ซूपพาสต้า	5-1	14	อูด้ง (แกงกะหรี่)	5-4	
	14	พาสต้า (ซอสมะเขือเทศ)	5-2	15	เส้นโซเมน	5-5	
	14	อูด้ง	5-3	15	ราเม็ง	5-6	
การหมัก	16	ข้าวหมัก	6-1	16	ครีมชีส	6-4	
	16	สาเกหวาน น้ำข้าวหมัก	6-2	17	มิโซะ	6-5	
	16	โยเกิร์ต	6-3	17	ซूपญี่ปุ่น	6-6	
ของหวาน	18	เค้กผัก	7-1	19	แยม (กีวี)	7-4	
	18	เค้กวนิลา สปันจ์เค้ก	7-2	19	แยม (ส้ม)	7-4	
	18	บราวนี่	7-2	19	คัสตาร์ดครีม	7-5	
	18	ซอสแอปเปิ้ล	7-3	19	ไวท์ซอส	7-5	
	19	แยม (สตอร์เบอร์รี่)	7-4	19	ชีบู๊อิง (ถั่วอะซูกิ/ถั่วแดงหวาน)	7-6	
					5	ซूपครีมหอยลาย	1-7
					6	แกงจืดทะเลปลี	1-9
					6	แกงจืดเห็ดหอมใส่ไก่	1-9
					6	ซूपเห็ดหูหนูขาว	กำหนดเอง 1-2
					6	ไข่และไก่พะโล้	1-9
					6	มูยยาเบส / ซุปทะเล	1-10
					10	ซาบุมหือไฟ (มังสวิรัต)	2-14
					10	สตูผัก	2-18
					11	ถั่วดำ/ถั่วแขกต้มน้ำตาล	2-21
					11	ข้าวต้ม	2-22
					11	ต้มกะหล่ำปลี, มันฝรั่งและหอยดัลป์	กำหนดเอง 2-1
					11	มะเขือเทศรีซอตโต้	กำหนดเอง 2-1
					11	กุ้งผัดซีอิ๊ว	กำหนดเอง 2-1
					12	ปลาหมัก	3-8
					12	ไข่	3-9
					12	พักทอง (ทั้งลูก)	กำหนดเอง 3
					12	พักทองยัดไส้เนื้อ	กำหนดเอง 3
					13	อาหารนึ่ง	4-5
					15	ราเม็งสำเร็จรูป	5-7
					15	สปาเกตตี	กำหนดเอง 5
					17	เต้าฮวย พุดดิ้งเต้าหู้	6-7
					17	เต้าหู้	6-8
					17	ขนมปังหมัก	กำหนดเอง 6
					20	ขนมปังแป้งสาลี (การหมัก)	กำหนดเอง 6
					20	พุดดิ้งขนมปัง (การอบ)	7-7
					20	พุดดิ้งขนมปัง	7-8
					20	เค้กแอปเปิ้ล	กำหนดเอง 7

อาหารที่ไม่ใช่ฮาลาล

รายการอาหารฮาลาล	21 เนื้อวัวกับมันฝรั่ง	2-1	22 เนื้อวัวเคียวชีอิ้ว	2-6	23 เนื้อตุ๋น	2-17
	21 ไก่เคียวกับหัวไชเท้า	2-1	22 ปลาแมกเคอเรลในซอสมิโสะ	2-10	24 ปลาซันมะเคียว	2-20
			23 ปลาหางเหลืองกับหัวไชเท้า	2-11	24 อาหารทะเลแห้ง	กำหนดเอง 4
	21 จิกูเซ็นนิ	2-2	23 โอเต็ง	2-12	24 คัสตาร์ตแห้ง	4-4
	21 พักทองเคียว	2-3	23 สาหร่ายอิจิกิตัม	2-16	24 ซุปมิโสะเนื้อ	2-19
	22 ปลาหมึกสายเคียวกับเผือก	2-5				
	22 เส้นเอ็นวัวต้ม	2-6				
อาหารที่ไม่ใช่ฮาลาล	25 สตูมะละกอใส่หมู	1-9	26 ผัดมะเขือยาวราดซอสพริก	2-13	26 หมูต้ม	3-6
	25 หมูสามชั้นเคียว	2-7			26 สันคอหมูอบซอส	กำหนดเอง 2-2
	25 สตูกระดูกหมู	1-9	26 ซีโครงหมูเคียวกับเต้าหู้	2-18		
	25 ผัดหมูราดซอสถั่วเหลือง	2-13				

คำอธิบายรายการอาหาร/สูตรอาหาร	ใช้เครื่องมืออย่างถูกต้องโดยอ่านวิธีการใช้งานและข้อควรระวังเบื้องต้นใน “คู่มือการใช้งาน”
<p>เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ (การปรุงอาหารอัตโนมัติ) / การตั้งเวลา (การปรุงอาหารด้วยตนเอง) _____</p> <ul style="list-style-type: none"> การปรุงอาหารอัตโนมัติ: เวลาให้ความร้อนมาตรฐานโดยเริ่มต้นจากการให้ความร้อนจนถึงเมื่อปรุงอาหารเสร็จสำหรับหน่วยบริโภคที่ระบุไว้ในรายการส่วนผสม ※ เวลาปรุงอาหารจริงอาจแตกต่างไปจากนี้ขึ้นอยู่กับปริมาณส่วนผสมและอุณหภูมิที่ใช้ การปรุงอาหารด้วยตนเอง: การตั้งเวลามาตรฐานสำหรับปรุงอาหาร ※ ฟังก์ชัน “1 แกง/แกงจืด (Curry/Soup)” ถึง “5 ก๋วยเตี๋ยว (Noodle)” จะทำงานอัตโนมัติจนกระทั่งน้ำซุเดือด ฟังก์ชัน “6 การหมัก (Ferment) และ 7 ของหวาน (Dessert)” จะทำงานอัตโนมัติจนกระทั่งถึงอุณหภูมิที่เหมาะสม ท่านจะสามารถตั้งเวลาปรุงอาหารได้หลังจากการทำงานอัตโนมัติสิ้นสุดลง <p>ส่วนผสม _____</p> <ul style="list-style-type: none"> ปริมาณ <p>ใช้ปริมาณส่วนผสมตามที่ระบุไว้ในสูตรอาหาร</p> <p>※ ปริมาณอาหารที่ปรุงได้สูงสุด</p> <ul style="list-style-type: none"> เมื่อปรุงอาหารที่ไม่มีระบุไว้ในรายการอาหารเล่มนี้ ปริมาณของน้ำและเครื่องปรุงรสที่ใช้ไม่ควรเกินขีด “水位MAX” ที่แสดงอยู่บนหม้อชั้นใน เมื่อปรุงอาหารที่ระบุอยู่ในรายการอาหารเล่มนี้ ปริมาณของน้ำและเครื่องปรุงรสที่ใช้ควรอยู่ระดับต่ำกว่าขอบบนของหม้อชั้นในอย่างน้อย 4 ซม. ปริมาณของส่วนผสมไม่ควรมากจนสัมผัสกับอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร <p>• หน่วยวัด 1 ช้อนโต๊ะ = 15 มล.; 1 ช้อนชา = 5 มล. ※ 1 มล. = 1 ซีซี ถึงระดับนี้</p> <ul style="list-style-type: none"> หากในส่วนผสมต้องใช้ผงชูป (คอนซอมเม่) คุณสามารถใช้ผงชูปที่ซอบได้ เช่น ไก่ เนื้อ และ ปลา 	<p>ปริมาณอาหารหรือปริมาณส่วนผสมที่จะใช้ปรุง _____</p> <ul style="list-style-type: none"> การปรุงอาหารอัตโนมัติ เหมาะสำหรับปริมาณอาหารตามที่เครื่องหมายดอกจัน * กำกับไว้ การปรุงอาหารด้วยตนเอง <p>หากปริมาณอาหารหรือปริมาณส่วนผสม ที่ไม่มีเครื่องหมายดอกจัน * ระบุไว้ ท่านสามารถกำหนดปริมาณอาหารหรือปริมาณส่วนผสมที่ใช้ปรุงด้วยตัวท่านเองโดยใช้เวลาเท่ากัน</p> <p>ถ้าสูตรปรุงอาหารระบุสำหรับ 4หน่วยบริโภค แล้วท่านต้องการจะลดสูตรปรุงอาหารสำหรับ 2หน่วยบริโภคให้ลดส่วนผสมแต่ครั้งเดียว แต่ถ้าหากจะปรับสูตรปรุงอาหารสำหรับ 6 หน่วยบริโภค ให้เพิ่มปริมาณส่วนผสม เป็น 1.5 เท่า</p>

แกง/แกงจืด

คนส่วนผสมในจังหวัดที่ถูกต้องและปรับความร้อนอัตโนมัติ

* รายการอาหารบางรายการจะไม่ใช้งานอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร (หรือไม่จำเป็นต้องคน) โปรดดูที่รายการอาหารดังกล่าว

แกงไก่ใส่ผัก

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร ตั้งเวลาล่วงหน้า

“แกงกะหรี่”

อัตโนมัติ แกง/แกงจืด 1-1 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 1 ชม. 5 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

มะเขือเทศ (หั่นเป็นลูกเต๋า).....	3 ลูก (450 กรัม)
หอมหัวใหญ่ (ซอย).....	2 ลูก (400 กรัม)
ผักชีฝรั่ง (ซอย).....	1 ต้น (100 กรัม)
ปีกไก่.....	8 ชิ้น (ชิ้นละ 60 กรัม)
กระเทียมและขิง (สับละเอียด).....	ตามต้องการ
แกงกะหรี่ก้อน.....	สำหรับ 4-5 หน่วยบริโภค

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 2 ถึง 6 หน่วยบริโภค

1. ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสม
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [CURRY/SOUP 1] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [CURRY/SOUP 1-1] ⇒ กด START

แกงคิมมาเนื้อสับ

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ แกง/แกงจืด 1-3 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 20 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

มะเขือเทศลูกใหญ่ (หั่นเป็นลูกเต๋าด้าน 1.5 – 2 ซม.)... 1 ลูก (200 กรัม)	1 ลูก (200 กรัม)
หอมหัวใหญ่ (ซอย).....	1 ลูก (200 กรัม)
มะเขือยาว (หั่นเป็นลูกเต๋าด้าน 1.5 – 2 ซม.).....	1 ลูก (100 กรัม)
พริกปาปริกา (หั่นเป็นลูกเต๋าด้าน 1.5 – 2 ซม.).....	1 ลูก
เนื้อสับ (สับละเอียด)	300 กรัม
ซอสแกง	สำหรับ 2 หน่วยบริโภค

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 4-6 หน่วยบริโภค

1. ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสมแล้วเกลี่ยผิวให้เรียบสม่ำเสมอ
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [CURRY/SOUP 1] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [CURRY/SOUP 1-3] ⇒ กด START
3. คนก่อนตักเสิร์ฟ

แกงไก่สูตรมาเลย์

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร ตั้งเวลาล่วงหน้า

(ภาพอาหาร ⑭)

อัตโนมัติ แกง/แกงจืด 1-1 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 1 ชม. 5 นาที

ส่วนผสม

หอมหัวใหญ่ (หั่นเป็นลูกเต๋า).....	1 ลูก
มันฝรั่ง (หั่นเป็นลูกเต๋า).....	1 ลูก
น่องไก่ (สับ).....	800 กรัม
พริกแกง	200 กรัม
เกลือ.....	1 ช้อนชา
น้ำตาล.....	1 ช้อนชา
น้ำกะทิ.....	200 กรัม
ใบเตย.....	1 ใบ

1. ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสม
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [CURRY/SOUP 1] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [CURRY/SOUP 1-1] ⇒ กด START

แกงเขียวหวาน

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร ตั้งเวลาล่วงหน้า

(ภาพอาหาร ①)

อัตโนมัติ แกง/แกงจืด 1-3 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 20 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

น่องไก่.....	200 กรัม
มะเขือยาว.....	2 ลูก (200 กรัม)
หน่อไม้ต้ม.....	100 กรัม
พริกปาปริกา (แดง).....	1 ลูก
พริกแกงเขียวหวาน.....	50 กรัม*
น้ำกะทิ.....	400 มล.
น้ำตาล.....	1½ ช้อนโต๊ะ
ใบเตย.....	1½ ช้อนโต๊ะ

* โปรดอ่านข้อมูลบนบรรจุภัณฑ์และปรับปริมาณพริกแกงเขียวหวานให้เหมาะสมกับน้ำ 400 มล.

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 4-6 หน่วยบริโภค

1. ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. แลเนื้อไก่เป็นชิ้นขนาดพอดีคำ หั่นมะเขือยาวแบ่งครึ่งตามยาว และหั่นแต่ละครึ่งออกเป็น 6 ชิ้นตามขวาง หั่นหน่อไม้และหั่นพริกปาปริกาออกเป็นชิ้นขนาด 1.5 ซม.
3. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [CURRY/SOUP 1] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [CURRY/SOUP 1-3] ⇒ กด START

ไก่ดำตุ๋นใส่เม็ดบัว

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ แกง/แกงจืด 1-2 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 45 นาที

ส่วนผสม

เนื้อไก่ดำ	800 กรัม (ไก่ 3-4 ตัว)
เม็ดบัว	300 กรัม
เกลือ	ตามความชอบ
น้ำ	500 มล.

1. ตั้งตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสม
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [CURRY/SOUP 1] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [CURRY/SOUP 1-2] ⇒ กด START

แกงไก่สูตรเวียดนาม

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ แกง/แกงจืด 1-2 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 45 นาที

ส่วนผสม

หอมหัวใหญ่ (หั่นเป็นลูกเต๋า)	200 กรัม
แครอท (หั่นเป็นลูกเต๋า)	300 กรัม
มันเทศ (หั่นเป็นลูกเต๋า)	500 กรัม
เนื้อไก่ (หั่นเป็นชิ้นพอดีคำ)	1,000 กรัม
ตะไคร้	5 ชิ้น
ผงกะหรี่	5 กรัม
น้ำปลา, เกลือ, น้ำตาล	ตามความชอบ
น้ำ	200 มล.
น้ำกะทิ	200 มล.

1. ตั้งตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสม
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [CURRY/SOUP 1] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [CURRY/SOUP 1-2] ⇒ กด START

ซังกเยทัง (ซูปไก่ทั้งตัว)

ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ แกง/แกงจืด 1-8 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 50 นาที

ส่วนผสม

ไก่ทั้งตัว	1.4 กก. (ควักเครื่องในออก)
ข้าวเหนียว	75 กรัม
กระเทียม	2 กลีบ
ขิง	1 กลีบ
A พุทรา	4 ลูก
โถงเบอร์รี่	ตามความชอบ
กระเทียมต้น	ประมาณ 15 ซม. (ผ่านเป็นแผ่นบางๆ)
เมล็ดสน	15 กรัม
น้ำ	ใสจนท่วมตัวไก่
เกลือและพริกไทย	ตามความชอบ

1. ใส่ข้าวเหนียว, กระเทียม และส่วนผสม (A) ครึ่งหนึ่งเข้าไปในตัวไก่และเย็บปิดด้วยไม้กลัด (หรือวัสดุอื่นที่คล้ายกัน) ใช้เชือกมัดขาไก่เข้าด้วยกัน
2. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [CURRY/SOUP 1] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [CURRY/SOUP 1-8] ⇒ กด START
3. ใส่เกลือและพริกไทยตามความชอบ

ต้มยำกุ้ง

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

กำหนดเอง แกง/แกงจืด 1-1 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 3 นาที

สำหรับการใช้ตัวเลือก กำหนดเอง แกง/แกงจืด 1-1 ให้คนส่วนผสมให้ทั่วเพื่อให้สุกสม่ำเสมอ

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

A	เห็ดนางรมหลวง (หั่นครึ่งตามยาว)	100 กรัม
	น้ำพริกเผา	3 ช้อนโต๊ะ
	น้ำ	600 มล.

กุ้ง (ปอกเปลือกและดึงเส้นดำที่หลังออก) 12
* โปรดดูข้อมูลบนบรรจุภัณฑ์และปรับปริมาณน้ำพริกเผาตามความต้องการของคุณ

* เวลาตั้งค่าเดียวกันนี้สามารถใช้ได้กับปริมาณส่วนผสม 4-8 หน่วยบริโภค

1. ตั้งตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใส่ส่วนผสม (A) ลงในหม้อชั้นใน
เลือก MANUAL และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [CURRY/SOUP 1] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [CURRY/SOUP 1-1] และกด ENTER ⇒
ตั้งเวลา 3 นาที ⇒ กด START
3. หลังจากร้อนเต็มที่แล้ว ให้ใส่กุ้งและต้มต่ออีกประมาณ 1-2 นาทีจนกุ้งสุก ระวังถูกลาวก
* อย่ากดปุ่ม CANCEL เมื่อเปิดฝาหม้อ (เมื่อคำว่า "EXTEND" ดับลง ให้ต้มต่ออีก 1-2 นาทีโดยใช้ตัวเลือก กำหนดเอง แกง/แกงจืด 1-1 (การคน))

บอริช (ซูปสโตล์รัสเซีย)

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ แกง/แกงจืด 1-4 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 1 ชม. 25 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

เนื้อวัวหั่นเป็นลูกเต๋า	300 กรัม
มันฝรั่ง	1 ลูก (150 กรัม)
A แครอท	1 ลูก (200 กรัม)
กะหล่ำปลี	100 กรัม
หอมหัวใหญ่	1 ลูก (200 กรัม)

กระเทียม	1 กลีบ
บิทรูท (กระป๋องรวมน้ำ)	1 กระป๋อง (400 กรัม)
มะเขือเทศปอกเปลือก (กระป๋อง)	½ กระป๋อง (200 กรัม)
เนย	20 กรัม
ไบกระวาน (เบย์ลีฟ)	1 ใบ
ผงซูป (คอนซอมเม)	2 ช้อนโต๊ะ
เกลือและพริกไทย	ตามความชอบ

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 2-6 หน่วยบริโภค

1. ตั้งตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. หั่นส่วนผสม (A) เป็นชิ้นขนาดพอดีคำ บดกระเทียมและหั่นมะเขือเทศเป็นชิ้นใหญ่ๆ
3. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [CURRY/SOUP 1] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [CURRY/SOUP 1-4] ⇒ กด START

ซุปร้อนผัด

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ

แกง/แกงจืด 1-6

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 40 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

A	มันฝรั่ง (หั่นเป็นลูกเต๋ายาวขนาด 2-3 ซม.)	2 ลูก (300 กรัม)
	หอมหัวใหญ่ (หั่นเป็นชิ้นตามแสดงในภาพด้านล่าง)	
	½ ลูก (100 กรัม)
	ผงซูป (คอนซอมเม)	2 ช้อนชา
น้ำ	200 มล.	
นม	200 มล.	
เกลือ	ตามความชอบ	

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 4-8 หน่วยบริโภค

✳ หอมหัวใหญ่จะสุกเร็วขึ้นถ้าหั่นเป็นแว่น (ตามรูป)



1. ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใส่ส่วนผสมทั้งหมด (A) ลงในหม้อชั้นใน
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [CURRY/SOUP 1] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [CURRY/SOUP 1-6] ⇒ กด START
3. เมื่อเสียงเตือนดังขึ้น (คำว่า "ADD"(เพิ่ม) จะแสดงขึ้นมาเมื่อเวลาปรุงอาหารเหลือ 6 นาที) ให้เปิดฝาท่อแล้วเทนมลงในหม้อชั้นใน ระวัง
ถูกฉนวน
✳ เมื่อตั้งไว้ที่โหมด "ตั้งเวลาล่วงหน้า" คำว่า "ADD"(เพิ่ม) จะแสดง
ขึ้นมาเมื่อถึงเวลาที่ตั้งไว้ล่วงหน้า
✳ อย่ากดปุ่ม CANCEL เมื่อเปิดฝาท่อ
4. ใส่เกลือตามความชอบก่อนตักแบ่ง
✳ สูตรของซูปสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามความชอบ

คุณสามารถใช้ส่วนผสมอื่นแทนมันฝรั่ง แล้วปฏิบัติตามขั้นตอนการปรุงสำหรับซูปมันฝรั่งได้

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 4-8 หน่วยบริโภค

ซูปผักทอง

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

ปอกเปลือกผักทองขนาด 400 กรัม และหั่นเป็นลูกเต๋ายาวขนาด 2-3 ซม.

ซูปมันเทศ

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

ปอกเปลือกมันเทศ 1 ลูก (250 กรัม) และหั่นเป็นลูกเต๋ายาวขนาด 2-3 ซม.
ปรับปริมาณน้ำให้เหลือ 300 มล.

สตูเนื้อสุตรวีดยอดนาม

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ

แกง/แกงจืด 1-4

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 1 ชม. 25 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

หอมหัวใหญ่ (หั่นเป็นลูกเต๋ายาว)	200 กรัม
แครอท (หั่นเป็นลูกเต๋ายาว)	200 กรัม
มันฝรั่ง (หั่นเป็นลูกเต๋ายาว)	300 กรัม
เนื้อวัวแล้เป็นลูกเต๋ายาว	1,000 กรัม
ตะไคร้	5 ชิ้น
เครื่องสตูเนื้อแบบผง	150 กรัม
น้ำปลา, เกลือ, น้ำตาล	ตามความชอบ
น้ำกะทิ	500 มล.

1. ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสม
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [CURRY/SOUP 1] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [CURRY/SOUP 1-4] ⇒ กด START

แกงจืดผัดรวม

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ

แกง/แกงจืด 1-5

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 25 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

มะเขือเทศ (หั่นเป็นชิ้นใหญ่ๆ)	ลูกใหญ่ 1 ลูก (200 กรัม)
ผักชีฉ่าย (หั่นเป็นลูกเต๋ายาว 1 ซม.)	1/3 ตัน (30 กรัม)
หอมหัวใหญ่ (หั่นเป็นลูกเต๋ายาว 1 ซม.)	½ ลูก (100 กรัม)
มันฝรั่ง (หั่นเป็นลูกเต๋ายาว 1 ซม.)	½ ลูก (75 กรัม)
แครอท (หั่นเป็นลูกเต๋ายาว 1 ซม.)	½ ลูก (100 กรัม)
เนื้อสัตว์ที่คุณต้องการ (หั่นเป็นชิ้นพอดีคำ)	ปริมาณตามต้องการ
ผงซูป (คอนซอมเม)	2 ช้อนชา
เกลือและพริกไทย	ตามความชอบ
ใบกระวาน (เบยลิฟ)	1 ใบ
น้ำ	400 มล.

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 4 ถึง 8 หน่วยบริโภค

1. ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสม
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [CURRY/SOUP 1] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [CURRY/SOUP 1-5] ⇒ กด START

ซูปครีมหอยลาย

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ

แกง/แกงจืด 1-7

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 20 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

หอยลายกระป๋อง (ไม่มีเปลือก)	1 กระป๋อง (60 กรัม)
เนื้อสัตว์ที่คุณต้องการ (หั่นเป็นชิ้นพอดีคำ)	ปริมาณตามต้องการ
หอมหัวใหญ่ (หั่นเป็นลูกเต๋ายาว 1 ซม.)	½ ลูก (100 กรัม)
มะเขือเทศ (หั่นเป็นลูกเต๋ายาว 1 ซม.)	½ ลูก (75 กรัม)
แครอท (หั่นเป็นลูกเต๋ายาว 1 ซม.)	½ ลูก (100 กรัม)
แป้งสาลี	3 ช้อนโต๊ะ
เนย	20 กรัม
ผงซูป (คอนซอมเม)	2 ช้อนชา
น้ำหอยลายกระป๋อง (เจือจาง)	200 มล.
นม	400 มล.
เกลือและพริกไทย	ตามความชอบ

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 4-8 หน่วยบริโภค

1. ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใส่ส่วนผสม (A) ลงในถุงพลาสติกขนาดใหญ่ เทแป้งสาลีลงไปแล้วเขย่า
ถุงพลาสติกจนกระทั่งส่วนผสมทั้งหมดคลุกเคล้ากับแป้งสาลี
3. เทส่วนผสมจากถุงพลาสติกและส่วนผสมอื่นๆ ลงในหม้อชั้นใน
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [CURRY/SOUP 1] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [CURRY/SOUP 1-7] ⇒ กด START

แกงจืดกะหล่ำปลี

ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ

แกง/แกงจืด 1-9

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 1 ชั่วโมง

ส่วนผสม (สำหรับกะหล่ำปลี 1 หัว)

กะหล่ำปลี	1 หัว (1.2 กก.)
เนื้อสัตว์ที่คุณต้องการ (หั่นเป็นชิ้นพอดีคำ)	ปริมาณตามต้องการ
มะเขือเทศปอกเปลือก (กระป๋อง, หั่นเป็นชิ้นใหญ่ๆ) ... 1 กระป๋อง (400 กรัม)	
ผงชูป (คอนซอมเม)	2 ช้อนโต๊ะ
น้ำ	200 มล.

เกลือและพริกไทย ตามความชอบ

※ เมื่อใช้งานโหมด "ตั้งเวลาล่วงหน้า" ให้เติมน้ำลงไปจนถึงขีด "水位MAX"

1. เทผงชูป (คอนซอมเม) ลงไปในหม้อชั้นในแล้วใส่กะหล่ำปลีที่หั่นออกเป็น 6 ส่วน
2. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงไป ยกเว้นเกลือกับพริกไทย
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [CURRY/SOUP 1] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [CURRY/SOUP 1-9] ⇒ กด START
3. ใส่เกลือและพริกไทยตามความชอบก่อนตักเสิร์ฟ

แกงจืดเห็ดหอมใส่ไก่

ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ

แกง/แกงจืด 1-9

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 1 ชั่วโมง

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

เนื้อไก่ (แต่เป็นชิ้นขนาดตามต้องการ)	เนื้อไก่ครึ่งตัว (600 กรัม)
ขิง (ฝานบางๆ)	ตามต้องการ
A ส่วนใบสีเขียวของต้นหอม	ตามต้องการ
น้ำ	800 มล.
เห็ดหอมแห้ง (แช่น้ำให้นุ่มและหั่นเป็นสี่ส่วน)	6 ดอก
B ขิง (ฝานบางๆ)	2 ชิ้น
น้ำ (หรือสาเก (ไวน์ข้าว))	1 ช้อนโต๊ะ
เกลือ	1 ช้อนชา
น้ำตาล	½ ช้อนชา
น้ำ <a>	ประมาณ 1,000 มล.

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 2 ถึง 6 หน่วยบริโภค

1. ใส่เนื้อไก่และส่วนผสม (A) ลงในหม้อชั้นใน
2. หากต้องการชิมไข่มุกนอกจากเนื้อ ให้ตั้งค่าเป็น กำหนดเอง แกง/แกงจืด 1-2 (ไม่คน) ไว้ที่ประมาณ 5 นาที
3. เทน้ำออกจากหม้อชั้นในจากข้อ 2. เล็กน้อย จากนั้นใส่เนื้อไก่, เห็ดหอม และส่วนผสม (B)
4. เติมน้ำ <a> เข้าไปในหม้อในข้อ 3. โดยไม่ให้สูงกว่าขีด "水位MAX"
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [CURRY/SOUP 1] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [CURRY/SOUP 1-9] ⇒ กด START

ซूपเห็ดหูหนูขาว

กำหนดเอง แกง/แกงจืด 1-2 ปรุงโดยใช้ความร้อนสูงจนกระทั่งน้ำเดือด จากนั้นให้ลดความร้อนลงจนปรุงเสร็จ

กำหนดเอง

แกง/แกงจืด 1-2

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 80 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

เห็ดหูหนูขาวแห้ง (แช่น้ำให้นุ่ม)	10 กรัม
พุทรา	30 กรัม
โกจิเบอร์รี่ (แก่ก็)	ตามต้องการ
น้ำตาลกรวด	80 กรัม
น้ำ	ประมาณ 1300 มล.

* เวลาตั้งค่าเดียวกันนี้สามารถใช้ได้กับปริมาณส่วนผสม 2-6 หน่วยบริโภค

1. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นในยกเว้นน้ำ โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสม
2. เติมน้ำลงในข้อ 1. โดยไม่ให้สูงกว่าขีด "水位MAX"
เลือก MANUAL และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [CURRY/SOUP 1] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [CURRY/SOUP 1-2] และกด ENTER ⇒
ตั้งเวลาไว้ที่ 80 นาที ⇒ กด START

ไข่และไก่พะโล้

ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ

แกง/แกงจืด 1-9

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 1 ชั่วโมง

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

ไข่ต้มสุก	6 ฟอง
ปีกไก่	750 กรัม
เต้าหู้	100 กรัม
เห็ดหอมแห้ง	40 กรัม
กระเทียม	7 กลีบ
พริกไทยขาว	1 ช้อนชา
รากผักชี	3 ราก
อบเชย	30 กรัม
โป๊ยกั๊ก	10 กรัม
เม็ดผักชี	20 กรัม
น้ำตาลปึก	100 กรัม
ซีอิ๊วขาว	3 ช้อนโต๊ะ
ซีอิ๊วดำ	3 ช้อนโต๊ะ
ซีอิ๊ว	½ ถ้วย + 1 ช้อนโต๊ะ
ผงพะโล้	2 ช้อนโต๊ะ
น้ำ	1,000 มล.
ผักชี	เพื่อใช้โรย

1. ใช้ผ้าขาวห่อผงเม็ดผักชี
2. ใส่ปีกบนไก่, กระเทียม, พริกไทยขาว, รากผักชี, น้ำตาลปึก, ซีอิ๊วขาว, ซีอิ๊วดำ, ซีอิ๊ว และผงพะโล้ นวดให้เข้ากันและปล่อยให้ทิ้งไว้ 1 ชั่วโมง (ส่วนผสมทั้งหมดจะซึมเข้าไปในเนื้อไก่ช่วยให้รสชาติกลมกล่อมขึ้น)
3. ใส่ส่วนผสมทั้งหมด ยกเว้นผักชี ลงในหม้อชั้นใน
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [CURRY/SOUP 1] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [CURRY/SOUP 1-9] ⇒ กด START
4. ตักใส่ถ้วยแล้วโรยด้วยผักชี พร้อมเสิร์ฟ

บวยยาเบส / ซุปทะเล (ภาพอาหาร ②)

ไม่ต้องใส่

อัตโนมัติ

แกง/แกงจืด 1-10

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 1 ชั่วโมง

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

หอยหัวใหญ่ (ฝานบางๆ)	2 ลูก (400 กรัม)
A ผักขึ้นฉ่าย (ซอย)	1 ต้น (100 กรัม)
กระเทียม (ซอย)	1 กลีบ
มะเขือเทศ (หั่นเป็นชิ้นใหญ่ๆ)	2 ลูก (300 กรัม)
ปลาหมึก	1 ตัว (250 กรัม)
หอยแมลงภู่ (ล้างให้สะอาด)	4 ตัว
เห็ด	8 ดอก
พริกป้าริกา (แดงและเหลือง / หั่นแบ่งเป็นสี่ส่วน)	อย่างละ 1/4 เม็ด
ปลาเนื้อขาว (แล้แบ่งครึ่ง)	2 ชิ้น
กุ้ง	4 ตัว
เกลือ	1 ช้อนชา
พริกไทย	ตามความชอบ
ผงชูป (คอนซอมเม)	2 ช้อนชา
หญ้าฝรั่น	5-10 ต้น
เนย	10 กรัม
ใบกระวาน (เบย์ลีฟ)	1 ใบ
น้ำ	100 มล.

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 2 ถึง 6 หน่วยบริโภค

1. แล่ปลาหมึกและล้างน้ำให้สะอาด แล่ส่วนตัวปลาหมึกเป็นแว่นๆ ตั้งเส้นด้ายที่หั่นออกจากตัวกุ้ง
2. ใส่ส่วนผสม (A) และส่วนผสมที่เหลือลงในหม้อชั้นใน
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [CURRY/SOUP 1] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [CURRY/SOUP 1-10] ⇒ กด START

ตุ๋น/เคี่ยว

คนส่วนผสมในจังหวัดที่ถูกต้องและปรับความร้อนอัตโนมัติ

* รายการอาหารบางรายการจะไม่ใช้งานอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร (หรือไม่จำเป็นต่อคน) โปรดดูที่รายการอาหารดังกล่าว

แกงพะเนียงซี่โครงเนื้อ

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ

การเคี่ยว 2-6

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 1 ชม. 30 นาที

ส่วนผสม

ซี่โครงเนื้อ	500 กรัม
A น้ำ	500 มล.
ใบกระวาน (เบย์ลีฟ)	ตามต้องการ
ขิง (ผานบางๆ)	ตามต้องการ
ผงหมักเนื้อ	ตามต้องการ
เครื่องเทศปั่น	
- พริกหยวก	10 ชิ้น
- หอมแดง	10 ลูก
- กระเทียม	8 กลีบ
น้ำ	300 มล.
มะขาม	ตามต้องการ
ขิงผานบางๆ	3 ซม.
B ข่า	3 ซม.
ใบกระวาน (เบย์ลีฟ)	2 ใบ
ตะไคร้	2 ชิ้น
เกลือและน้ำตาล	ตามความชอบ
ซีอิ๊ว	3 ช้อนโต๊ะ
ผงหมักเนื้อ	ตามต้องการ
ผักชีฝรั่งและกระเทียมต้น	ตามต้องการ
C แครอท (หั่นเป็นชิ้นตามต้องการ)	1 ลูก
สัปรดหวาน (หั่นเป็นชิ้นตามต้องการ)	1 ลูก
มะเขือเทศหั่นเป็นลูกเต๋า (หั่นเป็นชิ้นตามต้องการ)	1 ลูก
ใบโหระพา	เพื่อใช้โรย

1. ตั้งตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ล้างซี่โครงจากนั้นใส่เข้าไปในหม้อชั้นใน
3. ใส่ส่วนผสม (A) รวมเข้ากับข้อ 2. หากต้องการซบไขมันออกจากเนื้อให้ตั้งค่าเป็น Manual Curry/Soup 1-2 (ไม่คน) ไว้ที่ประมาณ 20 นาที
4. หลังเสร็จแล้ว ให้นำน้ำที่เหลือออกให้หมด
5. เทน้ำออกจากหม้อชั้นในจากข้อ 4. เล็กน้อย จากนั้นใส่เนื้อที่ซบไขมันออกแล้วและส่วนผสม (B) เลือก AUTO และกด ENTER => เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER => เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-6] => กด START
6. หลังเวลาผ่านไป 60 นาที ให้ใส่ส่วนผสม (C) ซิมรส จากนั้นปรุงต่อโดยการกดปุ่ม START
7. โรยใบโหระพาสำหรับแต่งหน้าอาหาร

ปลาช่อนต้มพริกไทย

อัตโนมัติ

การเคี่ยว 2-10

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 25 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

ปลาช่อน (หั่นเป็นชิ้นกลมหนา 2-3 ซม.)	800 กรัม
พริกไทย	10 กรัม
เกลือและน้ำตาล	ตามความชอบ
น้ำปลา	30 มล.
น้ำมันปรุงอาหาร	70 มล.

1. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสม เลือก AUTO และกด ENTER => เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER => เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-10] => กด START

ไก่ต้มซีอิ๊ว (ภาพอาหาร ③)

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ

การเคี่ยว 2-1

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 35 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

หอมหัวใหญ่ลูกใหญ่ (หั่นเป็นลูกเต๋า)	1 ลูก
มันฝรั่ง (หั่นเป็นลูกเต๋า)	2 ลูก
น่องไก่ (แล้เป็นชิ้นขนาดพอดีคำ)	2 ชิ้น (500 กรัม)
ซอสหอยเป่าหรือซอสหอยนางรม	1 ช้อนโต๊ะ
ซอสเทอริยากิเข้มข้น	1 ช้อนโต๊ะ
ซีอิ๊ว	2 ช้อนโต๊ะ
ซีอิ๊วดำ	1 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาล	1 ช้อนชา
เกลือ	½ ช้อนชา

1. ตั้งตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสม เลือก AUTO และกด ENTER => เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER => เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-1] => กด START

สตูเนกพิราบใส่ถั่วแขก

อัตโนมัติ

การเคี่ยว 2-22

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 1 ชม. 20 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

ข้าวสวย	150 กรัม
เนื้อนกพิราบ	800 กรัม
ถั่วแขก	100 กรัม
เกลือและน้ำปลา	ตามต้องการ

1. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสม เลือก AUTO และกด ENTER => เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER => เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-22] => กด START

ผักกาดขาวปลีเคี่ยวกับเนื้อแล้

อัตโนมัติ

การเคี่ยว 2-4

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 30 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

ผักกาดขาวปลี	500 กรัม
เนื้อสัตว์ที่เคี้ยวต้องการ หั่นหรือแล้เป็นชิ้นบางๆ	300 กรัม
เกลือและพริกไทย	ตามความชอบ
ผงชูป (คอนซอมเม)	1 ช้อนชา

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 4 ถึง 6 หน่วยบริโภค

1. ปล่อยให้ผักกาดขาวปลีลือกที่ละใบ
2. วางชิ้นเนื้อบนใบผักกาดขาวปลีแล้วโรยด้วยเกลือและพริกไทย ทำซ้ำขั้นตอนนี้เพื่อทำเป็นชั้น
3. หั่นเนื้อและผักกาดขาวปลีที่ทำไว้ในข้อ 2. เป็นชิ้นกว้าง 5 ซม. แล้วใส่ลงในหม้อชั้นใน จากนั้นโรยด้วยผงชูป (คอนซอมเม) เลือก AUTO และกด ENTER => เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER => เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-4] => กด START

ไถ่รูดซอสทั้นดูรี

อัตโนมัติ การเคี้ยว 2-8 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 1 ชม. 10 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

น่องไก่ติดกระดูก.....	4 ชิ้น (250-300 กรัมต่อชิ้น)
เกลือ.....	1 ช้อนชา
A ไยเคิร์ด.....	75 กรัม
น้ำมะเขือเทศและผงกะหรี่.....	อย่างละ 2 ช้อนชา
เกลือ, น้ำมันและน้ำผึ้ง.....	อย่างละ 1 ช้อนชา
กระเทียม (บด) และขิง (บด).....	อย่างละ 1 ช้อนชา

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 2-4 หน่วยบริโภค
ถ้าต้องการปริมาณสำหรับ 2-3 หน่วยบริโภค ให้คงปริมาณของ
ส่วนผสม A ในรายการส่วนผสม

1. ใช้ส้อมจิ้มหนังไก่ให้เป็นรู ทาเกลือให้ทั่วน่องไก่
2. ใส่ส่วนผสม A ลงในถุงพลาสติกแล้วคลุกให้เข้ากัน ใส่ น่องไก่เข้าไป
แล้วคลุกเคล้าให้เข้ากัน มัดปากถุงพลาสติกและหมักไว้ในตู้เย็น
นาน 2-3 ชั่วโมง
(รสชาติจะดีขึ้นถ้าคุณหมักไว้ข้ามคืน)
3. ใส่ น่องไก่ลงในหม้อชั้นในโดยจัดให้ชิดกันและให้ด้านหนังไก่หันขึ้น
ด้านบน ใส่ น้ำซอสทั้งหมด
* น่องไก่อาจไหม้ถ้าหนังไก่ติดกับกันหม้อ
เลือก AUTO และกด ENTER =>
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER =>
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-8] => กด START

อัคควาป้ชซ่า

อัตโนมัติ การเคี้ยว 2-10 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 25 นาที

ส่วนผสม

ปลาจาน.....	400-500 กรัม
	(ควักเครื่องในและขอดเกล็ดออก)
เกลือและพริกไทย.....	ตามความชอบ
หอยลายญี่ปุ่น.....	200 กรัม
มะเขือเทศเชอร์รี่.....	200 กรัม
กระเทียม (หั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ).....	1 กลีบ
น้ำ.....	100 มล.
น้ำมันมะกอก.....	2 ช้อนโต๊ะ
มะกอกดำ.....	5 ถึง 10 ชิ้น
แผ่นรองอบ.....	ตัดเป็นชิ้นขนาดเท่าปลา

1. โรยเกลือและพริกไทยที่ด้านบนและใต้ตัวปลา
2. วางแผ่นรองอบไว้ที่ก้นหม้อชั้นในแล้วใส่ปลาลงไป บั้งด้านข้างปลา
เล็กน้อย
3. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการ
ส่วนผสม
เลือก AUTO และกด ENTER =>
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER =>
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-10] => กด START

โบลองเนส

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ การเคี้ยว 2-9 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 30 นาที

ส่วนผสม (ปริมาณที่ปรุงประมาณ 770 กรัม)

หอมหัวใหญ่ (ซอย).....	½ ลูก (100 กรัม)
แครอท (ซอย).....	½ ลูก (100 กรัม)
กระเทียม (ซอย).....	1 กลีบ
เนื้อสับ.....	250 กรัม
มะเขือเทศกระป๋อง (หั่นเป็นชิ้นใหญ่ ๆ).....	1 กระป๋อง (400 กรัม)
แป้งขนมปัง.....	1 ½ ช้อนโต๊ะ
ซอสมะเขือเทศ.....	3 ช้อนโต๊ะ
ผงชูรส (คอนซอมเม่).....	2 ช้อนชา
เกลือและพริกไทย.....	ตามความชอบ
ใบกระวาน (เบย์ลีฟ).....	1 ใบ

* สำหรับรายการอัตโนมัตินี้ คุณสามารถเพิ่มปริมาณส่วนผสมเป็น
2 เท่าได้

1. ตัดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการ
ส่วนผสม
คนให้ส่วนผสมเข้ากันก่อนปรุง
เลือก AUTO และกด ENTER =>
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER =>
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-9] => กด START
3. คนก่อนตักเสิร์ฟ

แกงมัสมั่นเนื้อ

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร ตั้งเวลาล่วงหน้า

สูตรอินโดนีเซีย

อัตโนมัติ การเคี้ยว 2-6 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 1 ชม. 30 นาที

ส่วนผสม

A เครื่องเทศปั่น	
กระเทียมกลีบใหญ่ (หั่นเป็นชิ้นใหญ่ ๆ).....	4 กลีบ
หอมแดงลูกใหญ่ (หั่นเป็นชิ้นใหญ่ ๆ).....	4 ลูก (200 กรัม)
พริกปั่น.....	3 ช้อนโต๊ะ (ตามความชอบ)
เม็ดผักชีป่น.....	1 ช้อนชา
ขมิ้นป่น.....	¼ ช้อนชา
ขิงสด (หั่นเป็นชิ้นใหญ่ ๆ).....	2.5 ซม.
น้ำมันพืช.....	2 ช้อนโต๊ะ
ตะไคร้ (ส่วนสีขาวเท่านั้น, บดละเอียด).....	2 ต้น
ใบมะกรูด.....	4 ใบ
ข้าว (ผ่านเป็นแวน).....	2.5 ซม.
เนื้อน่องหรือเนื้อซี่โครงวัว (แต่เป็นลูกเต๋าค้นใหญ่ ๆ).....	900 กรัม
น้ำกะทิ.....	200 มล.
น้ำตาลปึก (ใช้น้ำตาลทรายแดงแทนได้).....	1 ช้อนโต๊ะ

1. ตัดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นในพร้อมเครื่องเทศปั่น
เลือก AUTO และกด ENTER =>
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER =>
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-6] => กด START

ปลากะพงต้มใส่เครื่องเทศ (Kepala Kakap Bumbu Kuning)

ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ การเคี่ยว 2-11 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 40 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

ปลากะพง	4	ตัว
มะนาว	3	ลูก
ใบมะกรูด	2	ใบ
ใบกระวาน (เบย์ลีฟ)	2	ใบ
ข่า (บด)	1	ชิ้น
ตะไคร้ (บด)	1	ชิ้น
พริกคาเยน	8	ชิ้น
น้ำตาล	ตามต้องการ	
เกลือ	ตามต้องการ	
ผงชูรส	ตามต้องการ	
น้ำ	200	มล.

(เครื่องเทศปั่น)

ต้นหอม	4	ต้น
กระเทียม	3	กลีบ
พริกชี้หนูเม็ดใหญ่	1	เม็ด
ขมิ้น	1	ซม.
ขิง	1	ซม.

ใบโหระพา ตามต้องการ

- ล้างปลา อดด้วยน้ำมะนาวให้ทั่วตัวปลา แล้วปล่อยทิ้งไว้ 15 นาที ล้างปลา ปลาพร้อมปรุงแล้ว
- ใส่ปลาลงในหม้อชั้นใน จากนั้นใส่ส่วนผสมอื่น (A) และเครื่องเทศ ยกเว้นใบโหระพา
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-11] ⇒ กด START
- หลังปรุงเสร็จแล้วให้ชิมรส โรยใบโหระพาก่อนเสิร์ฟ

ปลานวลจันทร์ต้ม (Ikan Pindang Bandeng)

ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ การเคี่ยว 2-11 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 40 นาที

ส่วนผสม

ปลานวลจันทร์ขนาดกลาง (และเป็นชิ้นขนาดตามต้องการ)	1	ตัว
มะนาว	1	ลูก

(เครื่องเทศปั่น)

กระเทียม	5	กลีบ
หอมแดง	5	ลูก
มะเขายี่สิบ	4	ชิ้น
ขิง	1	กลีบ
ขมิ้น	1	ชิ้น
พริกแดง	5	เม็ด
พริกชี้หนู	8	เม็ด
น้ำ	200	มล.

มะเขือเทศขนาดกลาง (หั่นเป็นลูกเต๋า)	1	ลูก
ซีอิ๊ว	ตามต้องการ	
น้ำตาล	ตามต้องการ	
เกลือ	ตามต้องการ	
สารปรุงรส	ตามต้องการ	

ผักชีฝรั่งและกระเทียมต้น

หอมเจียว

- ล้างปลา จากนั้นรดด้วยน้ำมะนาวให้ทั่วตัวปลา
- เมื่อปลาที่หมักทิ้งไว้พร้อมปรุงแล้ว ให้ใส่ปลานวลจันทร์ และส่วนผสมอื่นลงในหม้อชั้นใน
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-11] ⇒ กด START
- ก่อนยกเสิร์ฟ ให้โรยหอมเจียวและผักชีฝรั่งกับกระเทียมต้น

ซอบุสย

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ การเคี่ยว 2-13 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 20 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

เนื้อสัตว์และอาหารทะเล	250	กรัม
แป้งมันฝรั่ง	2	ช้อนโต๊ะ
ผัก เช่น พริกไทย, พริกปาปริกา, แครอท	300	กรัม
ผักกาดขาวปลี	300	กรัม
ซีอิ๊วขาว	2	ช้อนชา
น้ำ (หรือสาเก (ไวน์ข้าว))	4	ช้อนโต๊ะ
ซูปไก่ (เม็ด)	2	ช้อนชา
เกลือและพริกไทย	ตามความชอบ	

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 4 ถึง 6 หน่วยบริโภค

- ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
- ปอกเปลือก, หาง และดึงเส้นดำที่หลังของกุ้งออก ซุบเนื้อและอาหารทะเลด้วยแป้งมันฝรั่ง หั่นแครอทเป็นท่อนๆ หั่นส่วนผสมอื่นๆ ให้มีขนาดพอดีคำ
- ใส่ผัก, เนื้อ และอาหารทะเลลงในหม้อชั้นใน จากนั้นใส่ส่วนผสม (A) ที่คลุกเคล้ากันดีแล้วตามลงไป
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-13] ⇒ กด START
- คนก่อนตักเสิร์ฟ

ไก่ผัดเม็ดมะม่วงหิมพานต์

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ การเคี่ยว 2-13 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 20 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

น่องไก่ (และเป็นชิ้นขนาดพอดีคำ)	400	กรัม
แป้งมันฝรั่ง	1	ช้อนโต๊ะ
พริกหยวก (หั่นเป็นลูกเต๋ายาว 2 ซม.)	4	เม็ด
ส่วนสีขาวของต้นหอม (หั่นเป็นชิ้นกว้าง 1 ซม.)	1	ต้น
หน่อไม้ต้ม (หั่นเป็นลูกเต๋ายาว 1 ซม.)	50	กรัม
เกลือและพริกไทย	ตามความชอบ	
เม็ดมะม่วงหิมพานต์	60	กรัม
ซอสหอยนางรม	1	ช้อนโต๊ะ
ซีอิ๊ว	1	ช้อนชา
ขิง (บด)	1	ชิ้น
ซูปไก่ (เม็ด)	1	ช้อนชา
น้ำ (หรือสาเก (ไวน์ข้าว))	4	ช้อนโต๊ะ

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 4 ถึง 6 หน่วยบริโภค

- ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
- ซุบน่องไก่ด้วยแป้งมันฝรั่ง
- ใส่ส่วนผสม (A) และส่วนผสมในข้อ 2. ลงในหม้อชั้นใน และส่วนผสม (B) ที่คลุกเคล้าดีแล้วลงไป
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-13] ⇒ กด START
- คนก่อนตักเสิร์ฟ

สะโพกไก่และบร็อคโคลี่ ราดซอสหอยนางรม

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ การเคี้ยว 2-13 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 20 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

เห็ดชิเมจิ (หั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ)..... 1 ห่อ
พริกปาปริกา (แดงและเหลือง; หั่นเป็นเส้นขนาด 1 ซม.)...อย่างละ 1 เม็ด
เนื้อสะโพกไก่ (หั่นเป็นลูกเต๋ายาวขนาด 2-3 ซม.)..... 300 กรัม
บร็อคโคลี่ (หั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ)..... 1 ดอก (250 กรัม)
กระเทียม (หั่น)..... 2 กลีบ
ซอสหอยนางรม 2 ช้อนโต๊ะ

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 4 ถึง 6 หน่วยบริโภค

1. ตั้งอุณหภูมิสำหรับคนอาหาร
2. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสม เลือก AUTO และกด ENTER =>
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER =>
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-13] => กด START
3. คนก่อนตักเสิร์ฟ

ผัดบร็อคโคลี่ใส่แครอท (ภาพอาหาร 15)

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ การเคี้ยว 2-13 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 20 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

บร็อคโคลี่ (หั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ)..... 2 หัว
แครอท (หั่นเป็นชิ้นหนา 3 มม.)..... ½ ลูก (100 กรัม)
กระเทียม (หั่น)..... 2 กลีบ
น้ำมันพืช 1 ช้อนโต๊ะ
เกลือ..... ตามความชอบ

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 4 ถึง 6 หน่วยบริโภค

1. ตั้งอุณหภูมิสำหรับคนอาหาร
2. ล้างบร็อคโคลี่ให้สะอาดและใส่ลงในหม้อชั้นในโดยไม่ต้องรอให้แห้ง (โปรดดูที่เคล็ดลับ: "การล้างผัก" หน้า th-12)
3. ใส่ส่วนผสมที่เหลือลงในหม้อชั้นใน
เลือก AUTO และกด ENTER =>
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER =>
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-13] => กด START

พริกปาปริกาและ ซูกินีหมักในน้ำซอส

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร ไม่ต้องใส่

อัตโนมัติ การเคี้ยว 2-15 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 15 นาที

ส่วนผสม (ปริมาณ: ประมาณ 400 กรัม)

พริกปาปริกา (แดงและเหลือง, หั่นเป็นลูกเต๋า)..... อย่างละ 1 เม็ด
ซูกินี (หั่นเป็นชิ้นใหญ่ ๆ)..... 1 ลูก (100 กรัม)
น้ำส้มสายชู, น้ำตาลและซีอิ้ว อย่างละ 1 ช้อนโต๊ะ
น้ำมันงา..... 1 ช้อนชา

* รายการอัตโนมัตินี้สามารถใช้กับปริมาณส่วนผสมเป็นสองเท่าของที่ระบุไว้ข้างต้นได้

1. ตั้งอุณหภูมิสำหรับคนอาหาร
2. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน
เลือก AUTO และกด ENTER =>
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER =>
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-15] => กด START
3. คนก่อนตักเสิร์ฟ

ซามูหม้อไฟ

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ การเคี้ยว 2-14 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 20 นาที

ส่วนผสม

วุ้นเส้น 40 กรัม (น้ำหนักแห้ง)
สาหร่ายทะเล 25 กรัม
เห็ดหูหนู 5 กรัม (น้ำหนักแห้ง)
เห็ดหอมแห้ง 15 กรัม (น้ำหนักแห้ง)
ดอกไม้อื่น 30 กรัม
ถั่วลิสง 45 กรัม
ฟองเต้าหู้ 30 กรัม (น้ำหนักแห้ง)
เมล็ดแปะก๊วย (กระป๋อง) 40 กรัม
เห็ดเข็มทอง 25 กรัม
เต้าหู้ฟอง 80 กรัม
ผักกาดขาวปลี 200 กรัม
เต้าหู้ยี้ 1 ก้อน
น้ำตาล 1¼ ช้อนโต๊ะ
ซีอิ้ว 1½ ช้อนโต๊ะ
น้ำมันงา ½ ช้อนชา
น้ำมันปรุงอาหาร 1 ช้อนโต๊ะ
ซอสหอยนางรมสูตรเจ 1 ช้อนโต๊ะ
น้ำ 3 ช้อนโต๊ะ

* ปรับปริมาณส่วนผสมรสและน้ำตามต้องการ

1. ตั้งอุณหภูมิสำหรับคนอาหาร
2. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดในน้ำและหั่นเป็นชิ้นขนาดพอดีคำ
3. หั่นผักที่เหลือเป็นชิ้นขนาดพอดีคำ
4. ใส่ส่วนผสมที่เหลือลงในหม้อชั้นใน
เลือก AUTO และกด ENTER =>
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER =>
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-14] => กด START

สตูผัก

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ การเคี้ยว 2-18 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 40 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

หอมหัวใหญ่ (หั่นเป็นลูกเต๋ายาวขนาด 2 ซม.)..... 1 ลูก (200 กรัม)
กระเทียมต้น (ผ่านบาง ๆ) 1 ต้น (100 กรัม)
มะเขือยาว (หั่นครึ่งวงกลมหนาขนาด 2 ซม.) 2 ลูก (200 กรัม)
บวบ (หั่นครึ่งวงกลมหนาขนาด 2 ซม.) 1 ลูก (100 กรัม)
พริกปาปริกา (แดงและเหลือง) (หั่นเป็นลูกเต๋ายาวขนาด 2 ซม.)
..... อย่างละ 1 เม็ด

พริกหยวก (หั่นเป็นลูกเต๋า 2 ซม.)..... 2 เม็ด
เนื้อสัตว์ที่คุณต้องการ..... 80 กรัม
มะเขือเทศกระป๋อง (หั่นเป็นชิ้นใหญ่ ๆ) 1 กระป๋อง (400 กรัม)
กระเทียม (ซอย)..... 1 กลีบ
ผงซูป (คอนซอเมเม) 2 ช้อนโต๊ะ
น้ำมันมะกอก 1 ช้อนโต๊ะ
เกลือ..... ตามความชอบ
ใบกระวาน (เบย์ลีฟ)..... 1 ใบ

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 2 ถึง 6 หน่วยบริโภค

1. ตั้งอุณหภูมิสำหรับคนอาหาร
2. ใส่ใบกระวาน (เบย์ลีฟ) และส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสม
เลือก AUTO และกด ENTER =>
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER =>
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-18] => กด START

ถั่วดำ/ถั่วแขกต้มน้ำตาล

อัตโนมัติ การเคี่ยว 2-21 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 3 ชั่วโมง

ส่วนผสม

ถั่วดำหรือถั่วแขก 600 กรัม
น้ำตาล 150 กรัม
น้ำ 1,000 มล.

- ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสม
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-21] ⇒ กด START

ข้าวต้ม

อัตโนมัติ การเคี่ยว 2-22 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 1 ชม. 20 นาที

ปริมาณข้าว	ปริมาณน้ำ	
	หุงสุก	กึ่งสุกกึ่งดิบ
150 กรัม	890 มล.	1,200 มล.
225 กรัม	1,400 มล.	1,850 มล.

- ข้าวขาวแล้วถ่ายน้ำออก
- ใส่ข้าวในข้อ 1. และน้ำในปริมาณที่ต้องการลงในหม้อชั้นใน
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-22] ⇒ กด START

กะหล่ำปลี, มันฝรั่ง และหอยดิลิป อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

กำหนดเอง การเคี่ยว 2-1 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 8 นาที

MANUAL SIMMER 2-1 ปรุงโดยใช้ความร้อนสูงจนกระทั่งน้ำเดือด จากนั้นให้ลดความร้อนลงพร้อมกับคนไปด้วย

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

กะหล่ำปลี (ฉีกเป็นชิ้นพอดีคำ) 300 กรัม
มันฝรั่ง (หั่นแบ่งครึ่งขนาด 5 มม. หรือหั่นเป็นสี่ส่วน) 2 ลูก (300 กรัม)
หอยดิลิป (แกะแยกเนื้อออก) 400 กรัม
พริกแห้ง (หั่นครึ่ง) 2 เม็ด
น้ำและน้ำมันมะกอก อย่างละ 2 ช้อนโต๊ะ
เกลือและพริกไทย ตามความชอบ

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 2 ถึง 6 หน่วยบริโภค ตั้งเวลาเป็น 6 นาที สำหรับปริมาณ 2 หน่วยบริโภค หรือ 10 นาที สำหรับปริมาณ 6 หน่วยบริโภค

- ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
- ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสม
เลือก MANUAL และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-1] ⇒ และกด ENTER
ตั้งเวลาเป็น 8 นาที ⇒ กด START

มะเขือเทศรีซอตโต้

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

กำหนดเอง การเคี่ยว 2-1 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 5 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

ข้าวขาว 1 ถ้วย (150 กรัม)
มะเขือเทศปอกเปลือก
(กระป๋อง, หั่นเป็นชิ้นใหญ่ๆ) ½ กระป๋อง (200 กรัม)
หอมหัวใหญ่ (ซอย) ¼ ลูก (50 กรัม)
เห็ดชิเมจิ (หั่นเป็นชิ้นเล็กๆ) 1 ห่อ (100 กรัม)
เนื้อสัตว์ที่คุณต้องการ (หั่นเป็นชิ้นพอดีคำ) 120 กรัม
ผงซूप (คอนซอเม) 1 ช้อนชา
เนย 15 กรัม
กระเทียม (ซอย) 1 กลีบ
เกลือและพริกไทย ตามความชอบ
น้ำ 300 มล.

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 4-6 หน่วยบริโภค ตั้งเวลาเป็น 7 นาที สำหรับปริมาณ 6 หน่วยบริโภค

- ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
- ข้าวขาวแล้วถ่ายน้ำออก เทข้าวลงในหม้อชั้นใน
- เติมส่วนผสมอื่นๆ และคลุกให้เข้ากัน
เลือก MANUAL และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-1] และกด ENTER ⇒
ตั้งเวลาเป็น 5 นาที ⇒ กด START
- โรยพาร์มีซานชีสก่อนเสิร์ฟ

กึ่งผัดซีอิ้ว (ภาพอาหาร ④)

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

กำหนดเอง การเคี่ยว 2-1 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 1-2 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

กุ้ง 400 กรัม
กระเทียม (หั่น) 2 กลีบ
A ชিং (ผานบางๆ) 1 ชิ้น
พริกแดงแห้ง 2 เม็ด
ต้นหอม (หั่นยาว 3 ซม.) 4 ต้น
น้ำตาล 4 ช้อนชา
น้ำ (หรือสาเก (ไวน์ข้าว)) 1 ช้อนโต๊ะ
ซีอิ้วขาว 1 ช้อนโต๊ะ
น้ำมันพืช 2 ช้อนชา
น้ำส้มสายชูดำ 1 ช้อนชา

- ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
- ตั้งเส้นด้ายที่หลังและหนดอกจากตัวกุ้ง
- ใส่ส่วนผสม (A) และในข้อ 2. และส่วนผสมที่เหลือทั้งหมดลงไป
เลือก MANUAL และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-1] และกด ENTER ⇒
ตั้งเวลาเป็น 1 ถึง 2 นาที ⇒ กด START

ต้มเครื่องปรุงโดยใช้น้ำที่อยู่ในตัวเครื่องปรุงเพื่อไม่ให้สูญเสียสารอาหาร
 *รายการอาหารบางรายการจำเป็นต้องเติมน้ำเพิ่ม (เช่น การต้มบรอกโคลีหรือ
 ห่อไม่ฝรั่ง, มันฝรั่ง, ฟักทอง และไข่)

อัตโนมัติ

1. ดัดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร [เดือด/ต้ม 3] * สำหรับหมายเลขรายการอาหารซึ่งต้องใช้อุปกรณ์สำหรับคนอาหารเท่านั้น
2. ใส่เครื่องปรุงลงในหม้อชั้นใน เลือก AUTO และกด ENTER ⇒ เลือกประเภท [BOIL 3] และกด ENTER ⇒ เลือกหมายเลขรายการอาหาร [ดูตารางด้านล่าง] ⇒ กด START
3. หลังปรุงเสร็จแล้ว ให้อยกหม้อชั้นในออกทันทีเพื่อป้องกันไม่ให้อาหารไหม้

หมายเลขรายการอาหารปรุงอัตโนมัติ	ส่วนผสม	ปริมาณ	เคล็ดลับ	เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ	
3-1	ผักกาดขาว	100~300 กรัม	<ul style="list-style-type: none"> • หั่นเป็นรูป X แคนในส่วนก้นที่หนา • สำหรับการล้างผัก โปรดดูที่ "เคล็ดลับสำหรับการล้างผัก" ด้านล่าง • เมื่อต้องการต้มผักกาดขาว อย่าเปิดฝ้าหม้อออกทันทีที่ปรุงเสร็จ แต่ควรทิ้งไว้ประมาณ 1 นาที 	5~10 นาที	อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
3-2	บรอกโคลี	1~2 ดอก (น้ำหนักรวม: 250~500 กรัม)	<ul style="list-style-type: none"> • คุณสามารถต้มบรอกโคลีทั้งดอกหรือหั่นเป็นชิ้นก่อนก็ได้ • สำหรับการล้างผัก โปรดดูที่ "เคล็ดลับสำหรับการล้างผัก" ด้านล่าง • * ใส่ น้ำหนึ่งช้อนโต๊ะเพื่อต้มเครื่องปรุงทั้งหมด (250 กรัม) 	10~15 นาที	อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
	เม็ดข้าวโพด	350 กรัม	<ul style="list-style-type: none"> • ล้างแล้วใส่ลงในหม้อชั้นใน 		
3-3	ห่อไม่ฝรั่ง	100~400 กรัม	<ul style="list-style-type: none"> • ปอกเปลือกหน่อไม้ฝรั่งด้านนอก หั่นเป็นสี่ส่วน • สำหรับการล้างผัก โปรดดูที่ "เคล็ดลับสำหรับการล้างผัก" ด้านล่าง • * ใส่ น้ำหนึ่งช้อนโต๊ะเมื่อต้มห่อไม่ฝรั่งขนาด 100 กรัม 	10 นาที	อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
3-4	มันฝรั่ง/ ฟักทอง	มันฝรั่ง 1~6 มันเทศ 1~4 ฟักทอง 150~900 กรัม	<ul style="list-style-type: none"> • หั่นมันฝรั่งออกเป็น 8 ชิ้น หั่นมันเทศออกเป็นชิ้นกลมๆ ขนาด 3 ซม. • หั่นฟักทองเป็นลูกเต๋ารายขนาด 3-4 ซม. • ใส่ น้ำลงไป 3 ช้อนโต๊ะ 	20~25 นาที	อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
3-5	หัวมันฝรั่ง	มันฝรั่ง 1~6 มันเทศ 1~4	<ul style="list-style-type: none"> • ล้างให้สะอาดแล้วใส่ลงในหม้อชั้นในโดยไม่ต้องปอกเปลือก • เติมน้ำ 100 มล. 	40~45 นาที	-
3-6	เนื้อไก่ (อกไก่)	250~500 กรัม	<ul style="list-style-type: none"> • กดเนื้อไก่ให้แบนหนา 2.5 ซม. ใส่เนื้อไก่ลงในหม้อชั้นในเป็นชิ้นเดียว • โรยซิงค์เล็กน้อย (หั่น) ส่วนสีเขียวของกระเทียมต้น และน้ำ 2 ช้อนชา 	20~30 นาที	-
3-7	กุ้ง (กุ้งกุลาดำ ฯลฯ)	100~500 กรัม	<ul style="list-style-type: none"> • ตีเส้นด้ายที่หลังออกจากตัวกุ้ง • เติมน้ำ 1-2 ช้อนชา • * เมื่อต้องการต้มกุ้งตัวใหญ่ ให้เลือก กำหนดเอง / เดือด / ต้ม 3 และตั้งเวลาไว้ที่ 3-4 นาที 	10 นาที	อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
3-8	ปลาหมึก	1~4 (อย่างละ 200~250 กรัม)	<ul style="list-style-type: none"> • ควักเครื่องในออกและล้างน้ำให้สะอาด ควักลูกตาและจอยปากออก 	10~15 นาที	-
3-9	ไข่	ไข่ขนาดกลาง 1~10 ลูก	<ul style="list-style-type: none"> • ใช้ไข่ที่แช่เย็นแล้ว • เติมน้ำ 100 มล. • หลังปรุงเสร็จ ใช้น้ำก๊อกล้างไข่เพื่อระบายความร้อนออก • * ไข่อาจแตกถ้าระบายความร้อนภายในไข่ออกไม่เพียงพอ • ความสุขของไข่ต้มจะขึ้นอยู่กับขนาดไข่และวิธีเก็บรักษาไข่ หากจำเป็น ให้ใช้ฟิงก์ชัน ขยาย เพื่อปรุงต่อ 	12~16 นาที	-

เคล็ดลับการล้างผัก (เดือด/ต้ม อัตโนมัติ 3-1 ถึง 3-3)

เติมน้ำลงในชาม แช่ผักและล้างให้สะอาด ใส่ผักลงในหม้อชั้นในโดยไม่ต้องรอให้แห้ง

ฟักทอง (ทั้งลูก)

กำหนดเอง

ต้ม 3

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 20-30 นาที

เทน้ำ 100 มล. ลงในหม้อชั้นในและใส่ฟักทอง 1 ลูก (1.8 กก.) โดยให้ด้านขั้วอยู่ด้านล่าง

เลือก กำหนดเอง / เดือด/ต้ม 3 และตั้งเวลาไว้ที่ 20-30 นาที

ฟักทองยัดไส้เนื้อ (ภาพอาหาร ⑤)

กำหนดเอง

ต้ม 3

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 60 นาที

ส่วนผสม (สำหรับฟักทอง 1 ลูก)

ฟักทอง (ต้มล่วงหน้า; โปรดดู "ฟักทอง (ทั้งลูก)" ด้านบน..... 1 ลูก (1.8 กก.)

เนื้อสับ..... 300 กรัม

หอมหัวใหญ่ (ซอย)..... ½ ลูก (100 กรัม)

พริกปวย (แดงและเหลือง, หั่นเป็นลูกเต๋ารายขนาด 5 มม.).....อย่างละ ½ เม็ด

ไข่..... 1 ฟอง

ซอสหอยนางรม..... 2 ช้อนโต๊ะ

เกลือและพริกไทย..... ตามความชอบ

น้ำ..... 200 มล.

1. ใส่ฟักทองที่ต้มแล้วลงไปโดยให้ส่วนขั้วอยู่ด้านบน หั่นฟักทองจากส่วนบนลงไป 4 ซม. แล้วควักเมล็ดและเส้นใยออก
2. ใส่ส่วนผสม A ลงในชามแล้วคลุกเคล้าให้เข้ากัน ยัดเครื่องปรุงที่คลุกเข้าด้วยกันแล้วเข้าไปในฟักทองแล้วคลุมด้วยแผ่นอะลูมิเนียมฟอยล์
3. เติมน้ำลงในหม้อชั้นใน วางฟักทองน้ำให้ทั่วทั้งหม้อ แล้ววางฟักทองลงบนผ้าเลือก MANUAL และกด ENTER ⇒ เลือกประเภท [BOIL 3] และกด ENTER ⇒ ตั้งเวลาไว้ที่ 60 นาที ⇒ กด START * ถ้ายังไม่สุก ให้ใช้ฟิงก์ชัน ขยาย ปรุงต่อพร้อมกับตรวจสอบว่าสุกดีแล้ว

การนึ่ง

คุณสามารถเอริตอโรยไปกับอาหารหนึ่งที่ดีที่สุดสุขภาพได้โดยใช้แผ่นรองสำหรับไอน้ำ

ต้มข้าว (อุ่น)

แผ่นรองสำหรับไอน้ำ

อัตโนมัติ

การนึ่ง 4-1

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 15 นาที

ส่วนผสม

ต้มข้าวแช่แข็งหรือแช่เย็น..... 12 ชั้น (160 กรัม)

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับขนมจีบ 5 - 12 ชั้น

1. เทน้ำ 200 มล. ลงในหม้อชั้นใน ใส่แผ่นรองสำหรับนึ่งลงไปแล้ววางต้มข้าวไว้บนแผ่นรอง
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [STEAM 4] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [STEAM 4-1] ⇒ กด START

ไข่ตุ๋น

แผ่นรองสำหรับไอน้ำ

อัตโนมัติ

การนึ่ง 4-4

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 25 นาที

ส่วนผสม

ไข่ (A)..... 3 ฟอง (170 กรัม ไม่รวมเปลือกไข่)

น้ำ..... 450 กรัม

เกลือ..... ¼ ช้อนชา

ขามกระเบื้องขนาดใหญ่ 1 ใบและอะลูมิเนียมฟอยล์

1. ตีส่วนผสมทั้งหมดให้เข้ากันและกดเข้าไปในขาม จากนั้นหุ้มด้วยอะลูมิเนียมฟอยล์
2. เทน้ำ 200 มล. ลงในหม้อชั้นใน ใส่แผ่นรองหนึ่งลงไปแล้ววางข้อ 1. ไว้บนแผ่นรอง
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [STEAM 4] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [STEAM 4-4] ⇒ กด START

ซาลาเปา (อุ่น)

แผ่นรองสำหรับไอน้ำ

อัตโนมัติ

การนึ่ง 4-2

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 25 นาที

ส่วนผสม

ซาลาเปาแช่แข็งหรือแช่เย็น..... 4 ลูก (ลูกละ 70-120 กรัม)

รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับซาลาเปา 1 - 4 ลูก

1. เทน้ำ 200 มล. ลงในหม้อชั้นใน ใส่แผ่นรองหนึ่งลงไปแล้ววางซาลาเปาไว้บนแผ่นรอง
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [STEAM 4] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [STEAM 4-2] ⇒ กด START
* หากต้องการอุ่นซาลาเปาลูกใหญ่ (มากกว่า 100 กรัมต่อลูก) ให้เลือก MANUAL/STEAM 4 และตั้งเวลาไว้ที่ประมาณ 25 นาที

ไส้กรอก

แผ่นรองสำหรับไอน้ำ

อัตโนมัติ

การนึ่ง 4-3

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 30 นาที

ส่วนผสม (สำหรับไส้กรอก 3 ชั้น)

เนื้อไก่สับ 400 กรัม
หอมหัวใหญ่ (ซอยละเอียด) 1/4 ลูก (50 กรัม)
กระเทียม (ซอยละเอียด)..... 1 กลีบ
ไข่ขาว ขนาดกลาง 1 ฟอง
เกลือ 1 ช้อนชา
พริกไทย ตามความชอบ
ลูกจันทน์ ตามความชอบ

1. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในขามแล้วคลุกเคล้าให้เข้ากัน แบ่งออกเป็นสามส่วน
2. วางส่วนผสมที่คลุกเคล้ากันดีแล้วบนแผ่นพลาสติกห่ออาหารแล้วม้วนเป็นทรงกระบอก (เส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 5 ซม. และยาวประมาณ 12 ซม.) บิดม้วนปลายทั้งสองด้านของแผ่นพลาสติกเพื่อให้ได้รูปทรงที่ดี ทำแบบเดียวกันนี้สามชิ้น
3. เทน้ำ 200 มล. ลงในหม้อชั้นใน ใส่แผ่นรองหนึ่งลงไปแล้ววางไส้กรอกไว้บนแผ่นรอง
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [STEAM 4] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [STEAM 4-3] ⇒ กด START
4. หลังปรุงเสร็จแล้ว นำไส้กรอกแช่เย็นโดยยังไม่ตักนำพลาสติกออก

อาหารนึ่ง (ภาพอาหาร ⑥)

อัตโนมัติ

การนึ่ง 4-5

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 25 นาที

ใช้หนึ่งนึ่งต้มข้าวแทนแผ่นรองนึ่ง

ส่วนผสม (สำหรับหนึ่งนึ่งต้มข้าว 2 ชั้น)

เนื้อสัตว์และอาหารทะเลที่คุณต้องการ (เนื้อไก่, กุ้ง, หอยแครง, เนื้อปลา ฯลฯ)

ผักที่คุณต้องการ (หัวไชเท้า, แครอท, รากบัว, ฟักทอง, พริกปาปrika ฯลฯ)..... รวม 800 กรัม-1 กก.

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับใช้กับหนึ่งนึ่งต้มข้าว 1 หรือ 2 ชั้น

1. ตึงเส้นด้ายที่หลังของกุ้งออก หั่นผักและชิ้นเนื้อที่หนาให้หนาประมาณ 1 ซม.
2. ใส่เครื่องปรุงลงในหนึ่งนึ่งต้มข้าว (ขนาดช่อง: เส้นผ่านศูนย์กลาง 18 ซม. สูง 7 ซม.)
3. เทน้ำ 200 มล. ลงในหม้อชั้นใน วางหนึ่งนึ่งต้มข้าวและใส่ลงในหม้อชั้นใน
* ไม่ต้องใช้ผ้าของหนึ่งนึ่งต้มข้าว
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [STEAM 4] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [STEAM 4-5] ⇒ กด START

ก๋วยเตี๋ยว

คนเล่นบะหมี่อัตโนมัติด้วยจังหวะที่เหมาะสมพร้อมกับต้มเส้นไปด้วย

ซุปรวสด

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ

ก๋วยเตี๋ยว 5-1

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 25 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

สเปกเกตตี้	240 กรัม
(1.6 มม., เวลาปรุง 7 นาที)	
น้ำมันมะกอก	2 ช้อนโต๊ะ
น้ำ	1.2 ลิตร
กะหล่ำปลี (หั่นเป็นชิ้นขนาด 3-4 ซม.)	200 กรัม
แครอท (หั่นเป็นชิ้นขนาด 3-4 ซม.)	80 กรัม
ปลาหมึก (กระป๋อง, เท้าออก)	2 กระป๋องเล็ก (160 กรัม)
เม็ดข้าวโพดหวาน (กระป๋อง)	60 กรัม
ผงซุปรว (คอนซอเม่)	2 ช้อนชา
ซีอิ้ว	3 ช้อนโต๊ะ
เกลือและพริกไทย	ตามความชอบ

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 2-4 หน่วยบริโภค

1. ตั้งต้้ออุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. หักครึ่งเส้นสเปกเกตตี้และใส่ลงในหม้อชั้นใน เติมน้ำมันมะกอกและคลุกเคล้าให้เข้ากัน
3. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสม
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [NOODLE 5] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [NOODLE 5-1] ⇒ กด START

อุด้ง

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ

ก๋วยเตี๋ยว 5-3

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 30 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

ผักที่คูดต้องการ (ผักกาดขาวปลี, แครอท, เห็ดหอม ฯลฯ)	รวม 400 กรัม
เนื้อไก่ (แต่เป็นชิ้นขนาดพอดีคำ)	200 กรัม
อุด้งต้ม (เหมาะสำหรับเดี่ยว; คลายตัว)	4 หน่วยบริโภค
ซุปรว	1.2 ลิตร

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 2-4 หน่วยบริโภค

* สามารถใช้อุด้งแช่แข็งสำหรับ 2 หน่วยบริโภคได้

1. ตั้งต้้ออุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสม
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [NOODLE 5] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [NOODLE 5-3] ⇒ กด START

พาสต้า (ซอสมะเขือเทศ)

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ

ก๋วยเตี๋ยว 5-2

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 25 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

หอมหัวใหญ่ (ผ่าบางๆ)	1 ลูก (200 กรัม)
พาสต้า (1.6 มม., เวลาปรุง 7 นาที; หักครึ่ง)	240 กรัม
น้ำ	600 มล.
เห็ดชิเมจิ (หั่นเป็นชิ้นเล็กๆ)	2 ห่อ
พริกหยวก (ซอย)	2 เม็ด
ไส้กรอก (หั่นเป็นแว่นหนา 5 มม.)	6 อัน
ซอสมะเขือเทศ	220 กรัม
เกลือ	ตามความชอบ

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 2-4 หน่วยบริโภค

1. ตั้งต้้ออุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใส่หอมหัวใหญ่ลงในหม้อชั้นในและรดด้วยพาสต้า
3. ใส่ส่วนผสมอื่นทั้งหมด โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสม
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [NOODLE 5] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [NOODLE 5-2] ⇒ กด START

อุด้ง (แกงกะหรี่)

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ

ก๋วยเตี๋ยว 5-4

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 30 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

หอมหัวใหญ่ (ผ่าบางๆ)	1 ลูก (200 กรัม)
เห็ดหอมสด (ผ่าบางๆ)	100 กรัม
แครอท (หั่นเป็นเส้นบางๆ)	100 กรัม
A [แป้งมันฝรั่ง	2 ช้อนโต๊ะ
ผงกะหรี่	6 ช้อนโต๊ะ
เนื้อชิ้น (แต่เป็นชิ้นขนาดพอดีคำ)	200 กรัม
เต้าหู้ทอด (หั่นเป็นชิ้น)	2 ชิ้น
อุด้งต้ม (เหมาะสำหรับเดี่ยว; คลายตัว)	4 หน่วยบริโภค

ซุปรว (ผง)	1000 มล.
น้ำมันงา	2 ช้อนโต๊ะ
ซิง (หั่นเป็นชิ้นเล็กๆ)	ปริมาณตามต้องการ

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 2-4 หน่วยบริโภค

* สามารถใช้อุด้งแช่แข็งสำหรับ 2 หน่วยบริโภคได้

1. ตั้งต้้ออุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ซุบเนื้อในส่วนผสม A
3. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสม
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [NOODLE 5] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [NOODLE 5-4] ⇒ กด START

เส้นโซเมน (ภาพอาหาร ⑦)

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ

ถ้วยเดี่ยว 5-5

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 25 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

A	เนื้อไก่ (แต่เป็นชิ้นขนาดพอดีคำ)	200 กรัม
	เต้าหู้ทอด (หั่นเป็นชิ้น)	2 ชิ้น
	ผักที่คุณต้องการ (แครอท, เห็ดหอม ฯลฯ)	ปริมาณตามต้องการ
	ผงซุปล้างแห้ง	2 ลิตร
เส้นโซเมน	200 กรัม	

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 2-4 หน่วยบริโภค

1. ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใส่ส่วนผสม A ทั้งหมด ลงในหม้อชั้นใน
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [NOODLE 5] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [NOODLE 5-5] ⇒ กด START
3. เมื่อเสียงเตือนดังขึ้น (คำว่า "ADD"(เพิ่ม) จะแสดงขึ้นมาเมื่อเวลา
ปรุงอาหารเหลือ 3 นาที) ให้เปิดฝ้าหม้อแล้วใส่เส้นโซเมนลงในหม้อ
ชั้นใน ระวังถูกลวก คนเบาๆ จนกระทั่งเส้นโซเมนกับผงซุปล้างแห้ง
คลุกเคล้ากันดีแล้วปิดฝ้า กด START
* อย่ากดปุ่ม CANCEL เมื่อเปิดฝ้าหม้อ
* คุณสามารถเสิร์ฟพร้อมยูซุโคโซ (น้ำพริกกลิ่นมะนาว) หรือ
ชิชิมิ โดการาชิ (พริกป่น)

ราเม็งสำเร็จรูป

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ

ถ้วยเดี่ยว 5-7

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 15-25 นาที

ส่วนผสม

บะหมี่สำเร็จรูป (ราเม็ง)	1-4 ห่อ (น้ำหนักเส้นประมาณ 90 กรัม/ห่อ)
--------------------------------	---

(เวลาต้มที่ระบุบนห่อ: 3 นาที)

น้ำ

ผงซุปล้างแห้ง

- ปริมาณที่ระบุบนห่อ
- ผงซุปล้างแห้งมาพร้อมกับบะหมี่สำเร็จรูป
1. ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
 2. เทน้ำลงในหม้อชั้นใน
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [NOODLE 5] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [NOODLE 5-7] ⇒ กด START
 3. เมื่อเสียงเตือนดังขึ้น (คำว่า "ADD"(เพิ่ม) จะแสดงขึ้นมาเมื่อเวลา
ปรุงอาหารเหลือ 3 นาที) ให้เปิดฝ้าหม้อแล้วใส่เส้นบะหมี่สำเร็จรูป
ลงในหม้อชั้นใน ระวังถูกลวก ปิดฝ้าหม้อและกด START
* อย่ากดปุ่ม CANCEL เมื่อเปิดฝ้าหม้อ
 4. หลังปรุงเสร็จแล้ว ให้เทผงซุปล้างแห้งมาพร้อมกับเส้น

ราเม็ง

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ

ถ้วยเดี่ยว 5-6

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 25 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

A	เนื้อชิ้น (แต่เป็นชิ้นขนาดพอดีคำ)	200 กรัม
	แป้งมันฝรั่ง	2 ช้อนโต๊ะ
	กะหล่ำปลี (หั่นเป็นชิ้น)	200 กรัม
	แครอท (หั่นเป็นชิ้นสี่เหลี่ยมบางๆ)	100 กรัม
B	หอมหัวใหญ่ (หั่นเป็นชิ้น)	100 กรัม
	เห็ดหอม	2 ดอก
	ลูกชิ้นปลาตะมะโตะโกะ	ปริมาณตามต้องการ
	ซิง (หั่นเป็นชิ้นเล็กๆ)	5 กรัม
B	ผงซุปล้างแห้ง (คอนซอเม)	2 ช้อนโต๊ะ
	ซีอิ๊ว	2 ช้อนโต๊ะ
	น้ำ	1 ลิตร
เส้นราเม็งลวก (คล้ายตัวเล็กน้อย)	4 หน่วยบริโภค	

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 2-4 หน่วยบริโภค

1. ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ซบเนื้อด้วยแป้งมันฝรั่ง
3. ใส่ส่วนผสมลงในหม้อชั้นใน ตามลำดับดังนี้ ส่วนผสม A, เนื้อสัตว์ และ
ส่วนผสม B
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [NOODLE 5] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [NOODLE 5-6] ⇒ กด START
4. เมื่อเสียงเตือนดังขึ้น (คำว่า "ADD" จะแสดงขึ้นมาเมื่อเวลาปรุงอาหาร
เหลือ 3 นาที) ให้เปิดฝ้าหม้อแล้วใส่เส้นราเม็งลงในหม้อชั้นใน
ระวังถูกลวก ปิดฝ้าหม้อและกด START
* อย่ากดปุ่ม CANCEL เมื่อเปิดฝ้าหม้อ

ถ้าคุณตั้งค่าไว้ที่ Manual Noodle 5 คุณสามารถต้มเส้นบะหมี่โดยใช้
เวลาที่กำหนดเองได้

สปาเกตตี้

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

กำหนดเอง

ถ้วยเดี่ยว 5

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 7 นาที

ส่วนผสม

สปาเกตตี้ (1.6 มม., เวลาปรุง 7 นาที)	1-4 หน่วยบริโภค (100-400 กรัม)
--	-----------------------------------

น้ำ

เกลือ

* เวลาตั้งค่าเดียวกันนี้สามารถใช้ได้กับปริมาณส่วนผสม สำหรับ

- 1-4 หน่วยบริโภค
- หากต้องการปรุงในปริมาณ 1-2 หน่วยบริโภค ให้ลดปริมาณน้ำลง
1 ลิตร และลดเกลือลง 1 ช้อนชา
1. ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
 2. ใส่น้ำและเกลือลงในหม้อชั้นใน
เลือก MANUAL และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [NOODLE 5] และกด ENTER ⇒
ตั้งเวลาไว้ที่ 7 นาที ⇒ กด START
 3. เมื่อเสียงเตือนดังขึ้น ให้เปิดฝ้าหม้อแล้วใส่เส้นสปาเกตตี้ลงไป
ในหม้อชั้นใน ระวังถูกลวก คนเบาๆ จนกระทั่งเส้นสปาเกตตี้จมน้ำหมด
ปิดฝ้าหม้อและกด START
* อย่ากดปุ่ม CANCEL เมื่อเปิดฝ้าหม้อ

การหมัก

คุณสามารถอร่อยไปกับรายการอาหารหมัก เช่น ข้าวหมักและโยเกิร์ต รวมถึงรายการอาหารที่ปรุงด้วยอุณหภูมิต่างๆ เช่น เต้าหู้แบบทำเอง

ข้าวหมัก (ภาพอาหาร ⑧)

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ

การหมัก 6-1

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 6 ชม.

ส่วนผสม (ปริมาณ: ประมาณ 560 กรัม)

ข้าวบาร์เลย์ (แห้ง, เม็ดข้าวไม่ติดกัน).....200 กรัม
น้ำ.....300 มล.
เกลือ.....60 กรัม

* รายการอัตโนมัตินี้สามารถใช้กับปริมาณส่วนผสมเป็นสองเท่าของที่ระบุไว้ข้างต้นได้

1. ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใช้แอลกอฮอล์หรือน้ำร้อนล้างฆ่าเชื้อหม้อชั้นใน, ฝาปิดด้านใน, อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร และช้อนที่ใช้สำหรับผสมส่วนผสม (โปรดดูที่ “เคล็ดลับการหมัก” ด้านล่าง) รอนจนเครื่องมือตั้งกล่าวเย็นลง
3. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นในและคลุกเคล้าให้เข้ากัน
เลือก AUTO และกด ENTER =>
เลือกประเภท [FERMENT 6] และกด ENTER =>
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [FERMENT 6-1] => กด START

สาเกหวาน หน้าข้าวหมัก

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ

การหมัก 6-2

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 6 ชม.

ส่วนผสม (ปริมาณ: ประมาณ 450 กรัม)

ข้าว (อุ่นเล็กน้อยถ้าเย็น).....150 กรัม
น้ำ.....200 มล.
ข้าวบาร์เลย์ (แห้ง, เม็ดข้าวไม่ติดกัน).....100 กรัม

* รายการอัตโนมัตินี้สามารถใช้กับปริมาณส่วนผสมเป็นสองเท่าของที่ระบุไว้ข้างต้นได้

1. ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใช้แอลกอฮอล์หรือน้ำร้อนล้างฆ่าเชื้อหม้อชั้นใน, ฝาปิดด้านใน, อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร และช้อนที่ใช้สำหรับผสมส่วนผสม (โปรดดูที่ “เคล็ดลับการหมัก” ด้านล่าง) รอนจนเครื่องมือตั้งกล่าวเย็นลง
3. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นในและคลุกเคล้าให้เข้ากัน
เลือก AUTO และกด ENTER =>
เลือกประเภท [FERMENT 6] และกด ENTER =>
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [FERMENT 6-2] => กด START

เคล็ดลับการหมัก

- **การต้มฆ่าเชื้อ:** หม้อชั้นใน, ฝาปิดด้านใน, อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร และช้อน ที่ใช้สำหรับผสมส่วนผสมจำเป็นต้องผ่านการฆ่าเชื้อในน้ำร้อนก่อนนำไปใช้งาน
- 1. ติดตั้งฝาปิดด้านในและอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร ใส่หน้าประมาณ 200 มล., ช้อน และเครื่องมืออื่นๆ ลงในหม้อชั้นใน
เลือก MANUAL และกด ENTER =>
เลือกประเภท [STEAM 4] และกด ENTER =>
ตั้งเวลาไว้ที่ 20 นาที => กด START
- 2. หลังปรุงเสร็จแล้ว ให้ถอดหม้อชั้นในออก, เทน้ำร้อนออก และทำให้เย็นลงโดยไม่ต้องปิดฝา
- **การตั้งอุณหภูมิ:** เมื่อใช้ตัวเลือกการปรุงอาหารอัตโนมัติ “การหมัก 6” คุณสามารถเปลี่ยนอุณหภูมิที่ตั้งได้ถ้าทำในขณะที่เริ่มทำความร้อนไปไม่เกิน 1 นาที (เปลี่ยนได้สูงสุด ±3°C) กด <> เพื่อเลือกอุณหภูมิที่คุณต้องการ และกด ตกลง
- **การจัดเก็บ:** เก็บอาหารหมักในตู้เย็นและบริโภคเมื่อทำเสร็จใหม่ๆ

โยเกิร์ต

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ

การหมัก 6-3

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 6 ชม.

ส่วนผสม (ปริมาณ: ประมาณ 570 กรัม)

นม.....500 มล.
โยเกิร์ต (รสธรรมชาติ).....50 กรัม

* รายการอัตโนมัตินี้สามารถใช้กับปริมาณส่วนผสมเป็นสองเท่าของที่ระบุไว้ข้างต้นได้

1. ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใช้แอลกอฮอล์หรือน้ำร้อนล้างฆ่าเชื้อหม้อชั้นใน, ฝาปิดด้านใน, อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร และช้อนที่ใช้สำหรับผสมส่วนผสม (โปรดดูที่ “เคล็ดลับการหมัก” ด้านล่าง) รอนจนเครื่องมือตั้งกล่าวเย็นลง
3. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นในและคลุกเคล้าให้เข้ากัน
เลือก AUTO และกด ENTER =>
เลือกประเภท [FERMENT 6] และกด ENTER =>
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [FERMENT 6-3] => กด START
* ถ้าโยเกิร์ตเปลี่ยนเป็นสีเหลืองหรือเปรี้ยวเกินไป ให้ลดอุณหภูมิลงหลังจากที่คุณเริ่มต้นการหมัก (โปรดดูที่เคล็ดลับการตั้งอุณหภูมิใน “เคล็ดลับการหมัก” ด้านล่าง)
* ไม่สามารถใช้โยเกิร์ต Caspian Sea และโยเกิร์ตบิวทิเค Kefir แทนโยเกิร์ตทั่วไป (รสธรรมชาติ) ในรายการส่วนผสมได้

ครีมชีส

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ

การหมัก 6-4

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 35 นาที

ส่วนผสม (ปริมาณ: ประมาณ 160 กรัม)

นม.....500 มล.
A ครีมสด50 มล.
โยเกิร์ต (รสธรรมชาติ).....3 ช้อนโต๊ะ
น้ำมันาว30 มล.

* รายการอัตโนมัตินี้สามารถใช้กับปริมาณส่วนผสมเป็นสองเท่าของที่ระบุไว้ข้างต้นได้

1. ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใช้แอลกอฮอล์หรือน้ำร้อนล้างฆ่าเชื้อหม้อชั้นใน, ฝาปิดด้านใน, อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร และช้อนที่ใช้สำหรับผสมส่วนผสม (โปรดดูที่ “เคล็ดลับการหมัก” ด้านล่าง) รอนจนเครื่องมือตั้งกล่าวเย็นลง
3. ใส่ส่วนผสม A ทั้งหมด ลงในหม้อชั้นใน
เลือก AUTO และกด ENTER =>
เลือกประเภท [FERMENT 6] และกด ENTER =>
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [FERMENT 6-4] => กด START
4. เมื่อเสียงเตือนดังขึ้น (คำว่า “ADD”) (เพิ่ม) จะแสดงขึ้นมาเมื่อเวลาปรุงอาหารเหลือประมาณ 20 นาที) ให้เปิดฝาทิ้งแล้วใส่น้ำมันาวลงไป ระวังถูกลวก ปิดฝาทิ้งและกด START
* อย่ากดปุ่ม CANCEL เมื่อเปิดฝาทิ้ง
5. หลังปรุงเสร็จแล้ว ให้กรองผ่านตะแกรงที่รองด้วยกระดาษกรองหรือผ้าขาวบางลงในภาชนะรอง หลังจากที่ยื่นลงแล้วเล็กน้อยแล้วให้รวบรวมผ้าขาวบางเข้าด้วยกันแล้วมัดด้วยหนังยาง หากภาชนะอื่นกักตัวไว้ด้านบนแล้วใส่ไว้ในตู้เย็นนานประมาณ 5 ชั่วโมง

มิโซะ

อัตโนมัติ

การหมัก 6-5

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 8 ชม.

ส่วนผสม (ปริมาณ: ประมาณ 500 กรัม)

ถั่วเหลือง (แห้ง)	100 กรัม
น้ำเดือด (เติมน้ำเพิ่มถ้าไม่เพียงพอ)	150 มล.
ข้าวบาร์เลย์ (แห้ง, เม็ดข้าวไม่ติดกัน)	100 กรัม
เกลือ	25 กรัม

* รายการอัตโนมัติที่สามารถใช้กับปริมาณส่วนผสมเป็นสองเท่าของที่ระบุไว้ข้างต้นได้

1. แช่ถั่วเหลืองในน้ำปริมาณมากๆ ซ้ำคืน (ไม่รวมอยู่ในรายการส่วนผสม)
2. เทน้ำออกจากถั่วเหลืองที่แช่ไว้และใส่ถั่วลงในหม้อชั้นใน จากนั้นเติมน้ำ (ไม่รวมอยู่ในรายการส่วนผสม) จนท่วมถั่วเหลือง ปรุงด้วยวิธีเดียวกับที่ใช้กับ อัตโนมัติ การเคี่ยว 2-21 (โปรดดูที่หน้า th-11) เมื่อเสียงเตือนดังขึ้น ให้เปิดและปิดฝาหม้อ แล้วกด START เพื่อปรุงต่อ
3. หลังปรุงเสร็จแล้ว เตรียมน้ำเดือด 150 มล. แล้วทิ้งไว้ให้เย็นลง เทน้ำออกจากถั่วเหลืองแล้วบดให้ละเอียดขณะที่ยังร้อนอยู่
 - * ใช้แอลกอฮอล์ล้างฆ่าเชื้อภาชนะที่ใช้กับน้ำเดือด, ข้อน และเครื่องมือที่ใช้บดถั่วก่อนใช้งาน
 - * วิธีที่สะดวกคือใช้เครื่องปั่นอาหารหรือเครื่องมืออื่นช่วยในการบดถั่วเหลือง
4. ใช้แอลกอฮอล์หรือน้ำร้อนล้างฆ่าเชื้อหม้อชั้นใน, ฝาปิดด้านใน, อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร และข้อนที่ใช้สำหรับผสมส่วนผสม (โปรดดูที่ "เคล็ดลับการหมัก" ในหน้า th-16) รอจนเครื่องมือดังกล่าวเย็นลง
5. ใส่ส่วนผสมที่เตรียมไว้, ถั่วเหลืองบด, ข้าวบาร์เลย์ และเกลือ ลงในหม้อชั้นในและคนให้เข้ากัน
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [FERMENT 6] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [FERMENT 6-5] ⇒ กด START
 - * เก็บไว้ในตู้เย็น บริโภคภายในหนึ่งเดือน
 - * มิโซะที่ทำใหม่จะมีสีอ่อน และสีจะค่อยๆ เข้มขึ้นเมื่อเก็บไว้

ซูปปู๋ปุ่น

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ

การหมัก 6-6

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 1 ชม. 10 นาที

ส่วนผสม (ปริมาณ: ซูป 1 ลิตร)

สาหร่ายทะเลคมบุสำหรับทำน้ำซูป	10 กรัม
น้ำ	1 ลิตร
คัทลีโอะบูชิ (ปลาโอแห้งผอย)	20 กรัม

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับทำซูปปู๋ปุ่น 1 - 2.4 ลิตร

1. ตัดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใส่สาหร่ายทะเลคมบุและน้ำลงในหม้อชั้นใน
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [FERMENT 6] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [FERMENT 6-6] ⇒ กด START
3. เมื่อเสียงเตือนดังขึ้น (คำว่า "ADD"(เพิ่ม) จะแสดงขึ้นมาเมื่อเวลาปรุงอาหารเหลือประมาณ 10 นาที) ให้เปิดฝาหม้อแล้วนำสาหร่ายทะเลคมบุออก ระวังถูกลวก ปิดฝาหม้อและกด START
 - * อย่าใส่คัทลีโอะบูชิลงไปในตอนนี้แม้ว่าจะมีคำว่า "ADD"(เพิ่ม) แสดงขึ้นมา
 - * อย่ากดปุ่ม CANCEL เมื่อเปิดฝาหม้อ
4. หลังปรุงเสร็จแล้ว ให้ใส่คัทลีโอะบูชิลงไปและทิ้งไว้สักครู่ จนกระทั่งคัทลีโอะบูชิจมลงทั้งหมด จากนั้นกรองผ่านตะแกรงที่รองด้วยกระดาษกรองหรือผ้าขาวบางลงในภาชนะรอง

เต้าฮวย พุดดิ้งเต้าหู้

อัตโนมัติ

การหมัก 6-7

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 50 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

นมถั่วเหลืองแท้ (เหมาะสำหรับทำเต้าหู้โดยดูข้อมูลที่ระบุบนบรรจุภัณฑ์)	500 มล.
นิกะริ (ดีเกลือ)	
(ปริมาณที่ใช้จะขึ้นอยู่กับประเภท ใช้ในปริมาณที่เหมาะสมกับนมถั่วเหลือง 500 มล. โดยดูข้อมูลที่ระบุบนบรรจุภัณฑ์)	
น้ำตาล	3 ช้อนโต๊ะ

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 4-6 หน่วยบริโภค

1. ใส่นมถั่วเหลือง (แช่เย็น), นิกะริ และน้ำตาล ลงในหม้อชั้นในและคนให้เข้ากัน
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [FERMENT 6] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [FERMENT 6-7] ⇒ กด START
2. หลังปรุงเสร็จแล้ว ให้ใส่ในซามและปรุงรสตามความชอบของคุณ
 - * สามารถใช้เกลือ (ตามความชอบ) แทนน้ำตาลได้

* ตวงวัดปริมาณนิกะริ (ดีเกลือ) ให้แม่นยำ เต้าฮวยอาจไม่จับเป็นก้อนได้อย่างกำลังดี หรืออาจแตกออกถ้าปริมาณนิกะริไม่ถูกต้อง
* ความนุ่ม/ความแข็งของก้อนเต้าฮวยอาจเปลี่ยนไปขึ้นอยู่กับประเภทของนมถั่วเหลืองที่ใช้

เต้าหู้

อัตโนมัติ

การหมัก 6-8

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 50 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

นมถั่วเหลืองแท้ (เหมาะสำหรับทำเต้าหู้โดยดูข้อมูลที่ระบุบนบรรจุภัณฑ์)	500 มล.
นิกะริ (ดีเกลือ)	
(ปริมาณที่ใช้จะขึ้นอยู่กับประเภท ใช้ในปริมาณที่เหมาะสมกับนมถั่วเหลือง 500 มล. โดยดูข้อมูลที่ระบุบนบรรจุภัณฑ์)	

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 4-6 หน่วยบริโภค

1. ใส่นมถั่วเหลือง (แช่เย็น), นิกะริ และน้ำตาล ลงในหม้อชั้นในและคนให้เข้ากัน
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [FERMENT 6] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [FERMENT 6-8] ⇒ กด START
2. หลังปรุงเสร็จแล้ว ให้ใส่ในซามและปรุงรสด้วยซีอิ๊ว และใส่ส่วนผสมตามความชอบของคุณ

* ตวงวัดปริมาณนิกะริ (ดีเกลือ) ให้แม่นยำ เต้าหู้ อาจไม่จับเป็นก้อนได้อย่างกำลังดี หรืออาจแตกออกถ้าปริมาณนิกะริไม่ถูกต้อง
* ความนุ่ม/ความแข็งของก้อนเต้าหู้ อาจเปลี่ยนไปขึ้นอยู่กับประเภทของนมถั่วเหลืองที่ใช้

ขนมปังหมัก

ตัวเลือก Manual Ferment 6 ช่วยให้คุณสามารถกำหนดอุณหภูมิได้เอง (35-90°C)

กำหนดเอง

การหมัก 6

สำหรับข้อมูลอย่างละเอียด โปรดดูที่หัวข้อ "ของหวาน" (หน้า th-20)

ของหวาน

คุณสามารถเอีร์ตอ้อยไปกับรายการของหวานมากมาย เช่น เค้ก, แยม และขนมปัง

เค้กผัก (ภาพอาหาร ๑)

อัตโนมัติ | ของหวาน 7-1 | เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 45 นาที

ส่วนผสม (สำหรับเค้ก 1 ก้อน)

A	ไข่ (ขนาดกลาง).....	1 ฟอง
	น้ำตาล	2 ช้อนโต๊ะ
	น้ำผัก	100 มล.
	แป้งแพนเค้ก.....	150 กรัม

* รายการอัตโนมัตินี้สามารถใช้กับปริมาณส่วนผสมเป็นสองเท่าของที่ระบุไว้ข้างต้นได้

1. ทาเนยปริมาณมากๆ ที่ผิวด้านในของหม้อชั้นในให้ทั่ว (ไม่รวมอยู่ในรายการส่วนผสม) (โปรดดูที่ “เคล็ดลับการทำขนมหวาน” ด้านล่าง)
2. ใส่ส่วนผสม A ลงในชามแล้วคลุกเคล้าให้เข้ากัน ใส่แป้งแพนเค้กแล้วคลุกเคล้าให้เข้ากัน
3. ใส่ส่วนผสมที่คลุกเคล้ากันดีแล้วลงในหม้อชั้นใน เลือก AUTO และกด ENTER => เลือกประเภท [DESSERT 7] และกด ENTER => เลือกหมายเลขรายการอาหาร [DESSERT 7-1] => กด START
4. หลังปรุงเสร็จแล้ว ให้ยกหม้อชั้นในออกแล้ววางทิ้งไว้บนชั้นให้เย็นลง * เพื่อป้องกันไม่ให้เค้กติดกับชั้น ให้วางกระดาษรองอบบนชั้นเพื่อใช้รองเค้ก

เค้กวนิลา สับนจ์เค้ก

อัตโนมัติ | ของหวาน 7-2 | เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 1 ชั่วโมง

ส่วนผสม

ส่วนผสมสำเร็จรูปเค้กฟองน้ำ.....	400 กรัม
ไข่ (A).....	5 ฟอง
น้ำ	100 มล.
เนย (เหลว).....	100 กรัม
สารแต่งกลิ่นวานิลลา	1 ช้อนชา

ถ้าคุณต้องการตกแต่งหน้าเค้ก คุณสามารถใส่สับปะรดกระป๋อง (4 ถึง 5 ชิ้น) และวางผลเชอร์รี่ไว้ตรงกลาง

1. ผสมส่วนผสมทั้งหมดและตีจนฟู
2. ใส่ส่วนผสมในข้อ 1 ลงในหม้อชั้นใน เลือก AUTO และกด ENTER => เลือกประเภท [DESSERT 7] และกด ENTER => เลือกหมายเลขรายการอาหาร [DESSERT 7-2] => กด START

บราวนี่

อัตโนมัติ | ของหวาน 7-2 | เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 1 ชั่วโมง

ส่วนผสม (สำหรับบราวนี่ 1 ก้อน)

เมล็ดอัลมอนต์ฝานบางๆ	20 กรัม	
ช็อกโกแลต	80 กรัม	
เนย.....	80 กรัม	
ไข่ (ขนาดกลาง).....	2 ฟอง	
น้ำตาล.....	80 กรัม	
A	โกโก้.....	20 กรัม
	แป้งสาลี.....	80 กรัม
	วอลนัท (หั่นเป็นชิ้นใหญ่ๆ).....	60 กรัม

1. ทาเนยปริมาณมากๆ ที่ผิวด้านในของหม้อชั้นในให้ทั่ว (ไม่รวมอยู่ในรายการส่วนผสม) (โปรดดูที่ “เคล็ดลับการทำขนมหวาน” ด้านล่าง)
2. คั่วอัลมอนต์ที่ผ่านแล้วในกระทะโดยใช้ไฟต่ำจนกระทั่งเป็นสีน้ำตาลอ่อนๆ ในระหว่างที่คั่วให้กวนเป็นระยะๆ
3. ละลายช็อกโกแลตในน้ำอุ่น (60°C) ใส่เนยผสมกับช็อกโกแลตที่ละลายแล้วและคลุกเคล้ากันจนเนยละลาย
4. ตอกไข่ใส่ลงในชามแล้วตีให้ฟู ใส่น้ำตาลแล้วคลุกเคล้าให้เข้ากัน ใส่ช็อกโกแลตลงไปและคลุกเคล้าให้เข้ากัน
5. ร่อนส่วนผสม A ลงในชามแล้วคลุกเคล้าให้เข้ากัน ใส่วอลนัทแล้วคลุกเคล้าให้เข้ากัน
6. ใส่ส่วนผสมที่คลุกเคล้ากันดีแล้วลงในหม้อชั้นในที่ทาเนยเตรียมไว้ เกลี่ยผิวหน้าให้เท่ากันและโรยด้วยอัลมอนต์ที่คั่วแล้ว ใส่หม้อชั้นในเข้าไปในเตาอบ เลือก AUTO และกด ENTER => เลือกประเภท [DESSERT 7] และกด ENTER => เลือกหมายเลขรายการอาหาร [DESSERT 7-2] => กด START
7. หลังปรุงเสร็จแล้ว ให้ยกหม้อชั้นในออกแล้ววางทิ้งไว้บนชั้นให้เย็นลง

ซอสแอปเปิ้ล

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ | ของหวาน 7-3 | เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 45 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

แอปเปิ้ล.....	2 ลูก (600 กรัม)
น้ำตาล.....	50 กรัม

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 4-6 หน่วยบริโภค

1. ตัดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. หั่นแอปเปิ้ลออกเป็น 8 ชิ้น ปอกเปลือกและนำแกนแอปเปิ้ลออก
3. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน เลือก AUTO และกด ENTER => เลือกประเภท [DESSERT 7] และกด ENTER => เลือกหมายเลขรายการอาหาร [DESSERT 7-3] => กด START
4. หลังปรุงเสร็จแล้ว ควรวางทิ้งไว้ให้เย็นลงครึ่งหนึ่ง จากนั้นเก็บเข้าไปในตู้เย็น

เคล็ดลับการทำขนมหวาน

- เมื่อทาเนยที่ผิวด้านในของหม้อชั้นใน ให้ทาในปริมาณมากๆ จนถึงความสูงหนึ่งในสามจากกันหม้อ
- ถ้านำเค้กและขนมปังออกได้ยาก ให้ใช้ไม้พายช่วย

แยม (สตรอว์เบอร์รี่)

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ

ของหวาน 7-4

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 45 นาที

ส่วนผสม (ปริมาณ: ประมาณ 480 กรัม)

สตรอว์เบอร์รี่.....	400 กรัม
น้ำตาล.....	130 กรัม
นม.....	1 ขอนโต๊ะ

* รายการอัตโนมัตินี้สามารถใช้กับปริมาณส่วนผสมเป็นสองเท่าของที่ระบุไว้ข้างต้นได้

1. ตั้งตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ตั้งกานสตรอว์เบอร์รี่ออก หันสตรอว์เบอร์รี่ลูกใหญ่เป็นชั้นเล็กๆ
3. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นในในลูกเคล้าให้เข้ากันเบาๆ
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [DESSERT 7] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [DESSERT 7-4] ⇒ กด START
※ ถ้าคุณชอบแยมสตรอว์เบอร์รี่ที่มีเนื้อละเอียด ให้กดแยมในขณะที่ยังร้อนอยู่

คุณสามารถใช้ผลไม้อื่นนอกจากสตรอว์เบอร์รี่ในการทำแยมด้วยวิธีเดียวกันนี้

แยม (กีวี)

ส่วนผสม (ปริมาณ: ประมาณ 380 กรัม)

ปอกเปลือกกีวี 4 ลูก (400 กรัม) และหั่นเป็นชิ้นสามเหลี่ยมขนาด 1 ซม.

แยม (ส้ม)

ส่วนผสม (ปริมาณ: ประมาณ 480 กรัม)

ปอกเปลือกส้มหรือส้มซิตรอน 2 ลูก (400 กรัม) แล้วแยกเปลือกกับเนื้อออก หั่นเปลือกเป็นชิ้นเล็กๆ แล้วต้มนานประมาณ 10 นาที เพื่อขจัดรสขมออก แยกใยส้มออกจากกลีบส้ม ไม่ต้องใช้สว่าน

ไวท์ซอส

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ

ของหวาน 7-5

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 10 นาที

ส่วนผสม (ปริมาณ: ประมาณ 480 กรัม)

แป้งสาลี.....	30 กรัม
นม.....	400 มล.
A [เนย.....	30 กรัม
เกลือ.....	ตามความชอบ
พริกไทย.....	ตามความชอบ

* รายการอัตโนมัตินี้สามารถใช้กับปริมาณส่วนผสมเป็นสามเท่าของที่ระบุไว้ข้างต้นได้

1. ตั้งตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. เทนมลงในหม้อชั้นในและเติมเพิ่มอีกซ้ำๆ เพื่อให้ได้เนื้อเนียนละเอียด
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [DESSERT 7] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [DESSERT 7-5] ⇒ กด START
3. หลังจากปรุงเสร็จแล้ว ให้ใส่ส่วนผสม A ลงไปแล้วคนให้เข้ากัน
※ ถ้ายังไม่ต้องการใช้ไวท์ซอสที่ปรุงเสร็จในทันที ให้ใช้แผ่นพลาสติกคลุมไว้เพื่อป้องกันไม่ให้แห้ง

คัสตาร์ดครีม

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ

ของหวาน 7-5

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 10 นาที

ส่วนผสม (ปริมาณ: ประมาณ 600 กรัม)

แป้งข้าวโพด.....	4 ขอนโต๊ะ
น้ำตาล.....	80 กรัม
นม.....	400 มล.
ไข่แดง.....	3 ลูก (ขนาดกลาง)
เนย.....	30 กรัม
สารแต่งกลิ่นวานิลลา.....	เล็กน้อย

* รายการอัตโนมัตินี้สามารถใช้กับปริมาณส่วนผสมเป็นสามเท่าของที่ระบุไว้ข้างต้นได้

1. ตั้งตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใส่แป้งข้าวโพดและน้ำตาลลงในหม้อชั้นใน ใส่เนยลงไปบ้าง เพื่อให้ได้เนื้อเนียนละเอียด ใส่ไข่แดงที่ตีแล้วลงไปแล้วคนให้เข้ากัน
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [DESSERT 7] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [DESSERT 7-5] ⇒ กด START
3. หลังจากปรุงเสร็จแล้ว เติมน้ำลงไปแล้วคนให้เข้ากัน หลังจากปล่อยให้เย็นลงแล้ว ให้เติมน้ำแต่งกลิ่นวานิลลาลงไปเพิ่มรสชาติ
※ เติมน้ำแต่งกลิ่นวานิลลาหลังจากที่ครีมเย็นลงแล้วเท่านั้น ถ้าเติมน้ำในขณะที่ครีมยังร้อนอยู่ กลิ่นวานิลลาจะหายไป ใช้แผ่นพลาสติกคลุมครีมที่ปรุงเสร็จแล้วเพื่อไม่ให้สัมผัสกับอากาศโดยตรง หน้าครีมจะได้อ่อนนุ่ม
※ ครีมจะนุ่มลงทันทีที่ปรุงเสร็จ และจะแข็งตัวเมื่อเย็นลง

ชีนอ้ง (ถั่วอะซูกิ/ถั่วแดงกาน)

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ

ของหวาน 7-6

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 2 ชม. 30 นาที

ส่วนผสม (ปริมาณ: ประมาณ 760 กรัม)

ถั่วอะซูกิ (ถั่วแดง).....	200 กรัม
น้ำ.....	600 มล.
น้ำตาล.....	240 กรัม
เกลือ.....	ตามความชอบ

* รายการอัตโนมัตินี้สามารถใช้กับปริมาณส่วนผสมเป็นสองเท่าของที่ระบุไว้ข้างต้นได้

1. ตั้งตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใส่ถั่วอะซูกิที่ล้างแล้วและน้ำลงในหม้อชั้นใน
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [DESSERT 7] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [DESSERT 7-6] ⇒ กด START
* แม้ว่าข้อความ "เวลาที่เหลือ: ประมาณ 30 นาที" จะแสดงขึ้นมา แต่เวลาจริงจะอยู่ที่ประมาณ 2 ชั่วโมง 30 นาที
3. เมื่อเสียงเตือนดังขึ้น (คำว่า "ADD"(เพิ่ม) จะแสดงขึ้นมาเมื่อเวลาปรุงอาหารเหลือประมาณ 30 นาที) ให้เปิดฝาท่อแล้วเติมน้ำตาลลงไปเรื่อยๆ
* อย่ากดปุ่ม CANCEL เมื่อเปิดฝาท่อ
4. หลังจากปรุงเสร็จแล้ว เติมน้ำตาลลงไปแล้วคนให้เข้ากัน
※ ถั่วแดงต้มจะค่อนข้างนุ่มหลังปรุงเสร็จใหม่ๆ และจะแข็งตัวเมื่อเย็นลง

ขนมปังแบ่งสาลี (ภาพอาหาร ⑩)

(การหมัก)

กำหนดเอง

การหมัก 6

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ

การหมักขั้นที่หนึ่ง: ประมาณ 35 นาที

การหมักขั้นที่สอง: ประมาณ 35 นาที

(การอบ)

อัตโนมัติ

ของหวาน 7-7

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 1 ชม. 10 นาที

ส่วนผสม (สำหรับขนมปังแบ่งสาลี 1 ก้อน)

แป้งโปรตีนสูง300 กรัม
น้ำตาล 2 ช้อนโต๊ะ
เกลือ2/3 ช้อนชา
ยีสต์แห้ง1 ½ ช้อนชา
นม (ที่อุณหภูมิห้อง)210 มล.
เนย25 กรัม

- ผสมแป้งโปรตีนสูง, น้ำตาล, เกลือ และยีสต์แห้ง แล้วร่อนส่วนผสมลงในชามใส่นมและคลุกเคล้าเบาๆ จากนั้นใส่เนยที่อ่อนตัวลงไปผสมให้เข้ากัน ถ้าแป้งที่ผสมแล้วแข็งเกินไป ให้ใส่นม 1 ช้อนชา หากเนยที่ผิวด้านในของหม้อขึ้นในให้ทั่ว (ไม่รวมอยู่ในรายการส่วนผสม)
- ปั้นแป้งที่ผสมแล้วเป็นก้อน ออกแรงกดแป้งบนพื้นโต๊ะที่โรยแป้งไว้บางๆ ประมาณ 10 นาที จนกระทั่งแป้งนุ่มและยืดหยุ่น ลองขึงขึ้นแป้งเป็นแผ่นบางๆ ระหว่างนี้ ถ้าคุณเกือบมองทะลุได้ แสดงว่าแป้งนวดดีแล้ว
- ปั้นแป้งเป็นก้อนกลมอีกครั้ง เกลี่ยและแต่งขอบก้อนแป้งให้เรียบ ใส่แป้งลงในหม้อขึ้นในโดยให้ด้านที่เกลี่ยคว่ำลง ปิดฝาหม้อและทิ้งไว้เพื่อหมักแบ่ง (การหมักขั้นที่หนึ่ง)

* กระบวนการหมักจะได้ผลดียิ่งขึ้นเมื่อดึงแป้งลงเบาๆ จากด้านบนให้แบนลง

เลือก MANUAL และกด ENTER ⇒

เลือกประเภท [FERMENT 6] และกด ENTER ⇒

เลือกอุณหภูมิ [6-35 °C] และกด ENTER ⇒

ตั้งเวลาเป็น 35 นาที ⇒ กด START

ก้อนแป้งควรฟูขึ้น 2-2.5 เท่าหลังจากผ่านการหมักขั้นที่หนึ่งแล้ว

โรยผงแป้งที่นิ้วแล้วใช้นิ้วจิ้มที่กึ่งกลางก้อนแป้ง ถ้ารูที่จิ้มคงตัว แสดงว่า

ก้อนแป้งฟูขึ้นพอดีแล้ว

ถ้ารูที่จิ้มคืนตัวกลับ ให้เพิ่มเวลาหมักอีกประมาณ 10 นาทีพร้อมกับ

คอยสังเกตก้อนแป้งไปด้วย

- กดก้อนแป้งลงเบาๆ เพื่อไล่ลม และพับขอบทั้งสี่ด้านเข้าหากัน (เพื่อไล่ลม)
- ใช้ไม้พายหรือมีดแบ่งก้อนแป้งออกเป็นก้อนหกก้อนเท่าๆ กัน ใช้แผ่นพลาสติกห่อก้อนแป้งไว้แล้วปล่อยให้วางไว้ที่อุณหภูมิห้องประมาณ 20 นาที
- กดก้อนแป้งลงเบาๆ เพื่อไล่ลม แล้วปั้นเป็นก้อนกลม เกลี่ยและแต่งขอบก้อนแป้งให้เรียบทานเนยปริมาณมากๆ ที่ผิวด้านในของหม้อขึ้นในให้ทั่ว (ไม่รวมอยู่ในรายการส่วนผสม) (โปรดดูที่ "เคล็ดลับการทำขนมหวาน" ที่หน้า th-18)

ใส่ก้อนแป้งลงในหม้อขึ้นในโดยให้ด้านที่เกลี่ยคว่ำลง จัดเรียงก้อนแป้ง

ในหม้อขึ้นใน โดยเว้นที่ว่างตรงกลางหม้อ

ปิดฝาหม้อและทิ้งไว้ให้แป้งหมัก (การหมักขั้นที่สอง)

เลือก MANUAL และกด ENTER ⇒

เลือกประเภท [FERMENT 6] และกด ENTER ⇒

เลือกอุณหภูมิ [6-35 °C] และกด ENTER ⇒

ตั้งเวลาเป็น 35 นาที ⇒ กด START

ก้อนแป้งควรฟูขึ้น 2-2.5 เท่าหลังจากผ่านการหมักขั้นที่สองแล้ว

ถ้าก้อนแป้งฟูขึ้นไม่พอ ให้เพิ่มเวลาหมักอีกประมาณ 10 นาทีพร้อมกับ

คอยสังเกตก้อนแป้งไปด้วย

- ร่อนและโรยผงแป้งโปรตีนสูง (ไม่รวมอยู่ในรายการส่วนผสม) บนก้อนแป้ง ปิดฝาหม้อและเริ่มต้นอบ

เลือก AUTO และกด ENTER ⇒

เลือกประเภท [DESSERT 7] และกด ENTER ⇒

เลือกหมายเลขรายการอาหาร [DESSERT 7-7] ⇒ กด START

- หลังอบเสร็จแล้ว สวมถุงมือกันความร้อนและนำขนมปังออกจากหม้อขึ้นใน

* ถ้าคุณต้องการให้ส่วนบนของขนมปังเป็นสีน้ำตาล ให้คุณพลิกก้อนแป้ง

และอบต่ออีก 15 นาที สวมถุงมือกันความร้อนเพื่อป้องกันไม่ให้

ถูกความร้อนลวกมือ แล้วพลิกก้อนแป้ง

* เมื่อต้องการเพิ่มเวลาอบ ให้ตั้งเวลาและกด เริ่ม หลังจากที่เราเวลาอบเต็ม

สิ้นสุดลงแล้ว

พุดดิ้งขนมปัง (ภาพอาหาร ⑬)

อัตโนมัติ

ของหวาน 7-8

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 50 นาที

ส่วนผสม (สำหรับพุดดิ้งขนมปัง 1 ก้อน)

ไข่ (ขนาดกลาง) 4 ฟอง
น้ำตาล60 กรัม
นม200 มล.
ครีมสด200 มล.
ขนมปังจืดตัดเป็นแผ่น (6 แผ่น) 2 แผ่น
น้ำตาลทรายขาว10 กรัม
สับประรดกระป๋อง (ตัดเป็นแผ่น) 6 ชิ้น

- ทานเนยปริมาณมากๆ ที่ผิวด้านในของหม้อขึ้นในให้ทั่ว (ไม่รวมอยู่ในรายการส่วนผสม) (โปรดดูที่ "เคล็ดลับการทำขนมหวาน" ในหน้า th-18) โรยน้ำตาลทรายขาวบนเนยและวางแผ่นสับประรด
- ตีไข่ในชาม ใส่ น้ำตาล, นม และครีมสด แล้วคลุกเคล้าให้เข้ากัน
- ใส่ขนมปังที่ตัดเป็นก้อนเล็กๆ ผสมกับไข่ที่ผสมไว้ และปล่อยให้ทิ้งไว้เพื่อให้ไข่ที่ผสมไว้ซึมเข้าไปในขนมปัง
- เทส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อขึ้นใน เลือก AUTO และกด ENTER ⇒ เลือกประเภท [DESSERT 7] และกด ENTER ⇒ เลือกหมายเลขรายการอาหาร [DESSERT 7-8] ⇒ กด START * ใช้ไม้พายหรือเครื่องมืออื่นช้อนรอบๆ ฐาน บริเวณขอบก้อนพุดดิ้งเพื่อเคลื่อนย้ายก้อนพุดดิ้งขนมปัง วางแผ่นรองหนึ่ง ใช้แผ่นพลาสติกคลุมก้อนพุดดิ้งแล้วคว่ำก้อนพุดดิ้งบนแผ่นรองหนึ่ง

เค้กแอปเปิ้ล

กำหนดเอง

ของหวาน 7

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 50 นาที

ใช้การตั้งค่า Manual Dessert 7 อบเค้กและขนมปังด้วยอุณหภูมิที่เหมาะสม

ส่วนผสม (สำหรับเค้ก 1 ก้อน)

A [เนย (ตัดเป็นก้อนลูกเต๋ายาวขนาด 5 ซม.)20 กรัม
น้ำตาล20 กรัม
แอปเปิ้ล (หั่นเป็นชิ้นสามเหลี่ยมขนาด 5 มม.) ½ ลูก (150 กรัม)
B [เนย (อ่อน)100 กรัม
น้ำตาล80 กรัม
ไข่ (ขนาดกลาง) 2 ฟอง
C [แบ่งสาลี100 กรัม
ผงฟู ½ ช้อนชา

กระดาษรองอบ

- ทานเนยปริมาณมากๆ ที่ผิวด้านในของหม้อขึ้นในให้ทั่ว (ไม่รวมอยู่ในรายการส่วนผสม) (โปรดดูที่ "เคล็ดลับการทำขนมหวาน" ที่หน้า th-18) รองหม้อขึ้นในด้วยกระดาษรองอบ
- หมายเหตุ ดัดกระดาษรองอบให้พอดีกับหม้อขึ้นใน
- ใส่ส่วนผสม A ลงในหม้อขึ้นในที่รองด้วยกระดาษรองอบ วางชิ้นแอปเปิ้ลไว้ด้านบน
- ใส่ส่วนผสม B ลงในชามแล้วคลุกเคล้าให้เข้ากันจนเปลี่ยนเป็นสีขาว ใส่ไข่ลงไปแล้วคลุกเคล้าให้เข้ากัน
- ใส่ส่วนผสม C ลงในชามแล้วคลุกเคล้าให้เข้ากันครั้งหนึ่ง
- วางก้อนแป้งลงบนชิ้นแอปเปิ้ลในหม้อขึ้นใน เลือก MANUAL และกด ENTER ⇒ เลือกประเภท [DESSERT 7] และกด ENTER ⇒ ตั้งเวลาไว้ที่ 50 นาที ⇒ กด START
- หลังอบเสร็จแล้ว ให้นำหม้อขึ้นในออกและวางทิ้งไว้ให้เย็นลงชั่วคราว จากนั้นนำเค้กออกจากหม้อขึ้นใน

รายการอาหารญี่ปุ่น

* มีส่วนผสมของสาเกและมิริน หากไม่ต้องการใช้สาเกและมิริน ให้ใช้น้ำเปล่าปริมาณเท่ากับมิรินผสมกับน้ำตาลแทน (สัดส่วนของน้ำกับน้ำตาลคือ 3 ต่อ 1)

ต้มเนื้อวัวกับมันฝรั่ง (ภาพอาหาร 13)

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ | การเคี่ยว 2-1 | เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 35 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

มันฝรั่ง (หั่นออกเป็น 4-6 ชิ้น).....	3 ลูก (450 กรัม)
หอมหัวใหญ่ (หั่นเป็นชิ้น).....	2 ลูก (400 กรัม)
แครอท (หั่นเป็นชิ้นใหญ่ๆ).....	1/2 ลูก (100 กรัม)
เนื้อวัวแล่เป็นแผ่นบางๆ (แล่เป็นชิ้นขนาด 3-4 ซม.).....	200 กรัม
ซีอิ้ว.....	4 ช้อนโต๊ะ
น้ำ (เหล้าสาเก).....	3 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาล.....	3 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลและน้ำ (หรือเหล้ามิริน).....	น้ำตาล 2 ช้อนชา และน้ำ 2 ช้อนโต๊ะ (หรือเหล้ามิริน 2 ช้อนโต๊ะ)

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 2 ถึง 6 หน่วยบริโภค

1. ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใส่ผักครึ่งหนึ่งลงในหม้อชั้นใน และวางเนื้อวัวครึ่งหนึ่งทับลงไป จากนั้นใส่ผัก, เนื้อวัว และส่วนผสม (A) ที่เหลือ เลือก AUTO และกด ENTER => เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER => เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-1] => กด START

จิกูเซ็นนิ (ภาพอาหาร 11)

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ | การเคี่ยว 2-2 | เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 35 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

น่องไก่.....	1 ชิ้น (250 กรัม)
รากบัว.....	100 กรัม
รากโกโบ.....	1/2 ชิ้นเล็ก (65 กรัม)
เห็ดหอมแห้ง (แช่น้ำให้นุ่ม).....	4 ดอก
แครอท.....	1 ลูก (200 กรัม)
หน่อไม้ต้ม.....	200 กรัม
หัวบุก.....	1/2 หัว (125 กรัม)
น้ำ (หรือสาเก (ไวน์ข้าว)).....	3 ช้อนโต๊ะ
ซีอิ้ว.....	3 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาล.....	2 1/2 ช้อนโต๊ะ
น้ำมันงาอุ่นให้ร้อน.....	2 ช้อนชา
เกลือ.....	ตามความชอบ
ดาชิ (ดูด้านล่าง).....	1 ห่อ

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 2 ถึง 6 หน่วยบริโภค

1. ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. หั่นส่วนผสม (A) ทั้งหมดเป็นชิ้นขนาดพอดีคำ แครอทบวและรากโกโบในน้ำ
3. จิกหัวบุกเป็นชิ้นขนาดพอดีคำ ทาด้วยเกลือ (ไม่รวมอยู่ในรายการส่วนผสม) แล้วลวกด้วยน้ำร้อน
4. ใส่ดาชิ และส่วนผสม (B) ลงในหม้อชั้นใน ตามด้วยส่วนผสมในข้อ 2. และ 3. เลือก AUTO และกด ENTER => เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER => เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-2] => กด START

ไก่เคี้ยวหัวไชเท้า

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ | การเคี้ยว 2-1 | เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 35 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

ซีอิ้ว.....	3 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลและน้ำ (หรือเหล้ามิริน).....	น้ำตาล 3 ช้อนชา และน้ำ 3 ช้อนชา (หรือเหล้ามิริน 3 ช้อนชา)
ดาชิ (ดูด้านล่าง).....	1 ห่อ
น่องไก่ (แล่เป็นชิ้นขนาดพอดีคำ).....	1 ชิ้น (250 กรัม)
หัวไชเท้าหั่นเป็นชิ้นหนา 3 ซม.	500 กรัม

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 2 ถึง 6 หน่วยบริโภค

1. ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสม เลือก AUTO และกด ENTER => เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER => เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-1] => กด START

ฟักทองเคี้ยว

ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ | การเคี้ยว 2-3 | เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 20 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

ฟักทอง.....	500 กรัม
น้ำ (หรือสาเก (ไวน์ข้าว)).....	3 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลและน้ำ (หรือเหล้ามิริน).....	น้ำตาล 3 ช้อนชา และน้ำ 3 ช้อนโต๊ะ (หรือเหล้ามิริน 3 ช้อนโต๊ะ)
น้ำตาล.....	1 1/2 ช้อนโต๊ะ
ซีอิ้ว.....	1/2 ช้อนโต๊ะ
เกลือ.....	ตามความชอบ

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 2 ถึง 6 หน่วยบริโภค

- หากต้องการปรุงในปริมาณที่เหมาะสมกับ 2 ถึง 3 หน่วยบริโภค ให้ลดส่วนผสม (A) ลงครึ่งหนึ่ง ยกเว้นน้ำ (หรือสาเก (ไวน์ข้าว)) ในกรณีของ 5 ถึง 6 หน่วยบริโภค ให้เพิ่มปริมาณส่วนผสม (A) เป็น 1.5 เท่า
1. หั่นฟักทองเป็นลูกเต๋ขนาด 3-4 ซม. และปอกเปลือกฟักทองออกบางส่วน
 2. ใส่ฟักทองลงในหม้อชั้นในโดยให้ด้านที่ยังมีเปลือกอยู่ด้านล่างไม่ทับกัน จากนั้นใส่ส่วนผสม (A) ที่คลุกเคล้ากันดีแล้วลงไป เลือก AUTO และกด ENTER => เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER => เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-3] => กด START

ของส่วนผสมญี่ปุ่น

ใช้ถุงชาที่มีปลาแห้งฝอยคั่วลิโอะบุชิ 1.5 กรัม และสาหร่ายคมบุ 1 ชิ้น (1x2 ซม.) (พับขอบถุง) หรือซีอิ้วดาชิหนึ่งซองจากร้านค้า

* นอกเหนือจากของส่วนผสมญี่ปุ่น คุณสามารถใช้ผงซุสุตญี่ปุ่นแทนเพื่อทำซุญี่ปุ่นได้

ปลาหมึกสายเดี่ยวกับเผือก

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ

การเคี่ยว 2-5

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 45 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

A	น้ำตาล	3 ช้อนโต๊ะ
	น้ำ (หรือสาเก (ไวน์ข้าว))	3 ช้อนโต๊ะ
	น้ำตาลและน้ำ (หรือเหล้ามิริน)	น้ำตาล 3 ช้อนชา และน้ำ 3 ช้อนโต๊ะ (หรือเหล้ามิริน 3 ช้อนโต๊ะ)
	ซีอิ้ว	1 ช้อนโต๊ะ
ดาชิ (โปรดดูที่หน้า th-21)	1 ชอง	
ปลาหมึกสายต้ม	300 กรัม	
เผือก	500 กรัม	

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 2 ถึง 6 หน่วยบริโภค

- ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
- แลปลาหมึกสายเป็นชิ้นขนาดพอดีคำ ปอกเปลือกเผือก ขจัดคราบมันด้วยเกลือ แล้วล้างน้ำให้สะอาด หั่นแบ่งครึ่งหากชิ้นเผือกใหญ่เกินไป
- ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสม
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-5] ⇒ กด START

* คุณสามารถเพิ่มเวลาปรุงอาหารได้ถ้าคุณต้องการลดปริมาณน้ำซอส

เส้นเอ็นวัวต้ม

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ

การเคี่ยว 2-6

เวลาปรุงโดยประมาณ 1 ชม. 30 นาที

* ไม่รวมเวลาที่ใช้จัดไข่ม้วนออกจากเนื้อ

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

เส้นเอ็นวัว	500 กรัม	
A	ซิง (ผ่านบาง) ส่วนไบสึเขียวของต้นหอม	ตามต้องการ
	น้ำ	800 มล.
หัวบุก	1 หัว	
B	น้ำ (หรือสาเก (ไวน์ข้าว))	4 ช้อนโต๊ะ
	น้ำตาลและน้ำ (หรือเหล้ามิริน)	น้ำตาล 4 ช้อนชา และน้ำ 4 ช้อนโต๊ะ (หรือเหล้ามิริน 4 ช้อนโต๊ะ)
	น้ำตาล	3 ช้อนโต๊ะ
	ซีอิ้ว	2 ช้อนโต๊ะ

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 4 ถึง 6 หน่วยบริโภค

- ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหารไว้ในหม้อทำอาหาร
- ใส่เส้นเอ็นวัวและส่วนผสม (A) ลงในหม้อชั้นใน ตั้งค่าเป็น Manual Curry/Soup 1-2 (ไม่คน) ไว้ที่ประมาณ 10 นาที เพื่อจัดไข่ม้วนออกจากเนื้อ หลังปรุงเสร็จแล้ว เทน้ำออกจากหม้อชั้นใน ล้างเนื้อ แล้วหั่นเป็นชิ้นขนาดพอดีคำ
- ฉีกหัวบุกเป็นชิ้นขนาดพอดีคำ ทาด้วยเกลือแล้วลวกด้วยน้ำร้อน
- ล้างหม้อชั้นในจากข้อ 2. เล็กน้อย เติมส่วนผสมทั้งหมด แล้ววางหม้อลงในหม้อทำอาหาร
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-6] ⇒ กด START

เนื้อวัวเคี้ยวซีอิ้ว

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ

การเคี่ยว 2-6

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 1 ชม. 30 นาที

* ไม่รวมเวลาที่ใช้จัดไข่ม้วนออกจากเนื้อ

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

เนื้อสึข้างวัว (หั่นเป็นสี่เหลี่ยมลูกเต๋าขนาด 3 ซม.)	500 กรัม	
ซิง (ผ่านบาง) ส่วนไบสึเขียวของต้นหอม	ตามต้องการ	
A	น้ำ	800 มล.
	ต้นหอม (หั่นเป็นชิ้นกว้าง 1 ซม.)	20 ซม.
อบเชย	1 ต้น (3 กรัม)	
กระเทียม (หั่นบางๆ)	5 กลีบ	
ซิง (ผ่านบางๆ)	2 ชิ้น	
พริกแห้ง	2 เม็ด (ตามต้องการ)	
พริกแห้ง	1 ดอก	
น้ำ (หรือสาเก (ไวน์ข้าว))	100 มล.	
น้ำตาล	3 ช้อนโต๊ะ	
ซีอิ้วดำ	1 ช้อนโต๊ะ	
ซีอิ้วขาว	1 ช้อนโต๊ะ	
ไต้หวันเจียง (เต้าเจี้ยว)	½ ช้อนโต๊ะ	

- ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
- ใส่เนื้อสึข้างวัวที่แลเป็นชิ้นลูกเต๋าขนาด 3 ซม. และส่วนผสม (A) ลงในหม้อชั้นใน
- ตั้งค่าเป็น Manual Curry/Soup 1-2 (ไม่คน) ไว้ที่ 5-10 นาทีเพื่อจัดไข่ม้วนออกจากเนื้อ
- เทน้ำออกจากหม้อชั้นในจากข้อ 3. เล็กน้อย จากนั้นใส่เนื้อวัวและส่วนผสมที่เหลือลงไป
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-6] ⇒ กด START

ปลาแมกเคอเรลในซอสมิโซะ

อัตโนมัติ

การเคี่ยว 2-10

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 25 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

เนื้อปลาแมกเคอเรล	4 ชิ้น (ชิ้นละ 100 กรัม)	
A	น้ำ (หรือสาเก (ไวน์ข้าว))	100 มล.
	มิโซะแดง	4 ช้อนโต๊ะ
	น้ำตาลและน้ำ (หรือเหล้ามิริน)	น้ำตาล 4 ช้อนชา และน้ำ 4 ช้อนโต๊ะ (หรือเหล้ามิริน 4 ช้อนโต๊ะ)
	น้ำตาล	4 ช้อนโต๊ะ
ซิง (ซอช)	ปริมาณตามต้องการ	

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 2-4 หน่วยบริโภค

- ใส่เนื้อปลาแมกเคอเรลลงในหม้อชั้นในโดยวางเรียงเป็นหนึ่งชั้น
ผสมส่วนผสม A เข้าด้วยกันแล้วราดบนเนื้อปลาแมกเคอเรล
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-10] ⇒ กด START

ปลาหางเหลืองกับหัวไชเท้า

ตั้งเวลาลงหน้า

อัตโนมัติ

การเคี่ยว 2-11

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 40 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

หัวไชเท้า

(หั่นเป็นชิ้นกลมหรือครึ่งวงกลมหนา 2 ซม.) ½ ลูก (400 กรัม)

หัวหรือเนื้อปลาหางเหลือง 300 กรัม

ขิง (หั่นเป็นชิ้นบางๆ) ½ ช้อน

ซีอิ้ว 4 ช้อนโต๊ะ

น้ำตาล 4 ช้อนโต๊ะ

น้ำตาลและน้ำ (หรือเหล้ามิริน) น้ำตาล 3 ช้อนชา และน้ำ

3 ช้อนโต๊ะ (หรือเหล้ามิริน

3 ช้อนโต๊ะ)

น้ำ (หรือสาเก (ไวน์ข้าว)) 3 ช้อนโต๊ะ

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 4 ถึง 6 หน่วยบริโภค

1. เทน้ำเดือดลงบนเนื้อปลาหางเหลืองเพื่อขจัดกลิ่นคาวออก
2. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสม

เลือก AUTO และกด ENTER ⇒

เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒

เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-11] ⇒ กด START

โอเด็ง

ตั้งเวลาลงหน้า

อัตโนมัติ

การเคี่ยว 2-12

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 1 ชม. 5 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

หัวไชเท้า (หั่นเป็นชิ้นกลมหนา 2-3 ซม.) 10 ซม.

สาหร่ายคมบุลวกน้ำร้อน 4 ช้อน

มันฝรั่ง (ผ่าครึ่ง) 2 ลูก

หัวบุก (หั่นเป็นสี่ส่วน) ½ หัว

ลูกชิ้นชิวาะ (ลูกชิ้นปลาญี่ปุ่นผ่าครึ่ง) 2 ช้อน

ไซโตม 4 ฟอง

ลูกชิ้นซัทสึเมะอานะ (ลูกชิ้นปลาญี่ปุ่นทอดผ่าครึ่ง) 2 ช้อน

ซีอิ้ว 50 มล.

น้ำ (หรือสาเก (ไวน์ข้าว)) 2 ช้อนโต๊ะ

น้ำตาลและน้ำ (หรือเหล้ามิริน) น้ำตาล 2 ช้อนชา และน้ำ

2 ช้อนโต๊ะ (หรือเหล้ามิริน

2 ช้อนโต๊ะ)

ดาชิ ประมาณ 800 มล.

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 2 ถึง 6 หน่วยบริโภค

1. ใส่ส่วนผสมทั้งหมด ยกเว้นหัวไชเท้า ลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสม
2. เทดาชิบนส่วนผสม แต่ต้องไม่สูงกว่าขีด “水位MAX” เกิน 4 ซม.

เลือก AUTO และกด ENTER ⇒

เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒

เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-12] ⇒ กด START

※ อย่าปรุงอาหารประเภทอาหารแห้งคลุกกับไซโตม ซึ่งจะฟูขึ้นเมื่อได้รับความร้อน เพื่อป้องกันไม่ให้ออกมานอกหม้อ

อย่าใส่ลูกชิ้นปลาชิวาะและซัทสึเมะอานะมากเกินไปในสุตรอาหาร

สาหร่ายอิจิกิตัม

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ

การเคี่ยว 2-16

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 35 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

สาหร่ายอิจิกิ (สาหร่ายอิจิกิแห้ง) 30 กรัม

แครอท 40 กรัม

เห็ดหอมแห้ง (แช่น้ำให้นุ่ม) 3 ดอก

ฟองเต้าหู้ทอด (ขจัดไขมันออกในน้ำร้อน) 2 แผ่น

น้ำ (หรือสาเก (ไวน์ข้าว)) 2 ช้อนโต๊ะ

น้ำตาลและน้ำ (หรือเหล้ามิริน) น้ำตาล 2 ช้อนชา และน้ำ

2 ช้อนโต๊ะ (หรือเหล้ามิริน

2 ช้อนโต๊ะ)

ซีอิ้ว 2 ช้อนโต๊ะ

น้ำตาล 1 ช้อนโต๊ะ

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 4 ถึง 6 หน่วยบริโภค

1. ตัดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

2. แช่สาหร่ายอิจิกิในน้ำนานประมาณ 20 นาที หลังสาหร่ายคืนตัวแล้ว

ให้เปลี่ยนน้ำ 2 ถึง 3 ครั้ง ล้างน้ำให้สะอาดแล้วบีบให้สะเด็ดน้ำ

3. หั่นแครอท, เห็ดหอมแห้ง และฟองเต้าหู้ทอดเป็นชิ้นบางๆ

4. ใส่ส่วนผสมในข้อ 3., 2. และ A ลงในหม้อชั้นใน

เลือก AUTO และกด ENTER ⇒

เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒

เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-16] ⇒ กด START

※ คุณสามารถเพิ่มเวลาปรุงอาหารได้ถ้าคุณต้องการลดปริมาณน้ำซอส

เนื้อตุ๋น

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ

การเคี่ยว 2-17

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 30 นาที

ส่วนผสม (ปริมาณที่ปรุงประมาณ 380 กรัม)

เนื้อซี่ข้างวัวแลเป็นชิ้นบางๆ 300 กรัม

ขิง 30 กรัม

น้ำ (หรือสาเก (ไวน์ข้าว)) 4 ช้อนโต๊ะ

น้ำตาลและน้ำ (หรือเหล้ามิริน) น้ำตาล 1 ช้อนชา และน้ำ

1 ช้อนโต๊ะ (หรือเหล้ามิริน

1 ช้อนโต๊ะ)

ซีอิ้ว 2 ช้อนชา

ซอสทามาริ 2 ช้อนชา

น้ำตาล 1 1/3 ช้อนชา

น้ำเชื่อมกลูโคส 2 ช้อนชา

※ สำหรับรายการอัตโนมัตินี้ คุณสามารถเพิ่มปริมาณส่วนผสม

เป็น 2 เท่าได้

1. ตัดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

2. แลเนื้อวัวเป็นชิ้นกว้าง 2.5 ซม. ใส่ในซามแล้วเทน้ำเดือดราดเพื่อขจัดไขมันออก กรองในตะแกรง ใช้น้ำช่วยทำให้เย็น และบีบไล่น้ำออก

3. ซอยขิงเป็นชิ้นใหญ่ๆ ใส่ในซามแล้วล้างน้ำให้สะอาดเพื่อขจัดเศษที่แหลมออก จากนั้นเทน้ำออก

4. ใส่ส่วนผสมในข้อ (2.), (3.), และ (A) ลงในหม้อชั้นใน

เลือก AUTO และกด ENTER ⇒

เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒

เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-17] ⇒ กด START

※ คุณสามารถเพิ่มเวลาปรุงอาหารได้ถ้าคุณต้องการเคี้ยวให้น้ำซอสงวดลง

ปลาชั้นมะเคียว

ไม่ต้องใส่ น้ำ ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ การเคี่ยว 2-20 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 2 ชม. 30 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

ปลาชั้นมะ	4 ชิ้น (ชิ้นละ 100 กรัม)
น้ำ (หรือสาเก (ไวน์ข้าว))	100 มล.
น้ำตาลและน้ำ (หรือเหล้ามิริน)	น้ำตาล 4 ช้อนชา และน้ำ 4 ช้อนโต๊ะ (หรือเหล้ามิริน 4 ช้อนโต๊ะ)
น้ำตาล	2 ช้อนโต๊ะ
น้ำส้มสายชู	2 ช้อนโต๊ะ
ซีอิ๊ว	1 ช้อนโต๊ะ
ซิง (ผ่านบางๆ)	20 กรัม

- แยกหัวปลา, หาง และควกักร้างออกจากนั้นแลเป็นชิ้นๆ ละ 4 ซม.
- ใส่เนื้อปลาลงในหม้อชั้นในโดยวางเรียงเป็นหนึ่งชั้น ใส่ส่วนผสม A เลือก AUTO และกด ENTER ⇒ เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒ เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-20] ⇒ กด START * แม้ว่าข้อความ "เวลาที่เหลือ: ประมาณ 3 ชม." จะแสดงขึ้นมา แต่เวลาจริงจะอยู่ที่ประมาณ 2 ชั่วโมง 30 นาที

อาหารทะเลแห้ง

แผ่นรองหนึ่ง

กำหนดเอง การนึ่ง 4 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 20-22 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

เนื้อปลาคอด (ปรุงรสด้วยเกลือและพริกไทย)	4 ชิ้น (ชิ้นละ 80 กรัม)
หอยแครง (หั่นเป็นชิ้นขนาดตามต้องการ; ปรุงรสด้วยเกลือและพริกไทย)	4 ตัว (100 กรัม)
กุ้ง (ตัวใหญ่; ปอกเปลือกและดึงเส้นดำที่หลังออก)	4 ตัว (80 กรัม)
ถั่วลิสงเตา (ดึงออกจากฝัก)	20 กรัม
เห็ดหอมอ่อน	4 ดอก (80 กรัม)
มะนาว (ผ่านเป็นชิ้น)	4 ชิ้น
น้ำ (หรือสาเก (ไวน์ข้าว))	4 ช้อนโต๊ะ
ซอสเปรี้ยวพอนซี	ตามต้องการ
แผ่นอะลูมิเนียมฟอยล์ (สี่เหลี่ยมขนาด 25 ซม.)	4 แผ่น

- วางแผ่นอะลูมิเนียมฟอยล์ แบ่งส่วนผสม A ออกเป็น 4 ส่วน และวางบนแผ่นอะลูมิเนียมฟอยล์ วางชิ้นมะนาวไว้ด้านบนแล้วพรมด้วยเหล้าสาเก ห่มด้วยแผ่นอะลูมิเนียมฟอยล์
- เทน้ำ 200 มล. ลงในหม้อชั้นใน ใส่แผ่นรองหนึ่งลงไปแล้ววางห่ออะลูมิเนียมฟอยล์ไว้บนแผ่นรอง เลือก MANUAL และกด ENTER ⇒ เลือกประเภท [STEAM 4] และกด ENTER ⇒ ตั้งเวลาไว้ที่ 20-22 นาที ⇒ กด START
- เสิร์ฟพร้อมซอสเปรี้ยวพอนซี

คัสตาร์ดหนึ่ง (ภาพอาหาร 12)

แผ่นรองหนึ่ง

อัตโนมัติ การนึ่ง 4-4 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 25 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

ไข่	เห็ดหอม (ปรุงรสด้วยซีอิ๊วและน้ำตาล)	2 ชิ้น
เนื้ออกไก่		100 กรัม
ซีอิ๊วขาว		ตามต้องการ
กุ้ง		4 ตัว
ลูกชิ้นปลาเค็มมะโตะโตะ		4 ชิ้น
เมล็ดตะเพก้วย (กระป๋อง)		8 เม็ด

ส่วนผสมไข่

ไข่ (ขนาดกลาง)	2 ฟอง
ผงตาชิ	400 มล.
เกลือ	ตามความชอบ
ซีอิ๊วขาว	1 ช้อนชา
น้ำตาลและน้ำ (หรือเหล้ามิริน)	น้ำตาล 2/3 ช้อนชา และน้ำ 2 ช้อนโต๊ะ (หรือเหล้ามิริน 2 ช้อนโต๊ะ)

ผักมีทิสึบะ การตกแต่ง

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 1 ถึง 4 หน่วยบริโภค

- ผ่าครึ่งเห็ดหอม แยกเส้นเอ็นออกจากเนื้ออกไก่ แล้วเนื้ออกไก่เป็นชิ้นหนาๆ และปรุงรสด้วยซีอิ๊วขาว ปอกเปลือกและดึงเส้นดำที่หลังออกจากตัวกุ้ง โดยไม่ต้องนำหางออก
- ต้ไข่ให้ฟู แล้วใส่ส่วนผสมพร้อมผงซูปปลาแห้ง เติมเกลือ, ซีอิ๊วขาว และเหล้ามิริน เทผ่านตะแกรงกรอง
- วางใส่ลงในถ้วยและเทส่วนผสมไข่ให้ได้ 80% ของถ้วย ปิดปากถ้วยด้วยแผ่นอะลูมิเนียมฟอยล์
- ใส่หม้อชั้นใน เทน้ำ 200 มล. ลงในหม้อชั้นใน ใส่แผ่นรองหนึ่งลงไปแล้ววางถ้วยไว้บนแผ่นรอง เลือก AUTO และกด ENTER ⇒ เลือกประเภท [STEAM 4] และกด ENTER ⇒ เลือกหมายเลขรายการอาหาร [STEAM 4-4] ⇒ กด START
- หลังปรุงเสร็จแล้ว ให้ตกแต่งด้วยผักมีทิสึบะ
 - * คัสตาร์ดอาจไม่แข็งตัวหากต้ไข่ไม่ได้ ต้ไข่โดยให้ตะกั่วเข้าไปถึงก้นชามเพื่อไม่ให้เกิดฟอง
 - * อัตราส่วนผสมที่เหมาะสมของไข่และผงตาชิอยู่ที่ประมาณ 1 ต่อ 4
 - * อุณหภูมิที่เหมาะสมของส่วนผสมไข่อยู่ที่ 15-25°C ถ้าอุณหภูมิสูงกว่านี้จะทำให้เกิดรูพรุน
 - * แบ่งปริมาณไส้และส่วนผสมไข่ในถ้วยให้เท่าๆ กัน ใส่ควอร์ไมควอร์เกิน 1/3 ของถ้วย (ประมาณ 50 กรัม) และส่วนผสมไข่ควอร์อยู่ที่ 80% ของถ้วย

ซูปมิโสะเนื้อ

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ การเคี่ยว 2-19 เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 15 นาที

ส่วนผสม (ปริมาณที่ปรุงประมาณ 450 กรัม)

ไก่สับ	200 กรัม
มิโสะแดง	8 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลและน้ำ (หรือเหล้ามิริน)	น้ำตาล 8 ช้อนชา และน้ำ 8 ช้อนโต๊ะ (หรือเหล้ามิริน 8 ช้อนโต๊ะ)
น้ำตาล	8 ช้อนชา

* สำหรับรายการอัตโนมัตินี้ คุณสามารถเพิ่มปริมาณส่วนผสมเป็น 2 เท่าได้

- ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
- ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการส่วนผสม เลือก AUTO และกด ENTER ⇒ เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒ เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-19] ⇒ กด START

อาหารที่ไม่ใช่ฮาลาล

รายการอาหารเหล่านี้ใช้เนื้อหมู, เหล้าสาเก หรือเหล้ามิริน

สตูมะละกอใส่หมู

ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ

แกง/แกงจืด 1-9

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 1 ชม.

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

มะละกอดิบ (หั่นเป็นลูกเต๋า).....	700 กรัม
หมูมัน.....	1,000 กรัม (5-6 ชิ้น)
น้ำปลา, เกลือ, น้ำตาล.....	ตามความชอบ
น้ำ.....	600 มล.

1. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการ

ส่วนผสม

เลือก AUTO และกด ENTER ⇒

เลือกประเภท [CURRY/SOUP 1] และกด ENTER ⇒

เลือกหมายเลขรายการอาหาร [CURRY/SOUP 1-9] ⇒ กด START

สตูกระดูกหมู

ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ

แกง/แกงจืด 1-9

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 1 ชม.

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

แครอท, มันฝรั่ง, หัวบีทรูท (หั่นเป็นลูกเต๋า).....	450 กรัม
กระดูกหมู.....	1,000 กรัม (5-6 ชิ้น)
รากบัว (หั่นเป็นชิ้นกลมหนา 2-3 ซม.).....	200 กรัม
เม็ดบัว.....	200 กรัม
น้ำปลา, เกลือ, น้ำตาล.....	ตามความชอบ
น้ำ.....	600 มล.

1. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการ

ส่วนผสม

เลือก AUTO และกด ENTER ⇒

เลือกประเภท [CURRY/SOUP 1] และกด ENTER ⇒

เลือกหมายเลขรายการอาหาร [CURRY/SOUP 1-9] ⇒ กด START

หมูสามชั้นเคี้ยว

ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ

การเคี้ยว 2-7

เวลาปรุงโดยประมาณ 1 ชม. 30 นาที
*ไม่รวมเวลาที่ใช้จัดไข่ม้วนออกจากเนื้อ

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

หมูสามชั้น.....	800 กรัม
A [ชিং (ผ่านบางๆ).....	1 ชิ้น
ส่วนใบสีเขียวของต้นหอม.....	5 ซม.
น้ำ.....	1 ลิตร
B [น้ำ (หรือสาเก (ไวน์ข้าว)).....	100 มล.
น้ำตาล.....	5 ช้อนโต๊ะ
ซีอิ้ว.....	5 ช้อนโต๊ะ
กระเทียม (หั่น).....	1 กลีบ
ชিং (ผ่านบางๆ).....	1 ชิ้น
น้ำ.....	400 มล.

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 2 ถึง 6 หน่วยบริโภค

ใช้ส่วนผสมในปริมาณเท่ากัน ยกเว้นหมูสามชั้น

1. ใส่หมูสามชั้นที่หั่นเป็นชิ้นขนาด 5 ซม. และส่วนผสม (A) ลงในหม้อ

ชั้นใน ตั้งค่าเป็น Manual Curry/Soup 1-2 (ไม่คน) ไว้ที่ 30 นาที

2. เทน้ำออกจากหม้อชั้นในจากข้อ 1. เล็กน้อย จากนั้นใส่เนื้อที่จัดไข่ม้วน

ออกแล้วและส่วนผสม (B)

เลือก AUTO และกด ENTER ⇒

เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒

เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-7] ⇒ กด START

※ คุณสามารถเคี้ยวซอส และเสิร์ฟพร้อมกับหมู

ผัดหมูราดซอสถั่วเหลือง

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ

การเคี้ยว 2-13

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 20 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

หมูสามชั้น (หั่นเป็นชิ้นขนาด 2-3 ซม.).....	300 กรัม
แป้งมันฝรั่ง.....	2 ช้อนโต๊ะ
A [กะหล่ำปลี (หั่นเป็นชิ้น).....	400 กรัม
พริกหยวก (หั่นเป็นชิ้นใหญ่ๆ).....	4 เม็ด
กระเทียม (หั่น).....	2 กลีบ
B [มิโสะแดงและน้ำตาล.....	อย่างละ 1/3 ช้อนโต๊ะ
ซีอิ้ว.....	2 ช้อนชา
เต้าเจี้ยว (ซอสถั่วเหลือง) และน้ำมันงา.....	อย่างละ 1 ช้อนชา

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 4-6 หน่วยบริโภค

1. ตัดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

2. ชุบเนื้อหมูด้วยแป้งมันฝรั่ง ผสมกับส่วนผสม B

3. ใส่ส่วนผสม A ครั้งหนึ่งลงในหม้อชั้นใน และผัดเนื้อหมูครึ่งหนึ่งบนผัก จากนั้นใส่ส่วนผสม A อีกครั้งลงไป แล้วใส่เนื้อหมูที่เหลืออีกครั้งหนึ่งไว้ด้านบนสุด

※ หากต้องการปรุงสำหรับ 6 หน่วยบริโภค ให้ใส่ส่วนผสม A ลงในหม้อชั้นในโดยไม่ต้องไม่ติดกับอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร จากนั้นใช้มือกดลงไป

เลือก AUTO และกด ENTER ⇒

เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒

เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-13] ⇒ กด START

4. คนก่อนตักเสิร์ฟ

ผัดมะเขือยาวราดซอสพริก

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

อัตโนมัติ

การเคี่ยว 2-13

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 20 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

หมูสับ.....	200 กรัม
ซอสถั่วหวาน (แทนเมนเจอร์).....	2 ช้อนโต๊ะ
ถั่วหมัก.....	1 ช้อนชา
แป้งมันฝรั่ง.....	½ ช้อนโต๊ะ
ผงชูปไก่ (คอนซอเม่).....	1 ช้อนชา
เหล้าสาเก.....	1 ช้อนชา
ซีอิ้ว.....	1 ช้อนชา
ซอสหอยนางรม.....	1 ช้อนชา
มะเขือยาว (หั่นเป็นชิ้นขนาด 5 ซม.)	
จากนั้นซอยตามยาวเป็น 6 ชิ้น.....	4 ลูก (400 กรัม)
พริกหยวก (หั่นเป็นชิ้นใหญ่ๆ).....	2 เม็ด
แครอท (หั่นเป็นชิ้นสี่เหลี่ยม).....	¼ ลูก (50 กรัม)
กระเทียมต้น (ซอย).....	½ ต้น
ขิง (ซอย).....	1 ชิ้นเล็ก
กระเทียม (ซอย).....	1 กลีบ

* รายการอัตโนมัตินี้เหมาะสำหรับ 4-6 หน่วยบริโภค

1. ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหาร
2. คลุกหมูสับและส่วนผสม A เข้าด้วยกัน
3. ใส่ส่วนผสม B ลงในหม้อชั้นในและเกลี่ยหมูสับที่ปรุงรสแล้วไว้ด้านบน
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-13] ⇒ กด START
4. หลังปรุงเสร็จแล้ว ให้คนจนส่วนผสมคลุกเคล้ากันดี

หมูต้ม

อัตโนมัติ

เคี่ยว/ต้ม 3-6

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 20 นาที

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

เนื้อหมู (แต่เป็น 4 - 5 ชิ้น).....800 กรัม

1. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน
2. เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [BOIL 3] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [BOIL 3-6] ⇒ กด START

ซีโครงหมูเคี้ยวกับเต้าหู้

อุปกรณ์สำหรับคนอาหาร

ตั้งเวลาล่วงหน้า

อัตโนมัติ

การเคี่ยว 2-18

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 40 นาที

ส่วนผสม

เนื้อหมู (หั่นเป็นลูกเต๋า).....	800 กรัม
เต้าหู้.....	300 กรัม
น้ำปลา, เกลือ, น้ำตาล.....	ตามความชอบ
น้ำ.....	100 มล.

1. ติดตั้งอุปกรณ์สำหรับคนอาหารไว้ในหม้อทำอาหาร
2. ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน โดยใส่ตามลำดับในรายการ
ส่วนผสม
เลือก AUTO และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-18] ⇒ กด START

สันคอหมูอบซอส

กำหนดเอง

การเคี่ยว 2-2

เวลาปรุงอาหารโดยประมาณ 15 นาที

ใช้การตั้งค่า Manual Simmer 2-2 ปรุงอาหารด้วยความร้อนต่ำ โดยไม่ต้องคน

ส่วนผสม (4 หน่วยบริโภค)

สันคอหมู.....	400 กรัม
ต้นหอมแดงหั่น.....	2 ช้อนโต๊ะ
กระเทียมซอย.....	1 ช้อนโต๊ะ
น้ำส้มสายชู.....	2 ช้อนโต๊ะ
ซอสมะเขือเทศ.....	1 ถ้วย
ซีอิ้ว.....	1 ช้อนโต๊ะ
มัสตาร์ด.....	1 ช้อนชา
พริกไทยขาวป่น.....	2 ช้อนชา
เกลือ.....	1 ¼ ช้อนชา
น้ำตาล.....	1 ช้อนโต๊ะ
เนยเค็ม.....	1 ช้อนโต๊ะ

1. ใช้ส้อมหรือมีดจิ้มเนื้อหมูแล้วใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงไป นวดให้เข้ากัน แล้วปล่อยให้ไว้ 1 ชั่วโมง (น้ำซอสทั้งหมดจะซึมเข้าไปในสันคอหมู ช่วยให้รสชาติดียิ่งขึ้น)
2. จากนั้น ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อชั้นใน
เลือก MANUAL และกด ENTER ⇒
เลือกประเภท [SIMMER 2] และกด ENTER ⇒
เลือกหมายเลขรายการอาหาร [SIMMER 2-2] และกด ENTER ⇒
ตั้งเวลาไว้ 15 นาที ⇒ กด START

Contents

Halal Menus

	Page	Setting	Page	Setting	Page	Setting
Curry / Soup	3	Chicken and Vegetable Curry "Waterless Curry"	1-1	4	Tom Yum Kun (Thai Spicy Soup)	Manual 1-1
	3	Malay Chicken Curry	1-1	4	Borscht - Russian Soup	1-4
	3	Keema Curry	1-3	5	Potato Soup	1-6
	3	Green Curry	1-3	5	Pumpkin Soup	1-6
	4	Black Chicken with Lotus Seed Stew	1-2	5	Sweet Potato Soup	1-6
	4	Vietnamese Chicken Curry	1-2	5	Vietnamese Beef Stew	1-4
	4	Samgyetang (Whole Chicken Soup)	1-8	5	Vegetable Soup	1-5
	5	Clam Chowder	1-7	6	Whole Chinese Cabbage Soup	1-9
Simmer	7	Beef Ribs Pindang	2-6	9	Head Snapper Yellow Spice (Kepala Kakap Bumbu Kuning)	2-11
	7	Snakehead Fish Braised Pepper	2-10	9	Boiled Milkfish (Ikan Pindang Bandeng)	2-11
	7	Soy Sauce Chicken	2-1	9	Chop Suey	2-13
	7	Pigeon with Green Bean Stew	2-22	9	Stir-fried Chicken with Cashew Nuts	2-13
	7	Layered Braised Chinese Cabbage and Sliced Meat	2-4	10	Chicken and Broccoli with Oyster Sauce	2-13
	8	Chicken in Tandoori Sauce	2-8	10	Stir-fried Broccoli and Carrots	2-13
	8	Bolognese	2-9	10	Marinated Paprika and Zucchini	2-15
	8	Acqua Pazza	2-10	10	Vegetarian Pot	2-14
	8	Beef Rendang	2-6	10	Ratatouille	2-18
	8	Beef Rendang	2-6	11	Black Beans/Green Beans	2-21
Boil	12	Spinach	3-1	11	Rice Porridge	2-22
	12	Broccoli	3-2	11	Chinese Cabbages, Potato and Clam	Manual 2-1
	12	Corn Beans	3-2	11	Tomato Risotto	Manual 2-1
	12	Asparagus	3-3	11	Soy Sauce Prawns	Manual 2-1
	12	Potato / Pumpkin	3-4	12	Pumpkin (whole)	Manual 3
	12	Whole Potato	3-5	12	Meat Stuffed Pumpkin	Manual 3
	12	Chicken (breast)	3-6	12	Instant Ramen	5-7
	12	Prawns (black tiger, etc.)	3-7	12	Spaghetti	Manual 5
Steam	13	Dim Sum (to heat up)	4-1	13	Chinese Bun (to heat up)	4-2
	13	Steam Chinese Egg Custard	4-4	13	Sausages	4-3
	13	Steam Chinese Egg Custard	4-4	13	Steam Dish	4-5
Noodle	14	Pasta Soup	5-1	14	Udon Noodle (Curry)	5-4
	14	Pasta (Ketchup-flavored)	5-2	14	Somen Noodle	5-5
	14	Udon Noodle	5-3	14	Ramen	5-6
Ferment	16	Salted Rice Malt	6-1	16	Cream Cheese	6-4
	16	Amazake (Sweet Fermented Rice Drink)	6-2	16	Homemade Miso	6-5
	16	Yogurt	6-3	16	Japanese Soup	6-6
Dessert	17	Douhua (Tofu Pudding)	6-7	17	Homemade Tofu	6-8
	17	Homemade Tofu	6-8	17	Fermenting Bread Dough	Manual 6
	18	Vegetable Juice Cake	7-1	18	White Bread (Ferment) (Baking)	Manual 6 7-7
	18	Sponge Cake	7-2	18	Bread Pudding	7-8
	18	Brownies	7-2	18	Apple Cake	Manual 7
	18	Apple Compote	7-3	18	Jam (Kiwifruit)	7-4
18	Jam (Strawberry)	7-4	18	Jam (Orange)	7-4	
19	Jam (Strawberry)	7-4	19	Custard Cream	7-5	
19	Jam (Strawberry)	7-4	19	White Sauce	7-5	
19	Jam (Strawberry)	7-4	19	Tsubuan (Chunky Adzuki Bean Paste)	7-6	
19	Jam (Strawberry)	7-4	19	Tsubuan (Chunky Adzuki Bean Paste)	7-6	

Non Halal

Japanese Menu	21	Beef and Potatoes	2-1	22	Beef Braised in Soy Sauce	2-6	23	Simmered Beef	2-17
	21	Braised Chicken and Daikon (White Radish)	2-1	22	Mackerel in Miso Sauce	2-10	24	Braised Pacific Saury	2-20
	21	Chikuzen-ni	2-2	23	Yellowtail with Daikon (White Radish)	2-11	24	Foil-Steamed Seafood	Manual 4
	21	Braised Pumpkin	2-3	23	Oden	2-12	24	Steamed Savory Custard	4-4
	22	Braised Octopus and Taro	2-5	23	Simmered Hijiki	2-16	24	Meat Miso	2-19
	22	Braised Beef Tendon	2-6						
Non Halal	25	Pork Rolls Stewed Papaya	1-9	26	Fried Egg Plant with Chinese Chili Sauce	2-13	26	Boiled Pork	3-6
	25	Braised Pork Cubes	2-7				26	Pork Shoulder with Tomato Sauce	Manual 2-2
	25	Pork Bones with Lotus Root Soup	1-9	26	Pork Ribs Braised Tofu	2-18			
	25	Stir-Fried Pork with Soybean Paste	2-13						

Explanation of Menu/Recipes

Use the equipment correctly by reading the "Operation Manual" concerning the basic usage and precautions.

Approximate cooking time (automatic cooking) / time setting (manual cooking)

- Automatic cooking: A standard heating time from the start of heating until the completion of cooking for the serving size mentioned in the ingredient list.
- ※ Actual cooking time may vary depending on the ingredient amount and temperature.
- Manual cooking: A standard time to set for cooking
- ※ Automatic heating function works: until water/soup comes to boil for the menus under "1 Curry/Soup" to "5 Noodle"; or until the appropriate temperature for each menu is reached for "6 Ferment" and "7 Dessert". Set the cooking time after the completion of the automatic heating.

Ingredients

- Amount
Follow the amount of ingredients mentioned in the recipe.
- ※ Maximum cooking capacity
 - When cooking a menu that is not listed in this Menu Book, the amount water and seasonings should not exceed the "水位MAX" line, indicated on the inner pot.
When cooking a menu listed in this Menu Book, the amount of water and seasonings should be at least 4cm below the top rim of the inner pot
 - The amount of ingredients should be the one that does not touch the Stirring Unit.
- Measurement 1 tablespoon = 15mL; 1 teaspoon (tsp) = 5mL ※1mL = 1cc Up to this level
- If stock powder (Consommé) is included in the ingredient list, use your preferred type such as chicken, beef and fish.

Serving size/Ingredient amount range

- Automatic cooking
The automatic cooking is available for the serving size/ingredient amount stated with * mark.
 - Manual cooking
Unless otherwise stated, the serving size/ingredient amount stated with * mark can be cooked under the same time setting.
- Prepare the ingredients according to the serving size unless otherwise stated.
If the recipe is for 4 servings, prepare half of the original ingredient amount when cooking 2 servings, while prepare 1.5 times the original amount when cooking 6 servings.

Curry/Soup

Automatically stirs at a right timing and adjusts the heat.
 ※ Some menus do not use the Stirring Unit (or stirring is not required). Refer to each menu.

Chicken and Vegetable Curry "Waterless Curry"

Stirring Unit Pre-set

Automatic

Curry/Soup 1-1

Approx. Cooking Time 1 hr. 5 mins

Ingredients (4 servings)

Tomatoes (cubed)	3 (450g)
Onions (minced)	2 (400g)
Celery (minced)	1 (100g)
Chicken wings	8 (60g per one piece)
Garlic and ginger (grated).....	As desired
Curry roux.....	For 4-5 servings

* This auto menu is suitable for 2-6 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Add all the ingredients in the inner pot, in the order of the ingredients list.
 Select AUTO and press ENTER ⇒
 Select category [CURRY/SOUP 1] and press ENTER ⇒
 Select menu number [CURRY/SOUP 1-1] ⇒ Press START.

Keema Curry

Stirring Unit Pre-set

Automatic

Curry/Soup 1-3

Approx. Cooking Time 20 mins

Ingredients (4 servings)

Large tomato (diced into 1.5 – 2cm cubes).....	1 (200g)
Onion (minced)	1 (200g)
Eggplant (diced into 1.5 – 2cm cubes)	1 (100g)
Paprika (diced into 1.5 – 2cm cubes).....	1
Minced meat (lightly crumbled)	300g
Curry sauce mix.....	For 2 servings

* This auto menu is suitable for 4-6 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Add all the ingredients into the inner pot in the order of the ingredients list and flatten the surface.
 Select AUTO and press ENTER ⇒
 Select category [CURRY/SOUP 1] and press ENTER ⇒
 Select menu number [CURRY/SOUP 1-3] ⇒ Press START.
3. Stir before serving.

Malay Chicken Curry (Food Picture 14)

Stirring Unit Pre-set

Automatic

Curry/Soup 1-1

Approx. Cooking Time 1 hr. 5mins

Ingredients

Onion (cubed)	1
Potato (cubed).....	1
Chicken thigh (chopped)	800g
Curry premix (paste).....	200g
Salt	1 teaspoon
Sugar	1 teaspoon
Coconut milk.....	200g
Pandan leaf.....	1 piece

1. Attach the Stirring Unit.
2. Add all the ingredients in the inner pot, in the order of the ingredients list.
 Select AUTO and press ENTER ⇒
 Select category [CURRY/SOUP 1] and press ENTER ⇒
 Select menu number [CURRY/SOUP 1-1] ⇒ Press START.

Green Curry (Food Picture 1)

Stirring Unit Pre-set

Automatic

Curry/Soup 1-3

Approx. Cooking Time 20 mins

Ingredients (4 servings)

Chicken thigh.....	200g
Eggplant.....	2 (200g)
Boiled bamboo shoot.....	100g
Paprika (red)	1
Green curry paste.....	50g*
Coconut milk.....	400mL
Nam Pla (fish sauce).....	1½ tablespoons
Sugar	1½ tablespoons

※ Refer to the package and adjust the green curry paste to the amount for 400mL of water.

* This auto menu is suitable for 4-6 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Cut the chicken into bite size pieces. Cut the eggplant half lengthwise and into 6 sections crosswise. Slice the bamboo shoot and cut the paprika into 1.5cm slices.
3. Add all the ingredients into the inner pot.
 Select AUTO and press ENTER ⇒
 Select category [CURRY/SOUP 1] and press ENTER ⇒
 Select menu number [CURRY/SOUP 1-3] ⇒ Press START.

Black Chicken with Lotus Seed Stew

Stirring Unit Pre-set

Automatic

Curry/Soup 1-2

Approx. Cooking Time 45 mins

Ingredients

Black chicken	800g (3-4 whole chickens)
Lotus seed	300g
Salt	To taste
Water	500mL

1. Attach the Stirring Unit.
2. Add all the ingredients in the inner pot, in the order of the ingredients list.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [CURRY/SOUP 1] and press ENTER ⇒
Select menu number [CURRY/SOUP 1-2] ⇒ Press START.

Vietnamese Chicken Curry

Stirring Unit Pre-set

Automatic

Curry/Soup 1-2

Approx. Cooking Time 45 mins

Ingredients

Onion (cubed)	200g
Carrot (cubed)	300g
Sweet potatoes (cubed)	500g
Chicken (cut into bite size)	1,000g
Lemongrass	5 stalks
Curry powder	5g
Fish sauce, salt, sugar	To taste
Water	200mL
Coconut milk	200mL

1. Attach the Stirring Unit.
2. Add all the ingredients in the inner pot, in the order of the ingredients list.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [CURRY/SOUP 1] and press ENTER ⇒
Select menu number [CURRY/SOUP 1-2] ⇒ Press START.

Samgyetang (Whole Chicken Soup)

Pre-set

Automatic

Curry/Soup 1-8

Approx. Cooking Time 1hr. 50 mins

Ingredients

Whole Chicken	1.4 kg (Remove any giblets)	
Glutinous rice	75g	
Garlic	2 cloves	
A	Ginger	1 clove
	Jujube	4 pieces
	Wolfberry	To taste
White Leek	Approx. 15cm (cut into slices)	
Pine Nut	15g	
Water	To cover the chicken	
Salt and Pepper	To taste	

1. Put glutinous rice, garlic and half of (A) inside the chicken and close with skewers (or something similar). Tie the chicken legs together with kitchen twine.
2. Add all the ingredients in the inner pot.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [CURRY/SOUP 1] and press ENTER ⇒
Select menu number [CURRY/SOUP 1-8] ⇒ Press START.
3. Add salt and pepper to taste.

Tom Yum Kun (Thai Spicy Soup)

Stirring Unit

Manual

Curry/Soup 1-1

Approx. Time Setting 3 mins

For Manual Curry/Soup 1-1, stir well to cook evenly.

Ingredients (4 servings)

A	King oyster mushroom (sliced in half lengthwise)	100g
	Tom Yum paste	3 tablespoons
	Water	600mL

Prawn (peeled and deveined) 12

✳ Refer to the package and adjust Tom Yum paste to your taste.

* 4-8 servings can be cooked under the same time setting.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Add (A) into the inner pot.
Select MANUAL and press ENTER ⇒
Select category [CURRY/SOUP 1] and press ENTER ⇒
Select menu number [CURRY/SOUP 1-1] and press ENTER ⇒
Set 3 mins ⇒ Press START.
3. After heating is completed, add prawn and heat for another 1-2 minutes until the prawn is cooked. Be careful not to burn yourself.
✳ Do not press the CANCEL button when opening the lid. (When "EXTEND" indication goes off, set 1-2 minutes under Manual Curry/Soup 1-1 (Stir) to cook further.)

Borscht - Russian Soup

Stirring Unit Pre-set

Automatic

Curry/Soup 1-4

Approx. Cooking Time 1hrs. 25 mins

Ingredients (4 serving)

Beef, diced	300g	
A	Potato	1 (150g)
	Carrot	1 (200g)
	Cabbage	100g
	Onion	1 (200g)
Garlic	1 clove	
Beets (canned, including water)	1 can (400g)	
Peeled tomato (canned)	½ can (200g)	
Butter	20g	
Bay leaf	1 leaf	
Stock powder (Consommé)	2 tablespoons	
Salt and pepper	To taste	

* This auto menu is suitable for 2-6 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Cut the ingredients (A) into bite-sized pieces. Crush the garlic and chop the tomatoes coarsely.
3. Add all the ingredients into the inner pot.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [CURRY/SOUP 1] and press ENTER ⇒
Select menu number [CURRY/SOUP 1-4] ⇒ Press START.

Potato Soup

Stirring Unit Pre-set

Automatic

Curry/Soup 1-6

Approx. Cooking Time 40 mins

Ingredients (4 servings)

A	Potato (diced into 2-3cm cubes).....	2 (300g)
	Onion (sliced as shown below).....	½ (100g)
	Stock powder (Consommé).....	2 teaspoons
	Water.....	200mL
Milk.....	200mL	
Salt.....	To taste	

* This auto menu is suitable for 4-8 servings.

✳ Onion can be cooked faster by slicing horizontally.



1. Attach the Stirring Unit.
2. Add the ingredients (A) into the inner pot.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [CURRY/SOUP 1] and press ENTER ⇒
Select menu number [CURRY/SOUP 1-6] ⇒ Press START.
3. When the alarm sounds ("ADD" will be displayed when remaining cooking time reaches 6 minutes), open the lid and add milk into the inner pot. Be careful not to burn yourself.
✳ When the Pre-Set mode is set, "ADD" is displayed at the pre-set time.
✳ Do not press the CANCEL button when opening the lid.
4. Add salt to taste before serving.
✳ This soup is not completely smooth.

Follow the recipe for Potato Soup while using another ingredient instead of potatoes.

* This auto menu is suitable for 4-8 servings.

Pumpkin Soup

Ingredients (4 servings)

Remove the skin of 400g pumpkin and dice into 2-3cm cubes.

Sweet Potato Soup

Ingredients (4 servings)

Remove the skin of 1 sweet potato (250g) and dice into 2-3cm cubes.

Adjust water amount to 300mL.

Vietnamese Beef Stew

Stirring Unit Pre-set

Automatic

Curry/Soup 1-4

Approx. Cooking Time 1hrs. 25 mins

Ingredients (4 servings)

Onion (cubed).....	200g
Carrot (cubed).....	200g
Potatoes (cubed).....	300g
Cubed beef.....	1,000g
Lemongrass.....	5 stalks
Beef stew powder.....	150 g
Fish sauce, salt, sugar.....	To taste
Coconut milk.....	500mL

1. Attach the Stirring Unit.
2. Add all the ingredients in the inner pot, in the order of the ingredients list.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [CURRY/SOUP 1] and press ENTER ⇒
Select menu number [CURRY/SOUP 1-4] ⇒ Press START.

Vegetable Soup

Stirring Unit Pre-set

Automatic

Curry/Soup 1-5

Approx. Cooking Time 25 mins

Ingredients (4 servings)

Tomato (roughly chopped).....	1 large (200g)
Celery (1cm, cubes).....	½ (30g)
Onion (1cm, cubes).....	½ (100g)
Potato (1cm, cubes).....	½ (75g)
Carrot (1cm cubes).....	½ (100g)
Meat of your choice (cut into bite size).....	Favorable amount
Stock powder (Consommé).....	2 teaspoons
Salt and Pepper.....	To taste
Bay leaf.....	1
Water.....	400mL

* This auto menu is suitable for 4-8 servings.

1. Attach the stirring unit.
2. Add all the ingredients in the inner pot, in the order of the ingredients list.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [CURRY/SOUP 1] and press ENTER ⇒
Select menu number [CURRY/SOUP 1-5] ⇒ Press START.

Clam Chowder

Stirring Unit

Automatic

Curry/Soup 1-7

Approx. Cooking Time 20 mins

Ingredients (4 servings)

Canned clams in juice (without shell).....	1 can (60g)
Meat of your choice (cut into bite size).....	Desired amount
Onion (diced into 1cm cubes).....	½ (100g)
Potato (diced into 1cm cubes).....	½ (75g)
Carrot (diced into 1cm cubes).....	½ (100g)
Plain flour.....	3 tablespoons
Butter.....	20g
Stock powder (Consommé).....	2 teaspoons
Canned clam juice (diluted).....	200mL
Milk.....	400mL
Salt and pepper.....	To taste

* This auto menu is suitable for 4-8 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Put the ingredients (A) into a large plastic bag, add plain flour and shake the plastic bag until the ingredients are covered with flour.
3. Add these ingredients and other ingredients into the inner pot.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [CURRY/SOUP 1] and press ENTER ⇒
Select menu number [CURRY/SOUP 1-7] ⇒ Press START.

Whole Chinese Cabbage Soup

Pre-set

Automatic

Curry/Soup 1-9

Approx. Cooking Time 1 hr.

Ingredients (for 1 cabbage)

Cabbage.....	1 (1.2kg)
Meat of your choice (cut into bite size).....	Desired amount
Peeled tomato (canned, coarsely chopped).....	1 can (400g)
Stock powder (Consommé).....	2 tablespoons
Water.....	200mL
Salt and pepper.....	To taste

✳ When using the Pre-set mode, add water up to the “水位 MAX” line.

1. Add the Stock powder (Consommé) into the inner pot and add the cabbage cut into 6 wedges.
2. Add all the ingredients other than salt and pepper.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [CURRY/SOUP 1] and press ENTER ⇒
Select menu number [CURRY/SOUP 1-9] ⇒ Press START.
3. Add salt and pepper to taste before serving.

Chicken and Shiitake Mushroom Soup

Pre-set

Automatic

Curry/Soup 1-9

Approx. Cooking Time 1 hr.

Ingredients (4 servings)

Chicken (cut into the desired size).....	Half a chicken (600g)	
A	Ginger (thinly sliced).....	As desired
	Green part of spring onions.....	As desired
	Water.....	800mL
Dried Shiitake mushrooms (reconstituted and quartered).....	6	
B	Ginger (thinly sliced).....	2 chunks
	Water (or Rice wine).....	1 tablespoon
	Salt.....	1 teaspoon
	Sugar.....	½ teaspoon
	Water <a>.....	Approx. 1000mL

* This auto menu is suitable for 2-6 servings.

1. Add the chicken and (A) to the inner pot.
2. In order to drain fat out of meat, set Manual Curry/Soup 1-2 (without stirring) to approx. 5mins.
3. Lightly rinse the inner pot 2., and add the chicken, shiitake mushrooms and (B).
4. Add the water <a> to 3., make sure not to exceed the “水位 MAX” line.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [CURRY/SOUP 1] and press ENTER ⇒
Select menu number [CURRY/SOUP 1-9] ⇒ Press START.

Sweet Snow Fungus Soup

Manual Curry/Soup 1-2 cooks over high heat until the food comes to boil and then reduces the heat to finish.

Manual

Curry/Soup 1-2

Approx. Time Setting 80 mins

Ingredients (4 servings)

Dried snow fungus (reconstituted).....	10g
Jujube.....	30g
Wolfberries.....	As desired
Rock sugar.....	80g
Water.....	Approx. 1300mL

* 2-6 servings can be cooked under the same time setting.

1. Add all the ingredients in the inner pot except water, in the order of the ingredients list.
2. Add water to 1., make sure not to exceed “水位 MAX” line.
Select MANUAL and press ENTER ⇒
Select category [CURRY/SOUP 1] and press ENTER ⇒
Select menu number [CURRY/SOUP 1-2] and press ENTER ⇒
Set 80 mins. ⇒ Press START.

Eggs and Chicken Upper Wings in Brown Sauce

Pre-set

Automatic

Curry/Soup 1-9

Approx. Cooking Time 1hr.

Ingredients (4 servings)

Hard-boiled eggs.....	6 eggs
Chicken upper wings.....	750g
Tofu.....	100g
Dried mushrooms.....	40g
Garlic.....	7 cloves
White peppercorns.....	1 teaspoon
Coriander roots.....	3 roots
Cinnamon.....	30g
Star anise.....	10g
Coriander seed.....	20g
Palm sugar.....	100g
Light soy sauce.....	3 tablespoons
Dark soy sauce.....	3 tablespoons
Soy sauce.....	½ cup + 1 tablespoon
Chinese five-spice blend.....	2 tablespoons
Water.....	1,000mL
Coriander.....	To sprinkle

1. Wrap coriander seed powder in white cloth.
2. Add Chicken upper wings, Garlic, White peppercorns, Coriander roots, Palm sugar, Light soy sauce, Dark soy sauce, soy sauce and Chinese five-spice blend, knead gently and leave it around 1 hour (all ingredients will seep into chicken, and the taste will be more delicious.)
3. Add all ingredients in the inner pot except coriander.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [CURRY/SOUP 1] and press ENTER ⇒
Select menu number [CURRY/SOUP 1-9] ⇒ Press START.
4. Serve into the bowl, sprinkle with coriander and be ready to serve.

Bouillabaisse (Food Picture ②)

Automatic

Curry/Soup 1-10

Approx. Cooking Time 1 hr.

Ingredients (4 servings)

A	Onions (thinly sliced).....	2 (400g)
	Celery (minced).....	1 (100g)
	Garlic (minced).....	1 clove
	Tomatoes (coarsely chopped).....	2 (300g)
Squid.....	1 (250g)	
Mussels (washed).....	4	
Mushrooms.....	8	
Paprika (red and yellow / each quartered).....	¼ for each	
White fish (halved).....	2 fillets	
Whole prawns.....	4	
Salt.....	1 teaspoon	
Pepper.....	To taste	
Stock powder (Consommé).....	2 teaspoon	
Saffron.....	5 - 10 stand	
Butter.....	10g	
Bay leaf.....	1	
Water.....	100mL	

* This auto menu is suitable for 2-6 servings.

1. Cut the squid and rinse in water. Slice the body into rounds. Devein the whole prawns.
2. Add (A) and remaining ingredients in the inner spot.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [CURRY/SOUP 1] and press ENTER ⇒
Select menu number [CURRY/SOUP 1-10] ⇒ Press START.

Simmer

Automatically stirs at a right timing and adjusting the heat.
 * Some menus do not use the Stirring Unit (or stirring is not required). Refer to each menu.

Beef Ribs Pindang

Stirring Unit Pre-set

Automatic

Simmer 2-6

Approx. Cooking Time 1 hrs 30 mins

Ingredients

Beef ribs	500g
Water	500mL
A Bay leaves	Sufficiently
Ginger (sliced)	Sufficiently
Seasoning flavor beef	Sufficiently
Ground spices	
Cayenne pepper	10 pieces
Shallots	10 shallots
Garlic	8 pieces
Water	300mL
B Tamarind java	Sufficiently
Segment ginger	3cm
Galangal	3cm
Bay leaves	2
Stalk lemongrass	2 pieces
Salt and Sugar	To taste
Soy sauce	3 tablespoons
Seasoning flavor beef	Sufficiently
Leeks celery	Sufficiently
C Carrot (cut according to taste)	1
Honey pineapple (cut according to taste)	1
Tomato diced (cut according to taste)	1
Basil leaves	To sprinkle

1. Attach the Stirring Unit.
2. Wash the ribs and then put it in the inner pot.
3. Add (A) to (2.) In order to drain fat out of meat, set Manual Curry/Soup 1-2 (without stirring) to approx. 20 minutes to degrease.
4. After finished, dispose the rest of cooking water.
5. Lightly rinse the inner pot (4.), add the degreased meat and (B). Select AUTO and press ENTER ⇒ Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒ Select menu number [SIMMER 2-6] ⇒ Press START.
6. After 60 minutes, add (C), check the taste. Then cook again by pressing the start button.
7. For topping, give a sprinkling of basil leaves.

Snakehead Fish Braised Pepper

Automatic

Simmer 2-10

Approx. Cooking Time 25 mins

Ingredients (4 servings)

Snakehead fish (2-3cm thick rounds)	800g
Pepper	10g
Salt and Sugar	To taste
Fish sauce	30mL
Cooking oil	70mL

1. Add all the ingredients in the inner pot, in the order of the ingredients list.
 Select AUTO and press ENTER ⇒
 Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
 Select menu number [SIMMER 2-10] ⇒ Press START.

Soy Sauce Chicken (Food Picture ③)

Stirring Unit

Automatic

Simmer 2-1

Approx. Cooking Time 35 mins

Ingredients (4 servings)

Big Onion (cubed)	1
Potatoes (cubed)	2
Chicken thighs (cut into bite size)	2 (500g)
Abalone sauce or oyster sauce	1 tablespoon
Thick teriyaki marinade sauce	1 tablespoon
Soy sauce	2 tablespoons
Dark black sauce	1 tablespoon
Sugar	1 teaspoon
Salt	½ teaspoon

1. Attach the Stirring Unit.
2. Add all the ingredients in the inner pot, in the order of the ingredients list.
 Select AUTO and press ENTER ⇒
 Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
 Select menu number [SIMMER 2-1] ⇒ Press START.

Pigeon with Green Bean Stew

Automatic

Simmer 2-22

Approx. Cooking Time 1 hrs 20 mins

Ingredients (4 servings)

White rice	150g
Pigeon	800g
Green bean	100g
Salt and fish sauce	To taste

1. Add all the ingredients in the inner pot, in the order of the ingredients list.
 Select AUTO and press ENTER ⇒
 Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
 Select menu number [SIMMER 2-22] ⇒ Press START.

Layered Braised Chinese Cabbage and Sliced Meat

Automatic

Simmer 2-4

Approx. Cooking Time 30 mins

Ingredients (4 servings)

Chinese cabbage	500g
Thin slices of meat of your choice	300g
Salt and pepper	To taste
Stock powder (Consommé)	1 teaspoon

* This auto menu is suitable for 4-6 servings.

1. Separate the Chinese cabbage leaves one by one.
2. Spread the slices of meat over a Chinese cabbage leaf and season with salt and pepper. Repeat the process to make layers.
3. Cut (2.) into 5cm wide slices, place them in the inner pot and sprinkle with Stock powder (Consommé).
 Select AUTO and press ENTER ⇒
 Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
 Select menu number [SIMMER 2-4] ⇒ Press START.

Chicken in Tandoori Sauce

Automatic

Simmer 2-8

Approx. Cooking Time 1 hr 10 mins

Ingredients (4 servings)

Drumstick with bone	4 (250-300g per piece)
Salt	1 teaspoon
A Plain yoghurt	.75g
Tomato ketchup and curry powder	2 teaspoons each
Salt, lemon juice and honey	1 teaspoon each
Garlic (grated) and ginger (grated)	1 teaspoon each

* This auto menu is suitable for 2-4 servings.

For 2-3 servings, maintain the same amount of the ingredients A in the ingredients list.

1. Poke holes through the chicken skin with a fork. Rub the salt all over the drumstick.
2. Put the ingredients A into a plastic bag and mix. Add the drumstick and rub well. Tie the plastic bag and marinate in fridge for 2-3 hours.
(The taste will be better if you marinate overnight.)
3. Place the drumstick into the inner pot closely together with the skin side up. Add all the marinade as well.
* The drumstick may burn if the skin touches the bottom of the pan.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-8] ⇒ Press START.

Acqua Pazza

Automatic

Simmer 2-10

Approx. Cooking Time 25 mins

Ingredients

Sea Bream fish	400-500g
	(Remove any giblets and scale)
Salt and pepper	To taste
Asari clam	200g
Mini tomatoes	200g
Garlic (cut into small pieces)	1 clove
Water	100mL
Olive oil	2 tablespoons
Black olives	5 to 10 pieces
Baking (oven) sheet	Cut to size of the fish

1. Sprinkle salt and pepper on top and bottom of the fish.
2. Set the baking sheet on the bottom of the inner pot and put in the fish. Slightly cut at the middle of the fish.
3. Add all the ingredients in the inner pot, in the order of the ingredients list.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-10] ⇒ Press START.

Bolognese

Stirring Unit

Pre-set

Automatic

Simmer 2-9

Approx. Cooking Time 30 mins

Ingredients (approx. 770g cooked amount)

Onion (minced)	½ (100g)
Carrot (minced)	½ (100g)
Garlic (minced)	1 clove
Minced meat	250g
Can of tomatoes (roughly chopped)	1 can (400g)
Flour	1½ tablespoons
Ketchup	3 tablespoons
Stock powder (Consommé)	2 teaspoons
Salt and Pepper	To taste
Bay leaf	1

* 2 times of the above recipes can be cook in this auto menu.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Add all the ingredients in the inner pot, in the order of the ingredients list.
Stir in order to mix all ingredients before cooking.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-9] ⇒ Press START.
3. Stir before serving.

Beef Rendang

Stirring Unit

Pre-set

Automatic

Simmer 2-6

Approx. Cooking Time 1 hr 30 mins

Ingredients

	Grounded Spices	
A	Large cloves Garlic (roughly chopped)	4
	Large shallots (roughly chopped)	4 (200g)
	Chili pepper flakes (to taste)	3 tablespoons
		(To taste)
	Ground coriander seed	1 teaspoon
	Ground turmeric	¼ teaspoon
	Fresh ginger (roughly chopped)	2.5cm
	Vegetable oil	2 tablespoons
	Lemongrass (white part only, smashed)	2 stalks
	Lime leaves	4 leaves
	Galangal (sliced into coins)	2.5cm
	Beef shanks or short ribs (cut into large cubes)	900g
	Coconut milk	200mL
	Palm sugar	
	(can be substituted by brown sugar)	1 tablespoon

1. Attach the Stirring Unit.
2. Add all the ingredients in the inner pot with grounded spices.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-6] ⇒ Press START.

Head Snapper Yellow Spice (Kepala Kakap Bumbu Kuning)

Pre-set

Automatic

Simmer 2-11

Approx. Cooking Time 40 mins

Ingredients (4 servings)

Head snapper.....	4
Lemons	1
A	
Lime leaves.....	2
Bay leaves.....	2
Segment galangal (mashed).....	1
Lemongrass (mashed).....	1
Cayenne pepper	8
Sugar	Sufficiently
Salt.....	Sufficiently
Stock powder (Consommé).....	Sufficiently
Water.....	200mL

(Ground spices)

A	
Spring onions.....	4
Cloves garlic.....	3
Large red chili.....	1
Turmeric	1cm
Ginger.....	1cm

Basil leaves.....Sufficiently

1. Rinse the fish, drench the fish with lemon juice, let stand 15 minutes. Rinse fish and fish ready to be cooked.
2. Put the fish in the inner pot, and other ingredients (A) and ground spices except basil leaves.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-11] ⇒ Press START.
3. Once cooked checks taste, serve with a sprinkling of basil leaves.

Boiled Milkfish (Ikan Pindang Bandeng)

Pre-set

Automatic

Simmer 2-11

Approx. Cooking Time 40 mins

Ingredients

Medium size milkfish (cut according to taste)	1
Lemon	1

(Ground spices)

A	
Garlic	5 pieces
Shallots.....	5
Candlenut	4 pieces
Ginger.....	1 segment
Turmeric	1 segment
Red chillies curly.....	5
Red chili.....	8 pieces

Water.....	200mL
Medium tomato (diced).....	1
Soy sauce.....	Sufficiently
Sugar	Sufficiently
Salt.....	Sufficiently
Flavoring.....	Sufficiently

Leeks celery.....To sprinkle
Fried onions.....To sprinkle

1. Rinse the fish, then drench the fish with lemon. Set aside
2. After marinated, fish is ready to be cooked, put the milkfish, and (A) in the inner pot.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-11] ⇒ Press START.
3. Before serving, add a sprinkle of fried onions and leeks celery.

Chop Suey

Stirring Unit

Automatic

Simmer 2-13

Approx. Cooking Time 20 mins

Ingredients (4 servings)

Meat and seafood	250g
Potato starch.....	2 tablespoons
Vegetables such as peppers, paprika, carrots.....	300g
Chinese cabbage.....	300g
A	
Light soy sauce.....	2 teaspoons
Water (or Rice wine).....	4 tablespoons
Chicken stock (granules).....	2 teaspoons
Salt and Pepper	To taste

* This auto menu is suitable for 4-6 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Peeled, tail off and devein the prawns. Coat the meat and seafood with potato starch. Slice the carrot into batons. Slice the other ingredients into bite-size portions.
3. Add vegetables, meat and seafood in the inner pot, add the well-blended (A).
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-13] ⇒ Press START.
4. Stir before serving.

Stir-fried Chicken with Cashew Nuts

Stirring Unit

Automatic

Simmer 2-13

Approx. Cooking Time 20 mins

Ingredients (4 servings)

Chicken thighs (cut into bite-size portions)	400g
Potato starch.....	1 tablespoon
A	
Green pepper (2cm cubes).....	4
White part of spring onion (1cm-wide slices).....	1
Pre-boiled bamboo shoot (1cm cubes).....	50g
Salt and Pepper	To taste
Cashew nuts.....	60g
B	
Oyster sauce.....	1 tablespoon
Soy sauce.....	1 teaspoon
Ginger (grated).....	1 chunk
Chicken stock (granules).....	1 teaspoon
Water (or Rice wine).....	4 tablespoons

* This auto menu is suitable for 4-6 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Coat the chicken thighs with potato starch.
3. Add the ingredients (A) and 2 in the inner pot, and pour over a well-blended (B).
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-13] ⇒ Press START.
4. Stir before serving.

Chicken and Broccoli with Oyster Sauce

Stirring Unit

Automatic

Simmer 2-13

Approx. Cooking Time 20 mins

Ingredients (4 servings)

Shimeji mushroom (divided into small portions) 1 pack
Paprika (red and yellow; cut into 1cm strips) 1 each
Chicken thigh (cut into 2-3cm cubes) 300g
Broccoli (cut into small portions) 1 (250g)
Garlic (sliced) 2 cloves
Oyster sauce 2 tablespoons

* This auto menu is suitable for 4-6 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Add all the ingredients into the inner pot in the order of the ingredients list.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-13] ⇒ Press START.
3. Stir before serving.

Stir-fried Broccoli and Carrots (Food Picture 15)

Stirring Unit

Automatic

Simmer 2-13

Approx. Cooking Time 20 mins

Ingredients (4 servings)

Broccoli (divided into small pieces) 2 head
Carrot (3mm-thin slices) ½ (100g)
Garlic (thinly sliced) 2 clove
Vegetable oil 1 tablespoon
Salt To taste

* This auto menu is suitable for 4-6 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Rinse the broccoli and add in the inner pot without draining (refer to Point of Rinsing Vegetables on page en-12).
3. Add the remaining ingredients in the inner pot.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-13] ⇒ Press START.

Marinated Paprika and Zucchini

Stirring Unit

Automatic

Simmer 2-15

Approx. Cooking Time 15 mins

Ingredients (Yield: Approx. 400g)

Paprika (red and yellow, diced) 1 each
Zucchini (coarsely chopped) 1 (100g)
Vinegar, sugar and soy sauce 1 tablespoon each
Sesame oil 1 tsp

* This auto menu is suitable for up to the double amount of the above.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Add all the ingredients into the inner pot.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-15] ⇒ Press START.
3. Stir before serving.

Vegetarian Pot

Stirring Unit

Automatic

Simmer 2-14

Approx. Cooking Time 20 mins

Ingredients

Glass noodle 40g (dry weight)
Seaweed 25g
Black fungus 5g (dry weight)
Dried Chinese mushroom 15g (dry weight)
Lily buds 30g
Snow peas 45g
Bean curd sheet 30g (dry weight)
Ginkgo nuts (canned) 40g
Enoki mushroom 25g
Tofu puff 80g
Chinese cabbage 200g
Fermented bean curd (nam yee) 1 cube
Sugar 1¾ tablespoons
Soya sauce 1½ tablespoons
Sesame oil ½ teaspoon
Cooking oil 1 tablespoon
Vegetarian oyster sauce 1 tablespoon
Water 3 tablespoons

* Adjust seasoning and water content as you prefer.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Soak all dry ingredients and slice into bite size pieces.
3. Cut remaining vegetables into bite size pieces.
4. Add the remaining ingredients in the inner pot.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-14] ⇒ Press START.

Ratatouille

Stirring Unit

Pre-set

Automatic

Simmer 2-18

Approx. Cooking Time 40 mins

Ingredients (4 servings)

Onion (2cm cubes) 1 (200g)
Celery (thinly sliced) 1 (100g)
Eggplants (2cm-thick half-moons) 2 (200g)
Zucchini (2cm-thick half-moons) 1 (100g)
Paprika (red and yellow) (2cm cubes) 1 each
Green peppers (2cm cubes) 2
Meat of your choice 80g
Can of tomato (roughly chopped) 1 (400g)
Garlic (minced) 1 clove
Stock powder (Consommé) 2 tablespoons
Olive oil 1 tablespoon
Salt To taste
Bay leaf 1

* This auto menu is suitable for 2-6 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Add bay leaf, and all the ingredients in the inner pot in the order of the ingredients list.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-18] ⇒ Press START.

Black Beans/Green Beans

Automatic

Simmer 2-21

Approx. Cooking Time 3 hrs

Ingredients

Black beans or Green Beans.....600g
 Sugar150g
 Water.....1,000mL

1. Add all the ingredients in the inner pot, in the order of the ingredients list.
 Select AUTO and press ENTER ⇒
 Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
 Select menu number [SIMMER 2-21] ⇒ Press START.

Rice Porridge

Automatic

Simmer 2-22

Approx. Cooking Time 1 hr 20 mins

Amount of rice	Amount of water	
	Fully cooked	Half cooked
150g	890mL	1,200mL
225g	1,400mL	1,850mL

1. Rinse and drain the rice.
2. Add (1.) and the required amount of water to the inner pot.
 Select AUTO and press ENTER ⇒
 Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
 Select menu number [SIMMER 2-22] ⇒ Press START.

Chinese Cabbages, Potato and Clam

Stirring Unit

Manual

Simmer 2-1

Approx. Time Setting 8 mins

MANUAL SIMMER 2-1 cooks over high heat until the food comes to boil and then reduces the heat to simmer while stirring.

Ingredients (4 servings)

Cabbage (torn into bite size).....300g
 Potato (cut into 5mm half- or quarter-round slices)..... 2 (300g)
 Clams (de-gritted).....400g
 Dried chili pepper (cut into half; seed removed)..... 2
 Water and olive oil.....2 tablespoons each
 Salt and pepper..... To taste

* 2-6 servings can be cooked. Adjust the time setting to 6 minutes for 2 servings or to 10 minutes for 6 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Add all the ingredients into the inner pot in the order of the ingredients list.
 Select MANUAL and press ENTER ⇒
 Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
 Select menu number [SIMMER 2-1] and press ENTER ⇒
 Set 8 minutes ⇒ Press START.

Tomato Risotto

Stirring Unit

Manual

Simmer 2-1

Approx. Time Setting 5 mins

Ingredients (4 servings)

White rice 1 cup (150g)
 Peeled tomato (canned, coarsely chopped)½ can (200g)
 Onion (minced).....¼ (50g)
 Shimeji mushroom
 (divided into small portions)..... 1 pack (100g)
 Meat of your choice (cut into bite size).....120g
 Stock powder (Consommé)..... 1 tsp
 Butter..... 15g
 Garlic (minced)..... 1 clove
 Salt and pepper To taste
 Water..... 300mL

* 4-6 servings can be cooked. Adjust the time setting to 7 minutes for 6 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Rinse and drain the rice. Put the rice into the inner pot.
3. Add other ingredients and mix.
 Select MANUAL and press ENTER ⇒
 Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
 Select menu number [SIMMER 2-1] and press ENTER ⇒
 Set 5 minutes ⇒ Press START.
4. Sprinkle parmesan cheese before serving.

Soy Sauce Prawns (Food Picture ④)

Stirring Unit

Manual

Simmer 2-1

Approx. Time Setting 1~2 mins

Ingredients (4 servings)

Prawns400g
 A { Garlic (thinly sliced).....2 cloves
 Ginger (thinly sliced).....1 chunk
 Dried red chili pepper 2
 Spring onions (cut into 3cm lengths).....4 spring
 Sugar..... 4 teaspoons
 Water (or Rice wine)..... 1 tablespoon
 Light soy sauce 1 tablespoon
 Vegetable oil..... 2 teaspoons
 Black rice vinegar..... 1 teaspoon

1. Attach the Stirring Unit.
2. Devein the prawns and remove the antennas.
3. Add (A), (2.) and all remaining ingredients.
 Select MANUAL and press ENTER ⇒
 Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
 Select menu number [SIMMER 2-1] and press ENTER ⇒
 Set 1 to 2 min. ⇒ Press START.

Boil

Boil the ingredients using the water contained in them to retain the nutrients.
*Some menus require additional water (such as boiling a small amount of broccoli or asparagus, potato, pumpkin and egg).

Automatic

1. Attach the Stirring Unit. ※ Only for the menu numbers which use the Stirring Unit.
2. Add the ingredients into the inner pot.
Select AUTO and press ENTER ⇒ Select category [BOIL 3] and press ENTER ⇒ Select menu number [See below] ⇒ Press START.
3. Once cooked, remove from the inner pot immediately to prevent overcooking.

Auto Menu No.	Ingredient	Amount	Tips	Approx Cooking Time	
3-1	Spinach	100~300g	<ul style="list-style-type: none"> • Cut a shallow X shape into the thick stem. • For how to rinse vegetables, see "Point of Rinsing Vegetables" below. • When boiling brassica rapa, do not open the lid immediately after the completion of cooking but instead, set aside for about 1 minute. 	5~10 mins	Stirring Unit
3-2	Broccoli	1~2 bunches (Net weight: 250~500g)	<ul style="list-style-type: none"> • You can boil both the whole or cut broccoli. • For how to rinse vegetables, see "Point of Rinsing Vegetables" below. ※ Add a tablespoon of water to boil the whole bunch (250g) 	10~15 mins	Stirring Unit
	Corn beans	350g	<ul style="list-style-type: none"> • Wash and put in the inner pot. 		
3-3	Asparagus	100~400g	<ul style="list-style-type: none"> • Peel the tough skin at the bottom of the stalk. Cut into four pieces. • For how to rinse vegetables, see "Point of Rinsing Vegetables" below. ※ Add a tablespoon of water when boiling 100g asparagus. 	10 mins	Stirring Unit
3-4	Potato/Pumpkin	potato 1~6 sweet potato 1~4 pumpkin 150~900g	<ul style="list-style-type: none"> • Cut potato into 8 pieces. Cut sweet potato into 3cm rounds. Cut pumpkin into 3~4cm cubes. • Add 3 tablespoons of water. 	20~25 mins	Stirring Unit
3-5	Whole potato	potato 1~6 sweet potato 1~4	<ul style="list-style-type: none"> • Wash well and place in the inner pot with the skin on. • Add 100mL water. 	40~45 mins	—
3-6	Chicken (breast)	250~500g	<ul style="list-style-type: none"> • Flatten the chicken breast to 2.5cm thickness. Place the chicken in the inner pot in a single layer. • Add a small piece of ginger (sliced), green part of a leek and 2 tablespoons of water. 	20~30 mins	—
3-7	Prawn (black tiger, etc.)	100~500g	<ul style="list-style-type: none"> • Devein the prawns. • Add 1~2 tablespoons of water. ※ When boiling large-size prawns, select MANUAL /BOIL 3 and set 3~4 minutes. 	10 mins	Stirring Unit
3-8	Squid	1~4 (200~250g each)	<ul style="list-style-type: none"> • Remove the guts and rinse with water. Remove the eyes and beak. 	10~15 mins	—
3-9	Egg	1~10 M-size eggs	<ul style="list-style-type: none"> • Use refrigerated eggs. • Add 100mL water. • Once cooked, be sure to cool completely under running water before peeling. ※ The egg may crack if its inside is not cooled sufficiently. • The doneness of boiled eggs may vary depending on the size of the eggs and how the eggs were kept. Use the Extension function to extend the cooking time. If necessary, 	12~16 mins	—

Point of Rinsing Vegetables (BOIL Auto 3-1 to 3-3)

Fill a bowl with water. Soak vegetables and rinse well. Place the vegetables into the inner pot without draining.

Pumpkin (whole)

Manual

Boil 3

Approx. Time Setting 20-30 mins

Pour 100mL water in the inner pot and place 1 whole pumpkin (1.8kg) with its stem side facing down.

Select MANUAL/ BOIL 3 and set 20-30 minutes.

Meat Stuffed Pumpkin (Food Picture ⑤)

Manual

Boil 3

Approx. Time Setting 60 mins

Ingredients (for 1 pumpkin)

Pumpkin (pre-boiled; see "Pumpkin (Whole)" above)	1 (1.8kg)
Minced meat	300g
Onion (minced)	½ (100g)
Paprika (red and yellow; diced into 5mm)	½ each
Egg	1
Oyster sauce	2 tablespoons
Salt and pepper	To taste
Water	200mL

1. Place the pre-boiled pumpkin with its stem facing up. Cut the pumpkin 4cm below its top and remove seeds and fiber.
2. Add the ingredients (A) into a bowl and mix well. Stuff the pumpkin with the mixed ingredients and cover with aluminum foil.
3. Add water into the inner pot, spread a dampened cloth and place the pumpkin on top of the cloth.
Select MANUAL and press ENTER ⇒
Select category [BOIL 3] and press ENTER ⇒
Set 60 minutes ⇒ Press START.
※ If it is not done yet, use the Extension function to cook further while checking the doneness.

Steam

You can enjoy healthy steam dishes using the Steam Plate.

Dim Sum (to heat up)

Steam Plate

Automatic

Steam 4-1

Approx. Cooking Time 15 mins

Ingredients

Frozen or chilled Dim Sum 12 pieces (160g)

* This auto menu is suitable for 5 – 12 pieces.

1. Pour 200mL water in the inner pot. Place the Steam Plate and put Dim Sum on it.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [STEAM 4] and press ENTER ⇒
Select menu number [STEAM 4-1] ⇒ Press START.

Steam Chinese Egg Custard

Steam Plate

Automatic

Steam 4-4

Approx. Cooking Time 25 mins

Ingredients

Eggs ('A') 3 (170g without shells)

Water 450g

Salt $\frac{3}{4}$ teaspoon

1 big porcelain bowl and foil

1. Whisk all ingredients together and strain into bowl and cover with foil.
2. Pour 200mL water in the inner pot. Place the Steam Plate and put (1.) on it.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [STEAM 4] and press ENTER ⇒
Select menu number [Steam 4-4] ⇒ Press START.

Chinese Bun (to heat up)

Steam Plate

Automatic

Steam 4-2

Approx. Cooking Time 25 mins

Ingredients

Frozen or chilled Chinese bun 4 pieces (70-120g each)

This auto menu is suitable for 1 - 4 pieces.

1. Pour 200mL water in the inner pot. Place the Steam Plate and put Chinese bun on it.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [STEAM 4] and press ENTER ⇒
Select menu number [STEAM 4-2] ⇒ Press START.
※ To heat up large frozen Chinese bun (more than 100g per piece), select MANUAL/STEAM 4 and set approximately 25 minutes.

Sausages

Steam Plate

Automatic

Steam 4-3

Approx. Cooking Time 30 mins

Ingredients (for 3 sausages)

Minced chicken meat 400g

Onion (grated) $\frac{1}{4}$ (50g)

Garlic (grated) 1 clove

Egg white 1 medium size egg

Salt 1 teaspoon

Pepper To taste

Nutmeg To taste

1. Put all the ingredients into a bowl and mix well. Divide into three portions.
2. Place the mixed ingredients on a plastic wrap and roll into a cylindrical shape (approx. 5cm diameter and approx. 12cm length). Twist the both ends of the plastic wrap to form a good shape. Make three of the same ones.
3. Pour 200mL water in the inner pot. Place the Steam Plate and put the sausages on it.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [STEAM 4] and press ENTER ⇒
Select menu number [STEAM 4-3] ⇒ Press START.
4. Once cooked, chill the sausages with the plastic wrap on.

Steam Dish (Food Picture ⑥)

Automatic

Steam 4-5

Approx. Cooking Time 25 mins

Use a steaming basket instead of the Steam Plate.

Ingredients (for 2 tiers of steaming basket)

Meat and seafood of your choice (chicken, shrimp, scallop, fish fillet, etc.)

Vegetables of your choice (white radish, carrot, lotus root, pumpkin, paprika, etc.) 800g-1kg in total

* This auto menu is suitable for 1 or 2 tiers of steaming basket.

1. Devein the shrimps. Cut the vegetables and thick meat into 1cm slices.
2. Place the ingredients in two steaming baskets (basket size: 18cm diameter and 7cm height).
3. Pour 200mL water in the inner pot. Stack up the steaming baskets and place in the inner pot.
※ The lid of steaming baskets are not used.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [STEAM 4] and press ENTER ⇒
Select menu number [STEAM 4-5] ⇒ Press START.

Noodle

Automatically stirs the noodle at a right timing while boiling.

Pasta Soup

Stirring Unit

Automatic

Noodle 5-1

Approx. Cooking Time 25 mins

Ingredients (4 servings)

Spaghetti (1.6mm, cooking time 7 minutes)	240g
Olive oil	2 tablespoons
Water	1.2L
Cabbage (cut into 3-4cm pieces)	200g
Carrot (cut into 3-4cm strips)	80g
Tuna (canned, drained)	2 small cans (160g)
Whole kernel sweet corn (canned)	60g
Stock powder (Consommé)	2 teaspoons
Soy sauce	3 tablespoons
Salt and pepper	To taste

* This auto menu is suitable for 2-4 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Break the spaghetti in half and put in the inner pot. Add olive oil and mix.
3. Add all the ingredients into the inner pot in the order of the ingredient list.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [NOODLE 5] and press ENTER ⇒
Select menu number [NOODLE 5-1] ⇒ Press START.

Udon Noodle

Stirring Unit

Automatic

Noodle 5-3

Approx. Cooking Time 30 mins

Ingredients (4 servings)

Vegetables of your choice (Chinese cabbage, carrot, Shiitake, etc.)	A total of 400g
Chicken (cut into bite size)	200g
Boiled Udon noodle (suitable for simmering; loosened)	4 servings
Udon soup	1.2L

* This auto menu is suitable for 2-4 servings.

* Frozen Udon noodles can also be used to cook 2 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Add all the ingredients into the inner pot in the order of the ingredient list.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [NOODLE 5] and press ENTER ⇒
Select menu number [NOODLE 5-3] ⇒ Press START.

Pasta (Ketchup-flavored)

Stirring Unit

Automatic

Noodle 5-2

Approx. Cooking Time 25 mins

Ingredients (4 servings)

Onion (sliced)	1 (200g)
Pasta (1.6mm, cooking time 7 minutes; broken in half)	240g
Water	600mL
Shimeji mushroom (divided into small portions)	2 packs
Green pepper (shredded)	2
Sausage (cut diagonally into 5mm slices)	6
Tomato ketchup	220g
Salt	To taste

* This auto menu is suitable for 2-4 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Put onion in the inner pot and add pasta on top of it.
3. Add all other ingredients in the order of the ingredient list.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [NOODLE 5] and press ENTER ⇒
Select menu number [NOODLE 5-2] ⇒ Press START.

Udon Noodle (Curry)

Stirring Unit

Automatic

Noodle 5-4

Approx. Cooking Time 30 mins

Ingredients (4 servings)

Onion (sliced)	1 (200g)
Fresh Shiitake mushroom (sliced)	100g
Carrot (cut into thin strips)	100g
A { Starch	2 tablespoons
L Curry powder	6 tablespoons
Sliced meat (cut into bite size)	200g
Deep fried tofu (cut into strips)	2 pieces
Boiled Udon noodle (suitable for simmering; loosened)	4 servings
Udon soup	1000mL
Sesame oil	2 tablespoons
Ginger (shredded)	Desired amount

* This auto menu is suitable for 2-4 servings.

* Frozen Udon noodles can also be used to cook 2 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Coat the meat with the ingredients (A).
3. Add all the ingredients into the inner pot in the order of the ingredient list.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [NOODLE 5] and press ENTER ⇒
Select menu number [NOODLE 5-4] ⇒ Press START.

Somen Noodle (Food Picture ⑦)

Stirring Unit

Automatic

Noodle 5-5

Approx. Cooking Time 25 mins

Ingredients (4 servings)

A	Chicken (cut into bite size).....	200g
	Deep fried tofu (cut into strips).....	2 pieces
	Vegetables of your choice (carrot, Shiitake mushroom, etc.).....	Desired amount
	Dashi.....	2L
Somen noodle.....		200g

* This auto menu is suitable for 2-4 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Add the ingredients (A) into the inner pot.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [NOODLE 5] and press ENTER ⇒
Select menu number [NOODLE 5-5] ⇒ Press START.
3. When the alarm sounds ("ADD" will be displayed when remaining cooking time reaches approximately 3 minutes), open the lid and add Somen noodle into the inner pot. Be careful not to burn yourself. Stir gently until the noodle is covered by the Dashi stock and close the lid. Press START
※ Do not press the CANCEL button when opening the lid.
※ You may serve with Yuzugosho (citrus-flavored chili paste) or Ichimi Togarashi (chili powder).

Ramen

Stirring Unit

Automatic

Noodle 5-6

Approx. Cooking Time 25 mins

Ingredients (4 servings)

Sliced meat (cut into bite size).....		200g
Starch.....		2 tablespoons
A	Cabbage (cut into pieces).....	200g
	Carrot (cut into thin rectangular slices).....	100g
	Onion (cut into wedges).....	100g
	Shiitake mushroom.....	2
	Kamaboko fish cake.....	Desired amount
B	Ginger (shredded).....	5g
	Chicken stock powder (Consommé).....	2 tablespoons
	Soy sauce.....	2 tablespoons
	Water.....	1L
Boiled ramen noodle (gently loosened).....		4 servings

* This auto menu is suitable for 2-4 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Coat the meat with the starch.
3. Put the ingredients in the inner pot, in the order of the ingredients (A), the meat and the ingredients B.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [NOODLE 5] and press ENTER ⇒
Select menu number [NOODLE 5-6] ⇒ Press START.
4. When the alarm sounds ("ADD" will be displayed when remaining cooking time reaches approximately 3 minutes), open the lid and add ramen noodle into the inner pot. Be careful not to burn yourself. Close the lid and press START.
※ Do not press the CANCEL button when opening the lid.

Instant Ramen

Stirring Unit

Automatic

Noodle 5-7

Approx. Cooking Time 15-25 mins

Ingredients

Instant noodle (Ramen).....	1-4 packs (approx. 90g noodle/pack)
-----------------------------	--

(Cooking time on the package: 3 minutes)

Water.....The amount stated on the package
Soup that comes with the instant noodle

1. Attach the Stirring Unit.
2. Add water into the inner pot.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [NOODLE 5] and press ENTER ⇒
Select menu number [NOODLE 5-7] ⇒ Press START.
3. When the alarm sounds ("ADD" will be displayed when remaining cooking time reaches approximately 3 minutes), open the lid and add Instant noodle into the inner pot. Be careful not to burn yourself. Close the lid and press START.
※ Do not press the CANCEL button when opening the lid.
4. Once cooked, season with the soup that comes with the noodle.

If you set to Manual Noodle 5, you can boil noodles according to your desired time.

Spaghetti

Stirring Unit

Manual

Noodle 5

Approx. Time Setting 7 mins

Ingredients

Spaghetti (1.6mm, cooking time 7 minutes).....	1-4 servings (100-400g)
--	----------------------------

Water.....2L
Salt.....2 teaspoons

* 1-4 servings can be cooked under the same time setting.
When cooking 1-2 servings, the water and salt can be reduced to 1L and 1 teaspoon, respectively.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Put the water and salt in the inner pot.
Select MANUAL and press ENTER ⇒
Select category [NOODLE 5] and press ENTER ⇒
Set 7 minutes ⇒ Press START.
3. When the alarm sounds, open the lid and add Spaghetti into the inner pot. Be careful not to burn yourself. Stir gently until the spaghetti is covered by the water. Close the lid and press START.
※ Do not press the CANCEL button when opening the lid.

Ferment

You can enjoy fermented food menus such as salted rice malt and yoghurt as well as low-temperature cooking menus such as homemade tofu.

Salted Rice Malt (Food Picture ⑧)

Stirring Unit

Automatic

Ferment 6-1

Approx. Cooking Time 6 hrs

Ingredients (Yield: Approx. 560g)

Rice malt (dry, grains separated).....	200g
Water.....	300mL
Salt.....	60g

* This auto menu is suitable for up to the double amount of the above.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Sterilize the inner pot, inner lid, Stirring Unit and the spoon for mixing the ingredients with alcohol or in boiling water (see the "Points of Fermentation" below). Cool the utensils.
3. Add all the ingredients into the inner pot and mix well. Select AUTO and press ENTER ⇒ Select category [FERMENT 6] and press ENTER ⇒ Select menu number [FERMENT 6-1] ⇒ Press START.

Amazake (Sweet Fermented Rice Drink)

Stirring Unit

Automatic

Ferment 6-2

Approx. Cooking Time 6 hrs

Ingredients (Yield: Approx. 450g)

Rice (Slightly warm up if it is cold).....	150g
Water.....	200mL
Rice malt (dry, grains separated).....	100g

* This auto menu is suitable for up to the double amount of the above.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Sterilize the inner pot, inner lid, Stirring Unit and the spoon for mixing the ingredients with alcohol or in boiling water (see the "Points of Fermentation" below). Cool the utensils.
3. Add all the ingredients into the inner pot and mix well. Select AUTO and press ENTER ⇒ Select category [FERMENT 6] and press ENTER ⇒ Select menu number [FERMENT 6-2] ⇒ Press START.

Points of Fermentation

• **Boiling sterilization:** The inner pot, inner lid, Stirring Unit and the spoon for mixing the ingredients need to be sterilized in boiling water before use.

1. Attach the inner lid and Stirring Unit. Put approx. 200mL water, spoon and others in the inner pot. Select MANUAL and press ENTER ⇒ Select category [STEAM 4] and press ENTER ⇒ Set 20 minutes ⇒ Press START.
2. After completed, remove the inner pot, drain hot water and cool down with the storage lid on.

• **Temperature setting:** Under automatic cooking "6 Ferment", the temperature setting can be changed if it is attempted in less than 1 minute after the heating is started (up to ±3°C). Press <> to select your desired temperature and press ENTER [•].

• **Storage:** Store the fermented food in refrigerator and consume while it is fresh.

Yogurt

Stirring Unit

Automatic

Ferment 6-3

Approx. Cooking Time 6 hrs

Ingredients (Yield: Approx. 570g)

Milk.....	500mL
Yogurt (plain).....	50g

* This auto menu is suitable for up to the double amount of the above.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Sterilize the inner pot, inner lid, Stirring Unit and the spoon for mixing the ingredients with alcohol or in boiling water (see the "Points of Fermentation" below). Cool the utensils.
3. Add all the ingredients into the inner pot and mix well. Select AUTO and press ENTER ⇒ Select category [FERMENT 6] and press ENTER ⇒ Select menu number [FERMENT 6-3] ⇒ Press START.
 - ✳ If yoghurt is yellowish or too sour, lower the temperature after you started the fermentation. (Refer to the temperature setting tips in the "Points of Fermentation" below)
 - ✳ Caspian Sea Yoghurt and Kefir Yoghurt cannot be used as a substitute for the yoghurt (plain) in the ingredient list.

Cream Cheese

Stirring Unit

Automatic

Ferment 6-4

Approx. Cooking Time 35 mins

Ingredients (Yield: Approx. 160g)

Milk.....	500mL
Fresh cream.....	50mL
Yogurt (plain).....	3 tablespoons
Lemon juice.....	30mL

* This auto menu is suitable for up to the double amount of the above.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Sterilize the inner pot, inner lid, Stirring Unit and the spoon for mixing the ingredients with alcohol or in boiling water (see the "Points of Fermentation" below). Cool the utensils.
3. Add the ingredients (A) into the inner pot. Select AUTO and press ENTER ⇒ Select category [FERMENT 6] and press ENTER ⇒ Select menu number [FERMENT 6-4] ⇒ Press START.
4. When the alarm sounds ("ADD" will be displayed when remaining cooking time reaches approximately 20 minutes), open the lid and add lemon juice. Be careful not to burn yourself. Close the lid and press START.
 - ✳ Do not press the CANCEL button when opening the lid.
5. Once cooked, strain through a colander lined with paper towels or gauze into a container. After cooled down a little, tie the corners of the gauze together with a rubber band. Put a weight on top and let stand in refrigerator for about 5 hours.

Homemade Miso

Automatic

Ferment 6-5

Approx. Cooking Time 8 hrs

Ingredients (Yield: Approx. 500g)

Soybeans (dry).....	100g
Boiling water (add more water if not enough).....	150mL
Rice malt (dry, grains separated).....	100g
Salt	25g

* This auto menu is suitable for up to the double amount of the above.

1. Soak the soybeans overnight in plenty of water (not included in the ingredients list).
2. Drain the soaked soybeans and put in the inner pot. Add water (not included in the ingredients list) until the soybeans are covered. Cook in the same manner as Automatic Simmer 2-21 (see page en-11). When the alarm sounds, open and close the lid and press START to continue cooking.
3. Once cooked, set aside 150mL of the boiling water and cool down. Drain the soybeans and puree while they are hot.
 - ✳ Sterilize the container to store boiling water, spoon and the tools for pureeing with alcohol before use.
 - ✳ It is convenient to use a food processor or similar appliance to puree the soybeans.
4. Sterilize the inner pot, inner lid, Stirring Unit and the spoon for mixing the ingredients with alcohol or in boiling water (see the "Points of Fermentation" on page en-16). Cool the utensils.
5. Put the boiling water which was set aside, pureed soybeans, rice malt and salt in the inner pot and mix well.
 - Select AUTO and press ENTER ⇒
 - Select category [FERMENT 6] and press ENTER ⇒
 - Select menu number [FERMENT 6-5] ⇒ Press START.
 - ✳ Keep in refrigerator. Consume within about one month.
 - ✳ Fresh Miso is light in color. It will gradually turn dark during storage.

Japanese Soup

Automatic

Ferment 6-6

Approx. Cooking Time 1 hr 10 mins

Stirring Unit

Ingredients (Yield: 1L soup)

Kombu seaweed for making stock.....	10g
Water	1L
Katsuobushi (dried bonito flakes).....	20g

* This auto menu is suitable for making 1 – 2.4L of Japanese soup.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Put the Kombu seaweed and water in the inner pot.
 - Select AUTO and press ENTER ⇒
 - Select category [FERMENT 6] and press ENTER ⇒
 - Select menu number [FERMENT 6-6] ⇒ Press START.
3. When the alarm sounds ("ADD" will be displayed when remaining cooking time reaches approximately 10 minutes), open the lid and remove the Kombu seaweed. Be careful not to burn yourself. Close the lid and press START.
 - * Do not add Katsuobushi here despite the display of "ADD" indication.
 - * Do not press the CANCEL button when opening the lid.
4. Once cooked, add the Katsuobushi and let stand for a while until the Katsuobushi sinks. Strain through a colander lined with paper towels or gauze into a container.

Douhua (Tofu Pudding)

Automatic

Ferment 6-7

Approx. Cooking Time 50 mins

Ingredients (4 servings)

Pure soy milk (suitable for making tofu according to the package).....	500mL
Nigari (coagulant)	

(The amount to be used varies depending on the type. Use the suitable amount for 500mL of soy milk according to the package)

Sugar	3 tablespoons
-------------	---------------

* This auto menu is suitable for 4-6 servings.

1. Put soy milk (refrigerated), Nigari and sugar in the inner pot and mix.
 - Select AUTO and press ENTER ⇒
 - Select category [FERMENT 6] and press ENTER ⇒
 - Select menu number [FERMENT 6-7] ⇒ Press START.
2. Once cooked, place in a bowl and season to your taste.
 - ✳ Salt (to taste) can also be used instead of sugar.

✳ Measure the Nigari (coagulant) accurately. Douhua may not harden properly or it may separate if the measurement is not correct.
✳ Softness/hardness of tofu may vary depending on the type of soy milk used.

Homemade Tofu

Automatic

Ferment 6-8

Approx. Cooking Time 50 mins

Ingredients (4 servings)

Pure soy milk (suitable for making tofu according to the package).....	500mL
Nigari (coagulant)	

(The amount to be used varies depending on the type. Use the suitable amount for 500mL of soy milk according to the package)

* This auto menu is suitable for 4-6 servings.

1. Put soy milk (refrigerated), Nigari and sugar in the inner pot and mix.
 - Select AUTO and press ENTER ⇒
 - Select category [FERMENT 6] and press ENTER ⇒
 - Select menu number [FERMENT 6-8] ⇒ Press START.
2. Once cooked, place in a bowl and season with soy sauce and add condiments to your taste.

✳ Measure the Nigari (coagulant) accurately. Tofu may not harden properly or it may separate if the measurement is not correct.
✳ Softness/hardness of tofu may vary depending on the type of soy milk used.

Fermenting Bread Dough

Manual Ferment 6 maintains your desired temperature (35-90°C) which has been set.

Manual

Ferment 6

For details, refer to the "DESSERT" section (Page en-20).

Dessert

You can enjoy various dessert menus such as cake, jam and bread.

Vegetable Juice Cake (Food Picture ⑨)

Automatic

Dessert 7-1

Approx. Cooking Time 45 mins

Ingredients (for 1 whole cake)

A	Egg (M size).....	1
	Sugar.....	2 tablespoons
	Vegetable juice.....	100mL
	Pancake mix.....	150g

* This auto menu is suitable for up to the double amount of the above.

1. Grease the inner pot with plenty of butter (not included in the ingredient list). (see the "Points of Making Desserts" below)
2. Place the ingredients (A) into a bowl and mix. Add the pancake mix and mix.
3. Place the mixed ingredients into the inner pot. Select AUTO and press ENTER ⇒ Select category [DESSERT 7] and press ENTER ⇒ Select menu number [DESSERT 7-1] ⇒ Press START.
4. Once cooked, remove from the inner pot and cool on a rack.
✳ Spreading baking paper on the rack will prevent the cake from sticking to the rack.

Sponge Cake

Automatic

Dessert 7-2

Approx. Cooking Time 1 hr.

Ingredients

Sponge cake premix.....	400g
Eggs ('A').....	5
Water.....	100mL
Butter (melted).....	100g
Vanilla essence.....	1 teaspoon

If you would like to have decoration, you can place canned pineapple (4 to 5 slices) and put cherry in the middle.

1. Combine all ingredients and whisk until fluffy.
2. Put (1.) in the inner pot. Select AUTO and press ENTER ⇒ Select category [DESSERT 7] and press ENTER ⇒ Select menu number [DESSERT 7-2] ⇒ Press START.

Brownies

Automatic

Dessert 7-2

Approx. Cooking Time 1 hr

Ingredients (for 1 whole brownies)

Sliced almond.....	20g	
Chocolate.....	80g	
Butter.....	80g	
Egg (M size).....	2	
Sugar.....	80g	
A	Cocoa.....	20g
	Plain flour.....	80g
	Walnut (coarsely chopped).....	60g

1. Grease the inner pot with plenty of butter (not included in the ingredient list). (see the "Points of Making Desserts" below)
2. Toast the sliced almond in a frying pan over low heat until lightly brown. Stir occasionally during toasting.
3. Melt the chocolate over a hot-water bath (60°C). Add the butter to the melted chocolate and mix until the better melts.
4. Crack the eggs into a bowl and whisk. Add the sugar and mix until smooth. Add the chocolate mixture and mix well.
5. Sieve the ingredients (A) into the bowl and mix briefly. Add the walnut and mix.
6. Add the mixed ingredients into the greased inner pot. Even out the surface and sprinkle the toasted almond. Select AUTO and press ENTER ⇒ Select category [DESSERT 7] and press ENTER ⇒ Select menu number [DESSERT 7-2] ⇒ Press START.
7. Once cooked, remove from the inner pot and cool on a rack.

Apple Compo

Stirring Unit

Automatic

Dessert 7-3

Approx. Cooking Time 45 mins

Ingredients (4 servings)

Apple.....	2 (600g)
Sugar.....	50g

* This auto menu is suitable for 4-6 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Cut the apples into 8 wedges. Remove skin and core.
3. Put all the ingredients into the inner pot. Select AUTO and press ENTER ⇒ Select category [DESSERT 7] and press ENTER ⇒ Select menu number [DESSERT 7-3] ⇒ Press START.
4. Once cooked, let it cool down briefly and cool in refrigerator.

Points of Making Desserts

- When spreading butter on the inner pot, spread generously and up to about a third from the bottom of the pot.
- If the cake or bread cannot be removed easily, loosen the sides with a spatula to ease it out.

Jam (Strawberry)

Stirring Unit

Automatic

Dessert 7-4

Approx. Cooking Time 45 mins

Ingredients (Yield: Approx. 480g)

Strawberry.....400g
Sugar130g
Lemon juice1 tablespoon

* This auto menu is suitable for up to the double amount of the above.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Remove the stem of the strawberries. Cut large strawberries into small pieces.
3. Put all the ingredients into the inner pot and mix gently.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [DESSERT 7] and press ENTER ⇒
Select menu number [DESSERT 7-4] ⇒ Press START.
※ If you prefer smooth strawberry jam, puree the jam while it is hot.

You can use another fruit instead of strawberry to make jam using the same methods.

Jam (Kiwifruit)

Ingredients (Yield: Approx. 380g)

Peel 4 kiwifruits (400g) and cut into 1cm quarter-round slices.

Jam (Orange)

Ingredients (Yield: Approx. 480g)

Separate 2 oranges or Chinese citrons (400g) into skin and flesh. Shred the skin and boil for about 10 minutes to remove bitter taste. Remove the segments from the membrane. Do not use the membrane.

Custard Cream

Stirring Unit

Automatic

Dessert 7-5

Approx. Cooking Time 10 mins

Ingredients (Yield: Approx. 600g)

Corn starch4 tablespoons
Sugar80g
Milk400mL
Egg yolk3 (M size)
Butter30g
Vanilla essenceA little

* This auto menu is suitable for up to the triple amount of the above.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Put the corn starch and sugar into the inner pot. Add milk slowly to form a smooth paste. Add beaten egg yolks and mix.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [DESSERT 7] and press ENTER ⇒
Select menu number [DESSERT 7-5] ⇒ Press START.
3. Once cooked, add butter and mix well. After letting it cool, add vanilla essence for flavor.
※ Add vanilla essence only after the cream has cooled. The fragrance will be lost if it is added while the cream is hot. Cover the cooked cream with plastic wrap to prevent direct contact with air so that the surface of the cooked cream will not dry out.
※ The cream is soft immediately after cooking. It will harden once cooled.

White Sauce

Stirring Unit

Automatic

Dessert 7-5

Approx. Cooking Time 10 mins

Ingredients (Yield: Approx. 480g)

Plain flour.....30g
Milk.....400mL
A { Butter30g
Salt.....To taste
Pepper.....To taste

* This auto menu is suitable for up to the triple amount of the above.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Put the milk into the inner pot and add milk slowly to form a smooth paste.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [DESSERT 7] and press ENTER ⇒
Select menu number [DESSERT 7-5] ⇒ Press START.
3. Once cooked, add the ingredients (A) and mix well.
※ If the white sauce is not used immediately after cooking, cover the surface with plastic wrap to prevent dryness.

Tsubuan (Chunky Adzuki Bean Paste)

Stirring Unit

Automatic

Dessert 7-6

Approx. Cooking Time 2 hrs 30 mins

Ingredients (Yield: Approx. 760g)

Adzuki beans (red beans)200g
Water600mL
Sugar240g
SaltTo taste

* This auto menu is suitable for up to the double amount of the above.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Place rinsed Adzuki beans and water into the inner pot.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [DESSERT 7] and press ENTER ⇒
Select menu number [DESSERT 7-6] ⇒ Press START.
* Although "Remaining Time: Approx. 30 min" is displayed, the actual cooking time is approx. 2 hours 30 minutes.
3. When the alarm sounds ("ADD" will be displayed when remaining cooking time reaches approximately 30 minutes), open the lid and add sugar. Be careful not to burn yourself.
* Do not press the CANCEL button when opening the lid.
4. Once cooked, add salt and mix.
※ The Tsubuan is relatively soft immediately after cooking. It will harden once cooled.

White Bread (Food Picture 10)

(Ferment)

Manual

Ferment 6

Approx. Time Setting
Primary fermentation: Approx. 35 min
Secondary fermentation: Approx. 35 min

(Baking)

Automatic

Dessert 7-7

Approx. Cooking Time 1hr 10 mins

Ingredients (for 1 whole bread)

High protein flour.....300g
Sugar2 tablespoons
Salt $\frac{1}{3}$ teaspoon
Dry yeast1½ teaspoons
Milk (at room temperature).....210mL
Butter.....25g

1. Mix the high protein flour, sugar, salt and dry yeast and sieve into a bowl.
Add milk and mix lightly, then add soften butter and mix. If the dough is too hard, add 1 teaspoon of milk.
Grease the inner pot with butter (not included in the ingredient list).
2. Gather the bread dough into a ball. Knead the dough hard on a lightly floured work surface for about 10 minutes until the dough has a firmness that is similar to an earlobe. The kneading is done if you stretch a bit of dough between your fingers and you can almost see through.
3. Form the dough into a ball again. Seal and smooth out the edges. Place the dough into the inner pot with the sealed side facing down. Close the lid and allow the dough to ferment (primary fermentation).

* The fermentation process will be smoother when the dough is flattened on the top by pressing it down lightly.

Select MANUAL and press ENTER ⇒

Select category [FERMENT 6] and press ENTER ⇒

Select temperature [6-35 °C] and press ENTER ⇒

Set 35 minutes ⇒ Press START.

The dough should rise to 2-2.5 times its original size after the primary fermentation. Put some flour on your finger and poke the center part of the dough. If the hole stays dented, the dough has risen enough.

If the hole does not stay dented, extend the fermentation for about 10 minutes while observing the dough.

4. Release the gas by lightly pressing the dough from the top, take the four corners of the dough and fold them in (to release the gas).
5. Divide the dough into equal six balls with a scraper or knife. Wrap with plastic wrap and let it rest for about 20 minutes.
6. Press the dough lightly from the top to release the gas, then reshape the dough into balls. Seal and smooth out the edges. Grease the inner pot with plenty of butter (not included in the ingredient list). (see the "Points of Making Desserts" on page en-18). Place the dough into the inner pot with its sealed side facing down. Line the dough balls in the inner pot, leaving an empty space in the center of the pot.
Close the lid and allow the dough to ferment (secondary fermentation).
Select MANUAL and press ENTER ⇒
Select category [FERMENT 6] and press ENTER ⇒
Select temperature [6-35 °C] and press ENTER ⇒
Set 35 minutes ⇒ Press START.
7. Sieve and sprinkle high protein flour (not included in the ingredients list) over the dough. Close the lid and bake.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [DESSERT 7] and press ENTER ⇒
Select menu number [DESSERT 7-7] ⇒ Press START.
8. Once baked, wear oven gloves and remove the bread from the inner pot.

* If you wish to give the top surface of the bread a golden brown colour, you may turn over the dough and bake for additional 15 minutes. Wear oven gloves to turn over the dough so that you will not burn yourself.

* To extend the baking time, set the time and press START after the initial cooking is completed.

Bread Pudding (Food Picture 16)

Automatic

Dessert 7-8

Approx. Cooking Time 50 mins

Ingredients (for 1 bread pudding)

Egg (M size).....4
Sugar60g
Milk.....200mL
Fresh cream.....200mL
Sliced loaf bread (sliced in 6).....2 slices
Granulated sugar.....10g
Canned pineapple (sliced).....6 slices

1. Grease the inner pot with plenty of butter (not included in the ingredient list). (see the "Points of Making Desserts" on page en-18) Spread granulated sugar on top of the butter and place the pineapple slices.
2. Beat the eggs in a bowl. Add the sugar, milk and fresh cream and mix well.
3. Add diced bread into the egg mixture and let stand until the egg mixture seeps into the bread.
4. Pour the egg mixture and bread into the inner pot.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [DESSERT 7] and press ENTER ⇒
Select menu number [DESSERT 7-8] ⇒ Press START.
* To remove the cooked bread pudding, run a spatula or others around the pudding's edge. Place the Steam Plate lined with plastic wrap over the pudding and invert the pudding on the plate.

Apple Cake

Manual

Dessert 7

Approx. Time Setting 50 mins

Manual Dessert 7 cooks at a suitable temperature for baking cakes and breads.

Ingredients (for 1 cake)

A [Butter (cut into 5mm dices).....20g
Sugar.....20g
Apple (cut into 5mm quarter-round slices)½ (150g)
B [Butter (softened).....100g
Sugar.....80g
Egg (M size)2
C [Plain flour100g
Baking powder.....½ teaspoon
Baking paper

1. Grease the inner pot with plenty of butter (not included in the ingredient list). (see the "Points of Making Desserts" on page en-18). Line the inner pot with baking paper.
NOTE
Cut the baking paper to fit into the inner pot.
2. Put the ingredients (A) into the inner pot lined with baking paper. Place the apple slices on top.
3. Add the ingredients (B) into a bowl and mix until it becomes whitish. Add the eggs and mix.
4. Add the ingredients (C) into the bowl and mix briefly.
5. Place the dough on top of the apple slices in the inner pot.
Select MANUAL and press ENTER ⇒
Select category [DESSERT 7] and press ENTER ⇒
Set 50 minutes ⇒ Press START.
6. Once baked, remove the inner pot and let it cool for a while. Then, remove the cake from the inner pot.

Japanese Menu

※ Sake and Mirin are used.
If you do not wish to use Sake and Mirin, substitute Sake for the same amount of water and Mirin for the same amount of water mixed with sugar (the ratio of water to sugar is 3 to 1).

Beef and Potatoes (Food Picture ⑬)

Stirring Unit

Automatic

Simmer 2-1

Approx. Cooking Time 35 mins

Ingredients (4 servings)

Potatoes (cut into 4-6 pieces).....	3 (450g)
Onions (wedges).....	2 (400g)
Carrot (roughly cut).....	½ (100g)
Thinly sliced beef flank (sliced into 3-4cm strips).....	200g
A Soy sauce.....	4 tablespoons
Water (or Sake).....	3 tablespoons
Sugar.....	3 tablespoons
Sugar and water (or Mirin).....	2 teaspoons of sugar and 2 tablespoons of water (or 2 tablespoons of Mirin)

* This auto menu is suitable for 2-6 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Add half amount of vegetables in the inner pot and put half amount of beef on top of it. Then, add the remaining vegetables, beef and (A).
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-1] ⇒ Press START.

Braised Chicken and Daikon (White Radish)

Stirring Unit

Automatic

Simmer 2-1

Approx. Cooking Time 35 mins

Ingredients (4 servings)

A Soy sauce.....	3 tablespoons
Sugar and water (or Mirin).....	3 teaspoons of sugar and 3 tablespoons of water (or 3 tablespoons of Mirin)
Packet of dashi (see below).....	1
Chicken thigh (cut into bite-size portions).....	1 (250g)
Daikon (White Radish) 3cm – thick fans.....	500g

* This auto menu is suitable for 2-6 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Add all the ingredients in the inner pot, in the order of the ingredients list.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-1] ⇒ Press START.

Chikuzen-ni (Food picture ⑪)

Stirring Unit

Pre-set

Automatic

Simmer 2-2

Approx. Cooking Time 35 mins

Ingredients (4 servings)

A Chicken thigh.....	1 (250g)
Lotus root.....	100g
Burdock root.....	Small, ½ (65g)
Dried Shiitake mushroom (reconstituted).....	4
Carrot.....	1 (200g)
Boiled bamboo shoot.....	200g
Konjac.....	½ (125g)
B Water (or Rice wine).....	3 tablespoons
Soy sauce.....	3 tablespoons
Sugar.....	2½ tablespoons
Toasted sesame oil.....	2 teaspoons
Salt.....	To taste
Packet of dashi (see below).....	1

* This auto menu is suitable for 2-6 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Cut all of the ingredients (A) into bite-size portions. Soak the lotus and burdock roots in water.
3. Tear the konjac into bite-size portions, rub in some salt (not included in the list of ingredients), and blanch.
4. Add the packet of dashi and (B) to the inner pot, followed by (2.) and (3.).
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-2] ⇒ Press START.

Braised Pumpkin

Pre-set

Automatic

Simmer 2-3

Approx. Cooking Time 20 mins

Ingredients (4 servings)

Pumpkin.....	500g
A Water (or Rice wine).....	3 tablespoons
Sugar and water (or Mirin).....	3 teaspoons of sugar and 3 tablespoons of water (or 3 tablespoons of Mirin)
Sugar.....	1½ tablespoons
Soy sauce.....	½ tablespoon
Salt.....	To taste

* This auto menu is suitable for 2 to 6 servings.

For 2-3 servings, Cut (A) into half except Water (or Rice wine).
Use 1.5 times of (A) in case of 5 to 6 servings.

1. Cut the pumpkin into 3-4 cm cubes and peel the skin randomly in places.
2. Place pumpkins in the inner pot with the skin-side down, without overlapping, then add mixed (A) equally.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-3] ⇒ Press START.

Japanese Soup Pack (Packet of dashi)

Use a tea bag containing 1.5g of Katsubonshi bonito flakes and 1 slice (1x2cm) of Kombu seaweed (fold in the edge), or a store bought packet of dashi.

* Instead of Japanese soup pack, Japanese soup stock powder can also be used to make Japanese soup.

Braised Octopus and Taro

Stirring Unit

Automatic

Simmer 2-5

Approx. Cooking Time 45 mins

Ingredients (4 servings)

A	Sugar.....	3 tablespoons
	Water (or Rice wine).....	3 tablespoons
	Sugar and water (or Mirin).....	3 teaspoons of sugar and 3 tablespoons of Water (or 3 tablespoons of Mirin)
	Soy sauce.....	1 tablespoon
	Packet of Dashi (refer to page en-21).....	1
Boiled Octopus.....	300g	
Taro.....	500g	

* This auto menu is suitable for 2-6 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Cut the octopus into bite-size portions, peel the taro, remove the slime with salt and rinse in water. Halve the taro if too large.
3. Add all the ingredients in the inner pot, in the order of the ingredients list.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-5] ⇒ Press START.

* You can extend cooking time, if you would like to have less sauce.

Braised Beef Tendon

Stirring Unit

Pre-set

Automatic

Simmer 2-6

Approx. Cooking Time 1 hr 30 mins
* It is not included the time for
degreasing the meat.

Ingredients (4 servings)

Beef tendon.....	500g	
A	Ginger (thinly sliced), green part of spring onions.....	As desired
	Water.....	800mL
	Konjac.....	1
B	Water (or Rice wine).....	4 tablespoons
	Sugar and water (or Mirin).....	4 teaspoons of sugar and 4 tablespoons of water (or 4 tablespoons of Mirin)
	Sugar.....	3 tablespoons
	Soy sauce.....	2 tablespoons

* This auto menu is suitable for 4 to 6 servings.

1. Attach the Stirring Unit in the cooker.
2. Add the beef tendon and (A) in the inner pot. Set Manual Curry/Soup 1-2 (without stirring), set the time to approx. 10 minutes to degrease meat. Once completed, remove the water from inner pot, rinse the beef and cut into bite-size portions.
3. Tear the konjac into bite-size portions, rub with salt and blanch.
4. Lightly rinse the inner pot (2.), add all ingredients and place the pot in the cooker.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-6] ⇒ Press START.

Beef Braised in Soy Sauce

Stirring Unit

Pre-set

Automatic

Simmer 2-6

Approx. Cooking Time 1 hr 30 mins

* Does not include the time for degreasing the meat.

Ingredients (4 servings)

Beef flank (lump) (cut into 3cm cubes).....	500g	
A	Ginger (thinly sliced), green part of spring onions.....	As desired
	Water.....	800mL
	Spring onion (cut into 1cm-wide pieces).....	20cm
Cinnamon.....	1 stalk (3g)	
Garlic (thinly sliced).....	5 cloves	
Ginger (thinly sliced).....	2 chunks	
Dried chili.....	2 (as desired)	
Star anise.....	1	
Water (or Rice wine).....	100mL	
Sugar.....	3 tablespoons	
Dark soy sauce.....	1 tablespoon	
Light soy sauce.....	1 tablespoon	
Doubanjiang (fermented bean paste).....	½ tablespoon	

1. Attach the Stirring Unit.
2. Add the beef flank cut into 3cm cubes and (A) in the inner pot.
3. Set Manual Curry/Soup 1-2 (without stirring) to 5-10 minutes to degrease meat.
4. Lightly rinse the inner pot (3.), add the beef and the remaining ingredients.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-6] ⇒ Press START.

Mackerel in Miso Sauce

Automatic

Simmer 2-10

Approx. Cooking Time 25 mins

Ingredients (4 servings)

Mackerel.....	4 pieces (100g per piece)	
A	Water (or Rice wine).....	100mL
	Red Miso.....	4 tablespoons
	Sugar and water (or Mirin).....	4 teaspoons of sugar and 4 tablespoons of water (or 4 tablespoons of Mirin)
	Sugar.....	4 tablespoons
	Ginger (shredded).....	Desired amount

* This auto menu is suitable for 2-4 servings.

1. Place the mackerel into the inner pot in a single layer. Mix the ingredients (A) and pour on top of the mackerel.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-10] ⇒ Press START.

Yellowtail with Daikon (White Radish)

Pre-set

Automatic

Simmer 2-11

Approx. Cooking Time 40 mins

Ingredients (4 servings)

Daikon (white radish) (2cm-thick rounds or half-moons).....	½ (400g)
Head or fillet of yellowtail.....	300g
A { Ginger (julienned)	½ chunk
Soy sauce.....	4 tablespoons
Sugar	4 tablespoons
Water and sugar (Mirin).....	3 teaspoons of sugar and 3 tablespoons of water (or 3 tablespoons of Mirin)
Water (or Rice wine).....	3 tablespoons

* This auto menu is suitable for 4-6 servings.

1. Pour boiling water over the yellowtail to remove its fishy odor.
2. Add all the ingredients to the inner pot, in the order of the ingredients list.

Select AUTO and press ENTER ⇒

Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒

Select menu number [SIMMER 2-11] ⇒ Press START.

Simmered Hijiki

Stirring Unit

Automatic

Simmer 2-16

Approx. Cooking Time 35 mins

Ingredients (4 servings)

Hijiki (dried hijiki seaweed).....	30g
Carrots	40g
Dried Shiitake mushroom (reconstituted)	3
Deep fried tofu skin (degreased in boiled water)	2
A { Water (or Rice wine).....	2 tablespoons
Sugar and water (or Mirin)	2 teaspoons of sugar and 2 tablespoons of water (or 2 tablespoons of Mirin)
Soy sauce.....	2 tablespoons
Sugar.....	1 tablespoon

* This auto menu is suitable for 4-6 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Soak the hijiki in the water for about 20 minutes. Once reconstituted, change the water 2 to 3 times, rinse in water and gently wring out the water.
3. Julienne the carrots, dried shiitake mushroom and deep fried tofu skin.
4. Add (3.), (2.), and (A) in the inner pot.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-16] ⇒ Press START.
※ You can extend cooking time, if you would like to have less sauce.

Oden

Pre-set

Automatic

Simmer 2-12

Approx. Cooking Time 1 hr 5 mins

Ingredients (4 servings)

Daikon (white Radish) (2-3cm thick rounds).....	10cm
Quick-cook kombu seaweed	4 strips
Potatoes (halved).....	2
Konjac (quartered).....	½ slab
Chikuwa (Japanese fish cake halved).....	2
Boiled eggs	4
Satsuma-age (Fried Japanese fish cake halved).....	2
Soy sauce.....	50mL
Water (or Rice wine).....	2 tablespoons
Sugar and water (Mirin).....	2 teaspoons of sugar and 2 tablespoons of water (or 2 tablespoons of Mirin)
Dashi.....	Approx. 800mL

* This auto menu is suitable for 2-6 servings.

1. Add all the ingredients, except dashi to the inner pot in the order of ingredient list.
2. Add Dashi to cover the ingredient, and make sure not to exceed 4cm above the "水位MAX" line.

Select AUTO and press ENTER ⇒

Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒

Select menu number [SIMMER 2-12] ⇒ Press START.

※ Do not cook paste food which will swell during cooking to prevent boiling over.

Do not exceed the amount of chikuwa and Satsuma-age which mentioned in the recipe.

Simmered Beef

Stirring Unit

Automatic

Simmer 2-17

Approx. Cooking Time 30 mins

Ingredients (380g cooked amount)

Thinly sliced beef flank.....	300g
Ginger	30g
A { Water (or Rice wine).....	4 tablespoons
Sugar and water (or Mirin)	1 teaspoon of sugar and 1 tablespoon of water (or 1 tablespoon of Mirin)
Soy sauce.....	2 teaspoons
Tamari soy sauce.....	2 teaspoons
Sugar.....	1½ teaspoons
Starch syrup.....	2 teaspoons
※ 2 times of the above recipes can be cook in this auto menu.	

1. Attach the Stirring unit.
2. Slice the beef into 2.5cm wide pieces, loosen, add to a bowl and pour over boiling water to degrease. Drain in a sieve, cool in water and wring out the water.
3. Roughly mince the ginger. Add to a bowl and rinse in running water to remove the sharpness, drain the ginger.
4. Add (2.), (3.), and (A) in the inner pot.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-17] ⇒ Press START.
※ You can extend cooking time, if you would like to have less sauce.

Braised Pacific Saury

Pre-set

Automatic

Simmer 2-20

Approx. Cooking Time 2 hrs 30 mins

Ingredients (4 servings)

Pacific saury	4 pieces (100g per piece)
Water (or Rice wine)	100mL
Sugar and water (or Mirin)	4 teaspoons of sugar and 4 tablespoons of water (or 4 tablespoons of Mirin)
Sugar	2 tablespoons
Vinegar	2 tablespoons
Soy sauce	1 tablespoon
Ginger (sliced)	20g

1. Remove the head, tail and innards of pacific saury and cut into 4cm portions.
2. Place the fish into the inner pot in a single layer. Add the ingredients (A).
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-20] ⇒ Press START.
* Although "Remaining Time: Approx. 3 hrs" is displayed, the actual cooking time is approx. 2 hours 30 minutes.

Foil-Steamed Seafood

Steam Plate

Manual

Steam 4

Approx. Time Setting 20-22 min

Ingredients (4 servings)

Cod fish fillet (seasoned with salt and pepper)	4 pieces (80g each)
Scallop (cut into desired size; seasoned with salt and pepper)	4 (100g)
Prawn (large; shelled and deveined)	4 (80g)
Snow peas (strings removed)	20g
Fresh shiitake mushroom	4 (80g)
Lemon (sliced)	4 slices
Water (or Rice wine)	4 tablespoons
Ponzu shoyu	As desired
Aluminum foil (25cm square)	4 sheets

1. Spread the aluminum foil sheets. Divide the ingredients A into 4 portions and place on each aluminum foil sheet neatly. Put the lemon slice on top and sprinkle with Sake. Seal the aluminum foil.
2. Pour 200mL water to the inner pot. Set the Steam Plate and place the aluminum foil on top.
Select MANUAL and press ENTER ⇒
Select category [STEAM 4] and press ENTER ⇒
Set approx. 20-22 minutes ⇒ Press START.
3. Serve with ponzu shoyu.

Steamed Savory Custard (Food picture 12)

Steam Plate

Automatic

Steam 4-4

Approx. Cooking Time 25 mins

Ingredients (4 servings)

Filling	
Shiitake mushroom (seasoned with soy sauce and sugar)	2
Chicken tenderloin	100g
Light soy sauce	To taste
Shrimp	4
Kamaboko fish cake	4 slices
Gingko nuts (canned)	8
Egg mixture	
Egg (M size)	2
Dashi stock	400mL
Salt	To taste
Light soy sauce	1 teaspoon
Sugar and water (or Mirin)	2/3 teaspoon of sugar and 2 teaspoons of water (or 2 teaspoons of Mirin)
Japanese honewort	To garnish

* This auto menu is suitable for 1 to 4 servings.

1. Halve the Shiitake mushroom. Remove tendon of the chicken tender. Cut the chicken tender into thick slices and season with light soy sauce. Remove shell and devein the shrimps without removing the tail.
2. Whisk the egg well and thin the mixture with dashi stock. Add salt, light soy sauce and mirin. Pour through a strainer.
3. Add the filling into the cups and pour the egg mixture up to 80% full. Cover the cups with aluminum foil.
4. Attach the inner pot. Add 200mL water in the inner pot. Place the Steam Plate and put the cups on it.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [STEAM 4] and press ENTER ⇒
Select menu number [STEAM 4-4] ⇒ Press START.
5. Once cooked, garnish with Japanese honewort.
* The custard may not set well if the eggs are not whisked thoroughly. Whisking egg by keeping the chopsticks on the bottom of the bowl to prevent bubbles from forming.
* The appropriate mix ratio of egg and dashi stock is approximately 1 to 4.
* The appropriate temperature of the egg mixture is 15-25°C. This dish gets porous if the temperature is too high
* Keep the same amount of the filling and egg mixture for all the bowls. The filling should reach just below 1/3 of the cup (approx. 50g) while the egg mixture should be up to 80% full of the cup.

Meat Miso

Stirring Unit

Automatic

Simmer 2-19

Approx. Cooking Time 15 mins

Ingredients (approx. 450g cooked amount)

Minced chicken	200g
Red Miso	8 tablespoons
Sugar and water (or Mirin)	8 teaspoons of sugar and 8 tablespoons of water (or 8 tablespoons of Mirin)
Sugar	8 teaspoons

* 2 times of the above recipes can be cook in this auto menu.

1. Attach the Stirring unit.
2. Add all the ingredients to the inner pot, in the order of the ingredients list.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-19] ⇒ Press START.

Non Halal

This menu uses pork, Sake or Mirin.

Pork Rolls Stewed Papaya

Pre-set

Automatic

Curry/Soup 1-9

Approx. Cooking Time 1 hr.

Ingredients (4 servings)

Green papaya (cubed).....	700g
Pork rolls	1,000g (5-6 pieces)
Fish sauce, salt, sugar	To taste
Water	600mL

1. Add all the ingredients in the inner pot, in the order of the ingredients list.

Select AUTO and press ENTER ⇒

Select category [CURRY/SOUP 1] and press ENTER ⇒

Select menu number [CURRY/SOUP 1-9] ⇒ Press START.

Pork Bones with Lotus Root Soup

Pre-set

Automatic

Curry/Soup 1-9

Approx. Cooking Time 1 hr.

Ingredients (4 servings)

Carrot, Potato, Beetroot (cubed)	450g
Pork bones	1,000g (5-6 pieces)
Lotus root (2-3cm thick rounds).....	200g
Lotus seed	200g
Fish sauce, salt, sugar	To taste
Water	600mL

1. Add all the ingredients in the inner pot, in the order of the ingredients list.

Select AUTO and press ENTER ⇒

Select category [CURRY/SOUP 1] and press ENTER ⇒

Select menu number [CURRY/SOUP 1-9] ⇒ Press START.

Braised Pork Cubes

Pre-set

Automatic

Simmer 2-7

Approx. Cooking Time 1 hr 30 mins*

* It is not included the time for degreasing the meat.

Ingredients (4 servings)

Pork belly (lump).....	800g	
A	Ginger (thinly sliced).....	1 chunk
	Green part of spring onions	5cm
	Water.....	1L
B	Water (or Rice wine).....	100mL
	Sugar	5 tablespoons
	Soy sauce.....	5 tablespoons
	Garlic (thinly sliced).....	1 clove
	Ginger (thinly sliced).....	1 chunk
Water	400mL	

* This auto menu is suitable for 2-6 servings.

Use the same amount of ingredients except Pork belly.

1. Add 5cm-cubed pork belly and (A) in the inner pot. Set Manual Curry/Soup 1-2 (without stirring), set 30 minutes to degrease meat.

2. Lightly rinse the inner pot 1., add the degreased meat and (B).

Select AUTO and press ENTER ⇒

Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒

Select menu number [SIMMER 2-7] ⇒ Press START.

※ You can boil down the sauce and serve with the pork.

Stir-Fried Pork with Soybean Paste

Stirring Unit

Automatic

Simmer 2-13

Approx. Cooking Time 20 mins

Ingredients (4 servings)

Pork belly slice (cut into 2-3cm pieces)	300g	
Starch	2 tablespoons	
A	Cabbage (cut into pieces).....	400g
	Green pepper (coarsely chopped).....	4
	Garlic (sliced).....	2 cloves
B	Red Miso and sugar	1/3 tablespoon each
	Soy sauce.....	2 teaspoons
	Fermented bean paste (Soybean paste) and sesame oil	1 teaspoon each

* This auto menu is suitable for 4-6 servings.

1. Attach the Stirring Unit.

2. Coat the pork with the starch. Mix the ingredients (B).

3. Place half of the ingredients (A) into the inner pot and spread half of the flatten pork over the vegetables. On top of it, add another half of the ingredients (A) and then topped with another half of the pork.

※ When cooking 6 servings, place (A) into the inner pot without the contact with the Stirring Unit and then lightly press it down to compress.

Select AUTO and press ENTER ⇒

Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒

Select menu number [SIMMER 2-13] ⇒ Press START.

4. Stir before serving.

Fried Egg Plant with Chinese Chili Sauce

Stirring Unit

Automatic

Simmer 2-13

Approx. Cooking Time 20 mins

Ingredients (4 servings)

Minced pork.....	200g
A Sweet bean sauce.....	2 tbsp
Fermented bean paste	1 teaspoon
Starch.....	½ tbsp
Chinese chicken stock powder (Consommé)....	1 teaspoon
Sake.....	1 teaspoon
Soy sauce.....	1 teaspoon
Oyster sauce.....	1 teaspoon
B Eggplant (cut into 5cm pieces and then into 6 sections lengthwise).....	4 (400g)
Green pepper (coarsely chopped)	2
Carrot (cut into rectangular strips).....	¼ (50g)
Leek (minced).....	½ stalk
Ginger (minced).....	1 small piece
Garlic (minced)	1 clove

* This auto menu is suitable for 4-6 servings.

1. Attach the Stirring Unit.
2. Lightly mix the minced pork and the ingredients (A).
3. Place the ingredients (B) into the inner pot and spread the seasoned minced pork on top of it.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-13] ⇒ Press START.
4. Once cooked, stir to even out the taste.

Pork Ribs Braised Tofu

Stirring Unit

Pre-set

Automatic

Simmer 2-18

Approx. Cooking Time 40 mins

Ingredients

Pork (cubed).....	800g
Tofu (cubed).....	300g
Fish sauce, salt, sugar	To taste
Water.....	150mL

1. Attach the Stirring Unit.
2. Add all the ingredients in the inner pot, in the order of the ingredients list.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-18] ⇒ Press START.

Boiled Pork

Automatic

Boil 3-6

Approx. Cooking Time 20 mins

Ingredients (4 servings)

Pork (cut into 4 – 5 pieces)	800g
------------------------------------	------

1. Add all the ingredients in the inner pot.
Select AUTO and press ENTER ⇒
Select category [BOIL 3] and press ENTER ⇒
Select menu number [BOIL 3-6] ⇒ Press START.

Pork Shoulder with Tomato Sauce

Manual

Simmer 2-2

Approx. Time Setting 15 mins

Manual Simmer 2-2 cooks food over low heat without stirring.

Ingredients (4 servings)

Pork shoulder	400g
Chopped stem of shallots.....	2 tablespoons
Minced garlic.....	1 tablespoon
Vinegar.....	2 tablespoons
Tomato ketchup.....	1 cup
Soy sauce.....	1 tablespoon
Mustard.....	1 teaspoon
Ground white pepper.....	2 teaspoons
Salt.....	1¼ teaspoons
Sugar.....	1 tablespoon
Salted butter.....	1 tablespoon

1. Use a fork or knife prick into the pork and add all ingredients, knead gently and leave it around 1 hour (all marinade will seep into pork shoulder, and the tastes is more delicious.)
2. Then, put all in inner pot.
Select MANUAL and press ENTER ⇒
Select category [SIMMER 2] and press ENTER ⇒
Select menu number [SIMMER 2-2] and press ENTER ⇒
Set 15 mins. ⇒ Press START.

FOOD PICTURE ⑦



FOOD PICTURE ⑪



FOOD PICTURE ⑫



FOOD PICTURE ⑧



FOOD PICTURE ⑨



FOOD PICTURE ⑩



FOOD PICTURE ⑮



FOOD PICTURE ⑬



FOOD PICTURE ⑯



FOOD PICTURE ⑭

HEALSIO The Healsio logo and HEALSIO are trademarks of Sharp Corporation.

SHARP
SHARP CORPORATION



Printed in CHINA
TCADCA027KRRZ-T71
KN-H24XA