

# Instant Pot<sup>®</sup>

# DUO

Series



取扱説明書

# Welcome to the World of Instant Pot® Cooking!

数ある商品の中からインスタントポットをお選び頂き誠に有難うございます。

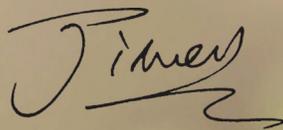
我々インスタントポットのビジョンはお客様のお料理をより楽しく、より効率的にする調理ツールを提供することです。

インスタントポットは調理時間を最大70%短縮し、忙しいあなたの急速の時間、家族団欒の時間をより増やすようにとの思いが込められています。

また、様々な機能を有するインスタントポットをご使用いただくことで、キッチンの調理家電の集約、省スペース化が可能になり、そして何よりも美味しく、健康的なお料理をお作りいただけます。

我々はシェフ、料理研究家、ブロガーなど多くの料理の愛好家との強い繋がりを有しており、その方々から協力を得たレシピをお客様に数多く提供し、ご自宅にいながらインスタントポットでプロ顔負けのお料理をお楽しみ頂きます。

さあ、インスタントポットでハッピーなクッキングライフをお楽しみください！



Robert J. Wang  
Founder, CEO



# 安全上の注意

安全上の注意	1 - 4
電源コードについて	4
製品仕様 / 各部の名称	5
操作方法と機能	6 - 9
ご使用前に	10 - 12
圧力調理	13 - 15
非圧力調理「炒めもの」「スロークック」「ヨーグルト」	16 - 19
その他の注意点とコツ	20
お手入れ方法	21
故障かな？と思ったら	22 - 24

# 安全上の注意

## 安全上のご注意

### 安全上の注意 必ずお守りください。

- ご使用になる前に、この「安全上の注意」をよくお読みのうえ正しくお使いください。
- 本書に示した注意事項は、安全に関する重要な内容を記載していますので必ずお守りください。



この記号は「警告」「注意」など安全に関わる重大な事項に示されています。

重大な事故や怪我、物的損害等が発生する可能性がありますのでよくお読みのうえ、必ずお守りください。

圧力鍋・圧力かまは加熱されると内部が極めて高温・高圧となり危険です。誤った取扱いをすると重大な事故や怪我となる可能性がありますのでご使用の前には本取扱説明書をお読みいただき記載の事項は必ずお守りください。

### ⚠ 警告

**本製品をご使用される際には、次の事項をはじめ本取扱説明書をよくお読みいただいた上で、ご使用ください。**

1. 本体は熱くなりますので完全に冷めるまでは触れないでください。  
移動させる場合は、本体ボディのサイドにあるハンドルを持って移動させてください。  
ふたのハンドルを持つての移動はおやめください。
2. お子様や介助が必要な方および電化製品の取扱の経験が少ない方のみのご使用はおやめください。ご使用方法・危険性を十分ご理解をされた方の指導管理の下一緒にご使用ください。
3. ガスコンロや熱源の近くに置かないでください。またオープンの上に置かないでください。
4. 平らな硬い場所に置いて使用してください。
5. 高温の液体が入っている本体を移動させるときは、注意が必要です。  
本体ボディのサイドにあるハンドルを持って移動させてください。  
ふたのハンドルを持つての移動はおやめください。  
圧力がかかっているときに本体を移動させないでください。
6. 本製品で重曹など急激に熱に反応して発泡する食材での調理、天ぷらや揚げ物など多量の油を使用する料理は絶対にしないでください。
7. 電源コードの上に物を置いたり、折り曲げたり、熱いものに触れさせたりしないでください。



ご使用になる前に本取扱説明書をよくお読みください。

# 安全上の注意

8. 本製品は日本仕様の製品です。100V 50/60Hz以外の電圧では使用しないでください。
9. 電源コードやプラグが破損した場合、または本体を落としたりした場合は電源コードをプラグから抜いてご使用にならないでください。
10. 本体内部の圧力が完全に放出され、本体が完全に冷めるまでふたを開けないでください。フロートバルブがまだ上にある状態は本体内部に圧力がまだ残っている状態です。内圧が少しでも残っているとふたが飛んだり内容物が吹き出す可能性があり大変危険です。**内圧が残っている状態で絶対に無理に開けないでください。**
11. 圧力調理の際は、内釜の2/3以上食材や液体を入れしないでください。豆類や麺類などのように調理によって分量が増える食材は内釜の1/3以上は入れないでください。食材を入れすぎると内圧放出ベントが詰まり過圧の原因となります。また、怪我ややけど、本体の故障の原因となります。分量に関する注意は圧力調理の場合のみで、他の調理方法の場合は好みの分量を入れてください。
12. 全ての圧力調理をする際に、内圧放出ベントのハンドルが「Sealing」の位置にあることを確認してください。
13. 本体や電源コードを絶対に水などの液体に浸さないでください。感電や故障の原因となります。
14. 内圧放出ベント/フロートバルブを布やその他のもので覆ったり閉めたりしないでください。内圧放出ベント/フロートバルブの通気の妨げになると、怪我や故障の原因となります。
15. 内圧放出ベント/フロートバルブから蒸気が絶え間なく3分間以上出ている場合は本体の電源を切ってください。本体内部に圧力が残っている可能性があります。ふたを開ける前に、自然に減圧するか、残留圧力を逃がしてください。詳しくは「故障かな？と思ったら」を参照してください。
16. 蒸気がふたの側面から出ている場合は、本体の電源を切りシールリングが正しく取り付けられているかどうか確認してください。詳しくは「ご使用前に」を参照してください。
17. ご使用の際は電源コードは必ず本体から接続してから、プラグをコンセントに差し込んでください。電源コードを抜く時は、「取り消し」ボタンを押して、コンセントからプラグを先に抜いてください。
18. お子様がコードを引っ張ったり、コードに引っ掛かって本体の転倒や怪我を抑制するために電源コードは短い仕様になっています。(60cm-90cm)
19. 本製品は屋内用です。屋外でのご使用はおやめください。

# 安全上の注意

20. お手入れの際やご使用にならない時は電源プラグはコンセントから抜いてください。  
部品の取り外しの前、またはお手入れや保管の前には冷やしてください。
21. 食材を入れない状態でご使用「空焚き」は絶対におやめください。
22. 誤ったご使用方法は、やけどや重大な怪我の原因となります。ご使用前にふたが正しくセットされているか確認してください。怪我や感電を防ぐため本取扱説明書「ご使用前に」をよくお読みください。
23. 本製品の付属された純正のアクセサリーのみをご使用ください。
24. 調理の熱い料理がこぼれたりすると重度のやけどを引き起こす可能性があります。  
本体とコードは子供の手の届かない場所に保管してください。カウンターの端にコードを敷いたりカウンターの下のコンセントを使用したり、延長コードを使用したりしないでください。
25. 皮付きの肉(例えば、皮付きソーセージ)を調理する場合、加熱すると皮が膨れることがあります。  
加熱後の皮のある食材は皮を突き刺さないでください。やけどや怪我の原因となります。
26. 粘度のある食材・厚みのある食材、または油脂の多い食材の調理後にふたを開けるときに、  
食材が飛散することがあります。圧力の放出方法については、レシピの指示に従ってください。  
蒸気が完全に放出されたら、慎重に本体を静かに振り、必要に応じてふたを開ける前に蒸気を再度放出してください。
27. 本体に内釜をセットする前に、内釜と本体の内部を拭き完全に乾いた状態であること、食材が残っていないことを確認してからセットしてください。
28. いかなる理由があっても、本製品を修理・分解・改造は絶対におやめください。  
重大な事故や怪我の原因となります。また、修理・分解・改造をした製品または形跡のある製品は保証の対象外になります。
29. カレーやシチューなどの粘性が強く糊状になる食材を使用する場合は、ふたをしらない状態で「炒めもの・再加熱」の調理プログラムで行ってください。
30. お子様や介助が必要な方および電化製品の取扱いの経験が少ない方のみでのご使用はおやめください。ご使用方法、危険性を十分ご理解された方の指導管理の下、一緒にご使用ください。
31. 適切な食材をご使用ください。アップルスープ クランベリー 精白玉麦 オートミールやその他の穀物 乾燥エンドウ 麺 パスタルバーブは、泡だったり、飛び出したり、蒸気の放出の妨げとなったり、怪我ややけどの原因となります。これらの食材はインタントポットが監修したレシピに記載がない限り、圧力調理は行わないでください。



ご使用になる前に本取扱説明書を  
よくお読みください。

# 安全上の注意

32. お子様のみでのご使用は絶対におやめください。また、お子様の手の届く場所に保管はしないでください。
33. ご使用前には常に、内圧放出ベント、フロートバルブの位置を確認してください。
34. ふたの内側にあるシリコン製の密閉用リングが正しい位置にセットされているか確認してください。密閉用リングはご使用の都度取り外して中性洗剤で洗ってください。

## 本取扱説明書は保証書と一緒に大切に保管してください。

不明点が生じた場合にすぐに本書を確認できる様、取出ししやすい場所に保管してください。



本体が動作している時や内圧を放出している時は内圧放出バルブの上に顔や手などを持っていかないでください。  
ふたのハンドルを持つての移動はおやめください。



本体内部の圧力が完全に放出され、本体が完全に冷めるまでふたを開けないでください。フロートバルブがまだ上にある状態は本体内部に圧力がまだ残っている状態です。  
内圧が少しでも残っているとふたが飛んだり内容物が吹き出す可能性があり大変危険です。内圧が残っている間は絶対に開けないでください。



内圧放出ベント/フロートバルブを布やその他のもので覆ったり閉めたりしないでください。  
内圧放出ベント/フロートバルブの通気の妨げになると、怪我や故障の原因となります。

## 電源コードについて

### ⚠ 感電注意



お子様がコードを引っ張ったり、コードに引っ掛かって本体の転倒や怪我を抑制するために電源コードは短い仕様になっています。(60cm-90cm)

### ⚠ 注意

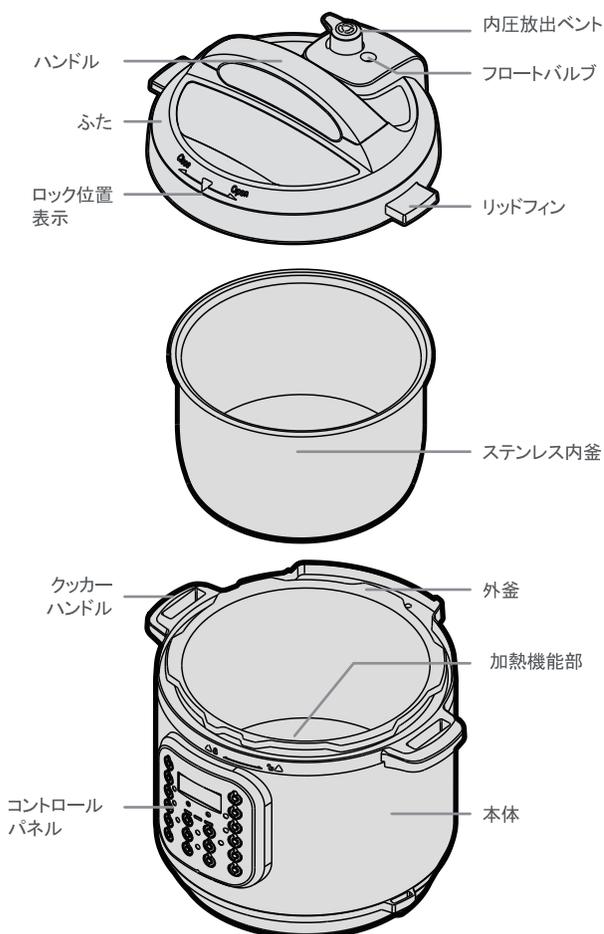


調理の熱い料理がこぼれたりすると重度のやけどを引き起こす可能性があります。  
本体とコードは子供の手の届かない場所に保管してください。  
カウンターの端に本体を使用しないでください。  
カウンターの下コンセントを使用したり延長コードを使用したりしないでください。

# 製品仕様

モデル名	定格電圧	消費電力	内釜容量	内釜サイズ	本体サイズ	重量
DUO 60	100V 50/60Hz	1000W	5.7 L	157 x 239 mm	D340 x W310 x H317 mm	5.44 Kg

## 各部の名称



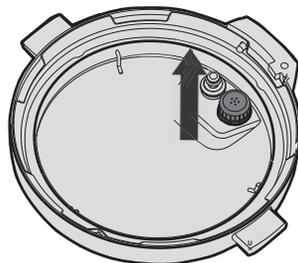
## 根詰まり防止シールド



根詰まり防止シールドに汚れが見られる場合は下記の要領で取り外してお手入れしてください。汚れがなくても定期的なお手入れをお勧めします。

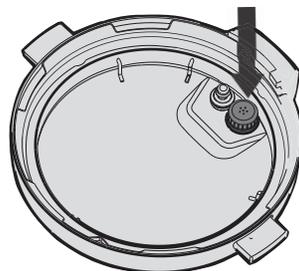
### 取り外し方法

指で根詰まり防止シールドを摘み力強く上に引き上げます。



### セット方法

元にあった位置に根詰まり防止シールドをセットし、上から垂直に親指で押し下げます。



※ クッカーハンドルにリッドフィンを差し込むとふたが置けます。

# 操作方法と機能



## DUO シリーズ コントロールパネル

DUO シリーズのコントロールパネルは「LEDディスプレイ」「調理プログラムボタン」「操作ボタン」「+/-時間調節ボタン」「保温」「取り消しボタン」で構成されています。



Instant Pot® は異なる食材やメニューに合わせて自動で調理時間や調理方法を選択するスマートクッカーです。

メニューごとの最後に調理したセッティングを記憶し、あなたがカスタマイズした調理方法を記憶します。初期設定に戻すためには、下記の方法を行ってください。

- 1) 個別の調理プログラムを初期設定に戻すには、「各調理プログラムのボタン」をビープ音がするまで押す。
- 2) 全ての調理プログラムを一斉に初期設定に戻すには、「取り消しボタン」をビープ音がするまで押す。

# 操作方法と機能



## ① 案内音 ON/OFF

「-」ボタンを3秒程度押すと案内音機能がOFFになります。  
「+」ボタンを3秒程度押すと案内音機能がONになります。

## ② 圧力レベルボタン

圧力調理の時に圧力レベルを「低圧力」「高圧力」の切り替えをします。

## ③ タイマーボタン

調理を開始する時間を設定できます。最大24時間後までの設定が可能です。

## ④ 保温ボタン

ランプが付いているときは自動で保温します。保温機能をOFFにするにはボタンを押してランプが消えた状態にしてください。

## ⑤ 取り消しボタン

「取り消しボタン」を押すといつでも調理プログラムを終了します。  
全ての調理プログラムを初期設定に戻す場合はピープ音がするまで長押ししてください。



## 調理プログラム オプション

調理プログラム	モード	オススメの使用方法	
スープ だし汁	低	お肉の入っていないスープ	圧力調理中は沸騰はさせていないため、スープやだし汁は透明感が残っています。
	中	お肉の入っているスープ	
	高	魚介や骨からだし汁をつくる	
肉料理 シチュー	低	柔らかい仕上がりに	お好みのお肉の仕上がりに応じてモードを選択してください。
	中	かなり柔らかい仕上がりに	
	高	極めて柔らかい仕上がりに (骨つき肉など)	
豆料理	低	豆の食感が残る仕上がりに	お好みのお豆の仕上がりに応じてモードを選択してください。
	中	柔らかい仕上がりに	
	高	かなり柔らかい仕上がりに	
鶏料理	低	柔らかい仕上がりに	お好みのお肉の仕上がりに応じてモードを選択してください。
	中	かなり柔らかい仕上がりに	
	高	極めて柔らかい仕上がりに (骨つき肉など)	
スロークック	低	低温の温度設定で調理する際には「低」に設定してください。	圧力調理ではありませんので、別売のInstant Pot用ガラスふたもご使用いただけます。
	中	中温の温度設定で調理する際には「中」に設定してください。	
	高	高温の温度設定で調理する際には「高」に設定してください。	
炊飯	低	硬めのライスを炊きたいとき	炊飯の際にはLEDディスプレイに「AUTO」と表示され、「+」「-」の機能はご使用いただけません。
	中	通常の硬さのライスを炊きたいとき	
	高	柔らかいライスを炊きたいとき	
マルチグレイン	低	ワイルドライス 玄米 緑豆など	穀物の種類やお好みの柔らかさによってモードを選択してください。
	中	ワイルドライス 玄米 緑豆など	
	高	硬い穀物 混合された穀物や豆	この調理プログラムには60分間の圧力調理の前に45分間熱湯に浸す時間が含まれています。

# 操作方法と機能

## 調理プログラム オプション

調理プログラム	モード	オススメの使用法	
おかゆ	低	オートミール	内圧を放出するバルブがおかゆで詰まる可能性があるため、クイックリリースは絶対におやめください。詳しくは17頁をご覧ください。
	中	白米でのおかゆ	
	高	混合米や豆を入れたおかゆ	
蒸し料理	低	野菜	蒸し料理のプログラムのはきは、水を入れて付属のスチームラックを使用してください。蒸し過ぎを避けるためクイックリリースをしてください。
	中	魚 シーフード	
	高	肉	
炒めもの 再加熱	低	ぐつぐつと煮る 液体を煮詰める 冷えた煮物やシチューをコトコトと弱火の熱量で再加熱します。	炒めもの/再加熱プログラムのときは、ふたは外した状態でおこなってください。
	中	しっかりと焼く 中火の熱量で煮込む 再加熱します。	
	高	強火で素早く炒めた状態 焦げめをつけながらを炒める	安全のために30分以上は調理しないでください。
ヨーグルト	低	酒釀(チューニャン) 甘酒を使用したデザート	初期設定の発酵時間は24時間です。レシピに応じて時間設定してください。
	中	発酵乳を使用したヨーグルト	完成したらLEDディスプレイに「Yogt」と表示されます。
	高	殺菌牛乳を使用したヨーグルト	LEDディスプレイに「boil」と表示されます。
圧力調理	低	レシピやお好みに応じて圧力レベルを設定してください。	「圧力レベル」を押してお好みのレベルに設定し、「+」「-」を押して調理時間を設定してください。
	中		
	高		

### 圧力調理プログラム

圧力レベル	低 モード	40 ~ 50 kPa
	高 モード	70 ~ 80 kPa
温度範囲	115 ~ 118 °C	

### 非圧力調理プログラム

スロークック	低 モード	82 ~ 87.8 °C	炒めもの	低 モード	135 ~ 150 °C
	中 モード	87.8 ~ 93 °C		中 モード	160 ~ 176 °C
	高 モード	93 ~ 99 °C		高 モード	175 ~ 210 °C
ヨーグルト	30 ~ 48 °C		保温温度	63 ~ 78 °C	

# ご使用前に

- 1 ご使用前に取扱説明書 注意書カード 注意書ステッカーをよく読んでください。弱粘ステッカーや包装資材は取り除いてください。
- 2 内釜 ふた 付属品を中性洗剤で綺麗に洗ってください。
- 3 余分な蒸気を受けるコネクターを本体の後ろに下記の要領でセットしてください。



- 4 内圧放出ベントがふたにセットされていることを確認してください。



内圧放出ベントは工場出荷時にふたにしっかりと固定されていません。ずれや外れがある場合は、下記の取り付け方法でしっかりと取り付けてください。

## 【シリコンリング・内圧放出ベントの取り付け方法】

### シリコンリング



#### 取り外し方法

シリコンリングが損傷しないように丁寧にゆっくりと引き出すように引っ張ってください。

#### 取り付け方法

シリコンリングの内輪には溝があります。

溝をふた内側にあるレールに添わせながらはめこんでセットしてください。

### 内圧放出ベント



#### 取り外し方法

内圧放出ベントを垂直に引っ張ってください。

#### 取り付け方法

内圧放出ベントを垂直に押し込むようにセットしてください。

セット後スムーズにSealing位置 Vending 位置に動かせることを確認してください。

# ご使用前に

## ご使用になる前の準備

- 1 ふたを反時計回りに回して本体からふたを取り外してください。



- 2 本体から、内釜 内釜に入っている付属品を取り出してください。
- 3 食材や液体をレシピに従って内釜に入れてください。必要であれば、付属のスチームラックを内釜の底に置いてご使用ください。常に300ml以上の液体を入れてご使用ください。詳しくは、「その他の注意点とコツ」をご覧ください。
- 4 本体の外側が濡れている場合は拭いて乾燥している状態にしてください。本体の底部や加熱機能部に食材の残りや異物がないことを確認してください。
- 5 内釜を本体に戻し、正しい位置にセットされているか確認してください。
- 6 ふたの内側にあるシリコン製の密閉用リングが正しい位置にセットされているか確認してください。密閉用リングが変形している場合は、ご使用をやめ輸入元に連絡をしてください。  
輸入元: 株式会社シナジートレーディング ☎06-6233-3066 / info@instantpot.jp

Instant Pot® 日本正規輸入元

株式会社 シナジートレーディング

〒541-0043

大阪市中央区高麗橋3-3-11 淀屋橋フレックスタワー4階

☎06-6233-3066

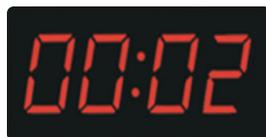
Mail info@instantpot.jp

- 7 ふたを本体にのせて ① と反対の要領でセットしてください。  
ふたの ▼ マークを本体側の ◻ ▲ に合わせて時計回りに ▲ ◻ まで回してしっかりとセットしてください。

# ご使用前に



- ・ 内圧放出ベント フロートバルブが清潔で異物がないことを確認してください。
- ・ ふたをセットした後にフロートバルブが完全に下に降りていることを確認してください。
- ・ 炒め物プログラムのはきは、ふたをセットしないでください。



※ クッカーハンドルにリッドフィンを差し込むと上の写真の様にふたが置けます。

## 試し運転をする



Instant Potを知るためにまずは試し運転することをおすすめします。

- 1 水 750ml を内釜に入れてください。
- 2 ふたを開めて内圧放出ベントを「Sealing」の位置にセットしてください。
- 3 蒸し料理のボタンを押して「+」「-」を押して2分間にセットしてください。

10秒後に予熱サイクルが開始されLEDディスプレイに「ON」と表示されます。フロートバルブが上に上がるまで蒸気が解放されます。内圧が高くなると「蒸し料理」プログラムが開始されます。調理が完了すると、ピープ音が鳴り保温機能がONとなっている場合は、自動的に保温を開始します。不明な点がある場合は、「故障かな?と思ったら」をご覧ください。

# 圧力調理

下記の使用方法は「スープ/だし汁」「肉料理」「豆料理」「鶏料理」「炊飯」「マルチグレン」「おかゆ」「蒸し料理」「圧力調理」に共通した使用方法です。

## ⚠ 注意

圧力調理の場合は、内釜の2/3以上は食材や液体を入れないでください。  
豆類・麺類など調理によって分量が増える食材は内釜の1/3以上は入れないでください。

調理ボタンを押すと調理が開始されますが、「取り消し」ボタンを押すといつでも調理を中止することができます。

- 1 10-12頁の「ご使用前に」をよく読んでいただき、使用前の準備をしてください。
- 2 内圧放出ベントが「Sealing」の位置にあることを確認してください。



- 3 電源コードを本体と接続してから、電源プラグをコンセントに差し込んでください。LEDディスプレイに「OFF」を表示されます。



- 4 「スープ/だし汁」「肉料理」「豆料理」「鶏料理」「炊飯」「マルチグレン」「おかゆ」「蒸し料理」「圧力調理」のいずれかの調理プログラムを選択してください。

# 圧力調理

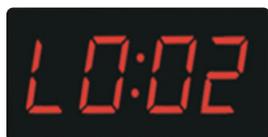
5 お好みで下記の圧力調理プログラムの個人設定が可能です。

オプション	使用するボタン	方法
調理時間の変更	調理プログラムボタン	調理するプログラムの調理ボタンを押してください。「低」「中」「高」のモードが切り替わり調理時間の変更ができます。
	「+」 / 「-」	「+」「-」のボタンで調理ボタンの時間を変更できます。(炊飯プログラムを除く)
圧カレベルの変更	圧カレベルボタン	「低圧カ」「高圧カ」の切り替えができます。
タイマーをセットする	タイマーボタン	1. 「+」「-」で時間の設定をします。 2. 「タイマー」を再度押します。 3. 「+」「-」で分の設定をします。

6 調理ボタンを選択して10秒後にピープ音が鳴り、LEDディスプレイに「ON」が表示されます。この時に予熱サイクルが始動します。「タイマー」ボタンを押すと10秒後に「タイマー」インジケータランプが点灯し、設定した時間へとカウントダウンが開始されます。食材の量によって予熱時間は数分から40分間程度かかります。十分な予熱が完了し、圧力調理の準備が整うとフロートバルブが上に上がり、圧力調理が始動し、LEDディスプレイに残りの調理時間が表示されます。

圧力調理が完了するとピープ音が鳴り、保温機能がONになっている場合は自動的に保温を開始します。保温を開始するとLEDディスプレイに下の図のように(00:02)保温時間が表示されます。「取り消し」ボタンを押さない場合は、10時間で自動的に保温を終了します。

調理の最中にも圧カレベルの変更や、保温機能の「ON」「OFF」の切り替えができます。



# 圧力調理

- 7 内圧の放出には下記の2種類の方法があります。  
レシピに従って、いずれかの内圧の放出をおこなってください。

## 【a. ナチュラルリリース / 通常のふたのあけ方】

自然に本体が冷やされて、フロートバルブが完全に下に下がるまで待ちます。  
時間は10-40分間程度かかります。本体が冷めるまでに要する時間は、食材の量によって変わります。濡れたタオルなどをふたの金属部分に置くとより早く冷めます。タオルを置くときは、絶対に内圧放出ベントの上には置かないでください。  
ふたを開けるときは取っ手をわずかにスライドして蒸気が出てこないことを確認してください。また取っ手の動きが重く感じる時は、まだ内圧が残っている可能性がありますので、再度本体を濡れたタオルなどでよく冷やして内圧が完全になくなってからふたを開けてください。



1. ナチュラルリリースで内圧を自然放出させてフロートバルブが下に落ちていることを確認してください。
2. 内圧放出ベントを「Vending」の位置に移動させて完全に内圧が抜けていることを確認してください。
3. 4. ふたのマークを反時計回りに回して ▼ マークを ▲ 鎖マーク から 鎖マーク ▲ の位置にしてください。
5. ふたを持ち上げてください。

## 【b. クイックリリース / 早くふたをあけたいときのあけ方】

内圧放出ベントを「Vending」の位置に持っていきます。内圧放出ベントを移動させるときはミトンをはめてください。フロートバルブが完全に下に下がるまで待ちます。内圧が完全に放出されるまで絶対にふたを開けようとししないでください。蒸気は高温ですので顔や手などを近づけないでください。濡れたタオルを置くなどして急激に本体を冷やした後、調理プログラムは取り消しボタンで中止をしてから内圧放出ベントを「Vending」の位置に持っていき内圧を完全に抜いてから上記 a. に従ってふたを開けてください。



1. 圧力調理プログラムが終了するまで待ちます。  
圧力調理の途中でクイックリリースする場合は取り消しボタンを押してください。
2. 内圧放出ベントを「Vending」の位置に移動させてフロートバルブが下に落ちて完全に内圧が抜けていることを確認してください。内圧放出ベントを移動させるときはミトンをはめてください。
3. 4. ふたのマークを反時計回りに回して ▼ マークを ▲ 鎖マーク から 鎖マーク ▲ の位置にしてください。
5. ふたを持ち上げてください。

# 「炒めもの/再加熱」 非圧力調理

下記は、「炒めもの」「スロークック」「ヨーグルト」「保温」の非圧力料理で調理する際の使用方法です。

## 【炒めもの/再加熱】

電源プラグをコンセントに差し込むと LEDディスプレイに「OFF」と表示され、本体がスタンバイの状態になります。

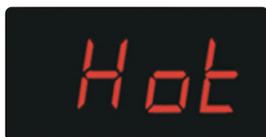
- 1 「炒めもの」の調理プログラムのボタンを押してください。
- 2 調理温度を変更するには、「炒めもの」の調理プログラムのボタンを再度押してディスプレイ表示の「Less」「Normal」「More」にセットしてください。

Less: ソースを沸騰させたり、煮詰めたりするのに適しています。  
弱火の熱量でコトコトと再加熱(温めなおし)ができます。

Normal: 通常の炒めもの調理に適しています。  
中火の熱量で再加熱(温めなおし)ができます。

More: 強火で素早く炒める料理やお肉をしっかり焼く調理に適しています。

- 3 調理温度セット後、約10秒で調理が開始されます。ピープ音が3回鳴って、LEDディスプレイに「ON」が表示され予熱を開始します。調理可能な温度に達したらLEDディスプレイに「Hot」が表示され、炒めもの調理が開始されます。



- 4 内釜に食材を入れます。
- 5 炒めもの調理が終了したら、「取り消し」ボタンを押してください。LEDディスプレイに「OFF」が表示されスタンバイモードになります。

## ⚠ 注意

- ふたをセットしての炒めもの調理はおやめください。LEDディスプレイにはふたを外すように警告する表示がされます。別売のInstant Pot用ガラスふたはご使用いただけません。



炒めもの調理の際にふたを使用した場合にできる警告表示

- 調理開始後 30分以上「取り消し」ボタンが押されない状態が継続すると、安全装置が作動して自動的にスタンバイモードになります。

# 「スロークック」非圧力調理

## 【スロークック】

- 1 別売のガラス蓋をご使用することをお勧めします。圧力調理のふたをご使用になる場合は内圧放出ベントが「Vending」の位置にあることをかならず確認してください。



- 2 電源プラグをコンセントに差し込んでください。LEDディスプレイに「OFF」が表示されスタンバイモードになります。
- 3 「スロークック」の調理プログラムボタンを押してください。
- 4 設定の詳細は下記を参考にしてください。

変更/設定	押すボタン	詳細
調理時間の変更	+ / -	+/-で調理時間をセットできます。
調理温度の変更	スロークック調理ボタン	調理プログラムのボタンを再度押してディスプレイ表示の「Less」「Normal」「More」にセットしてください。
タイマーをセットする	タイマーボタン	1. 「+」「-」で時間の設定をします。 2. 「タイマー」を再度押します。 3. 「+」「-」で分の設定をします。

設定完了後、約10秒で調理プログラムが開始されます。ピープ音が3回鳴るとスロークック調理が開始され、LEDディスプレイに残り時間が表示されます。「タイマー」をセットしている場合は、LEDランプが点灯し、約10秒後に調理開始時間までのカウントダウンを開始します。調理が開始されると、カウントダウンは終了します。

## 「スロークック」非圧力調理

- 調理が終了したら、ビープ音がなり、保温機能がONになっている場合は自動的に保温に入ります。LEDディスプレイは、「L0:02」の様に保温時間を表示します。「取り消し」ボタンが押されない場合は、10時間後に自動的に保温を終了します。
- 圧力調理用のフタを使用している場合は、フタを反時計回りに回して外してください。
- 「取り消し」ボタンを押すとLEDディスプレイに「OFF」が表示され、スタンバイモードになります。

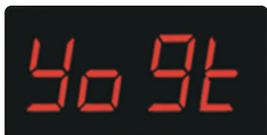
## 「ヨーグルト」非圧力調理

### 【ヨーグルト】

- 自家製ヨーグルトを作る場合の牛乳は冷えたものではなく、常温もしくは46℃以下の温かいものをお勧めします。  
冷えた牛乳でもヨーグルトをお作りいただけますが温かい牛乳の使用時より調理時間を要します。
- 牛乳と種菌を混ぜ合わせる。  
種菌は市販の液体状のヨーグルト、固形状のヨーグルトまたは粉末状の種菌でもご使用頂けます。目安としては、1,000mlの牛乳に対して、種菌は100-125ml(g)を目安に加えて、清潔な混ぜ棒でしっかりと混ぜて牛乳と種菌が均一になるようにしてください。  
ヨーグルトにお好みのフルーツ、砂糖、はちみつを加える場合は一緒に入れて混ぜてください。
- ヨーグルトの素をつくる。  
カップなどの容器に、均一に混ぜた牛乳と種菌を小分けにしてください。
- 内釜の底に付属されている蒸し台をセットし、約500mlの水を張り、小分けにしたヨーグルトの素を置いてください。
- ふたをセットして「ヨーグルト」調理プログラムを押してください。  
設定は「Normal」に設定をし、+/- ボタンでお好みの時間を設定してください。  
+/-で時間設定しない場合は自動的に推奨時間の設定となります。

## 「ヨーグルト」非圧力調理

- 6 調理が完成すると、LEDディスプレイに「Yogt」と表示されます。



「ヨーグルト」調理プログラムの際の内圧放出ベントの位置は「Sealing」「Vending」のどちらの位置でも問題ありません。

## その他の注意点とコツ

### 注意

- 内圧放出ベントを「Vending」の位置に動かすときには火傷などの怪我をしない様に十分に注意してください。
- 本体内部の圧力が完全に放出され、本体が完全に冷めるまでふたを開けないでください。フロートバルブがまだ上にある状態は本体内部に圧力がまだ残っている状態です。安全機能によりふたは開かない設計になっていますが**絶対に無理に開けようとししないでください**。
- ふたを開けるときに内釜が引っ付いている場合があります。完全に内部の水蒸気が抜けていることを確認してください。
- もしフロートバルブが固定された状態の場合は、内圧放出ベントを「Vending」の位置に持っていき内釜内の内圧を完全に放出させたのちに、先の細い棒状のもので、フロートバルブを上から軽く押してください。
- 調理の際には最低でも300mlの水もしくは液体状の調味料などを内釜に入れてご使用ください。スープ・ワイン・ビール・ジュースや水分の多い野菜や果物でも構いません。オイルベースのソースや、粘度のあるソースは十分な水分を含んでいませんので、最低水分量には含めないでください。
- 圧力時間や調理時間は、設定する温度や食材によって異なります。冷凍された食材は調理するのに時間がかかります。
- 「おかゆ」の調理プログラムでは、「タイマー」での調理はお勧めしません。おかゆを調理する場合は、調理の過程を都度確認して行うことをお勧めします。

# お手入れ方法



お手入れ前に、本体が完全に冷えていて、フロートバルブが完全にしたに下がっていることを確認してください。また、お手入れ前には電源プラグをコンセントから抜いてください。

1. 本製品の内釜 ふた および付属のアクセサリは全て食器洗い洗浄機で洗浄できます。本体は、水洗いできませんので水に浸けたりせず、硬く絞った濡れた柔らかい布などで拭いてください。
2. 本製品の内釜 ふた および付属のアクセサリは中性洗剤で洗っていただくことが可能ですがよくすすいでください。拭き上げの際は柔らかい布を使ってください。内釜はお手入れ後に水分をよく拭き取ってください。内釜の水滴の汚れが癒着する可能性があります。ふたの内側にあるシリコン製の密閉用リングはご使用の都度取り外して中性洗剤であらってください。
3. 外釜 加熱機能部は、硬く絞った濡れた柔らかい布などで拭いてください。
4. 内圧放出VENTおよび根詰まり防止シールドをふたから取り外して、ぬるま湯や、石鹼水などで汚れを落としてからよくすすいでください。
5. お手入れのあと、ふたの内側にあるシリコン製の密閉用リングが正しい位置にセットされているか確認してください。
6. お手入れのあと、内圧放出VENTおよび根詰まり防止シールドが正しい位置にセットされているか確認してください。内圧放出VENTはスムーズにSealing位置、Vending位置に動かせることを確認してください。
7. アルカリ性洗剤や、たわしや表面の硬いスポンジでの洗浄はおやめください。

# 故障かな？と思ったら

本製品の故障や、ご使用方法についてご不明な点が生じた場合は、下記のサービスセンターにご連絡をしてください。お客様ご自身で本体を分解したり修理を試みたりしないでください。重大な怪我や事故の原因となります。

Instant Pot® 日本正規輸入元

株式会社 シナジートレーディング

〒541-0043

大阪市中央区高麗橋3-3-11 淀屋橋フレックスタワー4階

☎06-6233-3066

Mail info@instantpot.jp

症状	確認事項	解決方法
ふたがうまく閉まらない	密閉用リングが正しい位置にセットされていますか？	正しい位置にセットしなおしてください。
	フロートバルブが上に上がった状態になっていませんか？	22頁のフロートバルブが固定された状態の対処方法を行ってください。
ふたがうまく開かない	内釜の内部にまだ内圧が残っていませんか？	内圧放出ベントをVendingの位置にセットして完全に内圧を放出してください。 ふたを開ける際は十分に注意をしてください。
	食材のかけらなどが原因でフロートバルブが上がった状態になっていませんか？	内圧放出ベントをVendingの位置にセットして完全に内圧を放出してください。内圧が完全に放出されたら、長い棒状のものでフロートバルブを上から押してください。ふたを開ける際は十分に注意をしてください。
ふたの側面から蒸気が漏れる	密着用リングが外れていませんか？	密着用リングをセットしてください。
	密着用リングが破損していませんか？	密着用リングを再度セットしてください。
	密着用リングとふたの隙間に食材や異物をはさみこんでいませんか？	密着用リングを洗浄してから再度セットしてください。

# 故障かな？と思ったら

症状		確認事項	解決方法
フロートバルブから2分以上蒸気が漏れる		細かな食材がフロートバルブのシリコンシールに詰まっていますか？	フロートバルブのシリコンシールを綺麗に洗ってください。
		フロートバルブのシリコンシールが外れたり、破れたりしていませんか？	シリコンシールをお買い求めの上新しいものと交換をしてください。
フロートバルブが上がってこない		内釜に入れた食材や液体が少なすぎないですか？	レシピに従って食材や水を追加してください。
		フロートバルブがふたのロックピンで上昇を妨げられていませんか？	ふたを完全にしめてください。詳しくは「ご使用前に」をご覧ください。
蒸気が内圧放出バントから出続ける		内圧放出バントがSealingの位置からずれていませんか？	内圧放出バントをSealingの位置に正しくセットしてください。
		圧力コントロールの不具合	すぐにご使用をやめ、サポートセンターに連絡をしてください。
LEDディスプレイに「Lid」と表示される		ふたが選択したプログラムに対して正しい位置にセットされていないのでは？	圧力調理の場合はふたをしっかりとしめ、妙めもの場合はふたをあけてください。
電源プラグを差し込んでもLEDディスプレイが表示されない		電源プラグ、本体との接続部分がしっかりと接続されていますか？	本体側、コンセント側の両方にしっかりと差し込んでください。
		本体のヒューズがダウンした	すぐにご使用をやめ、サポートセンターに連絡をしてください。
右の記号がLEDディスプレイに表示され、ピーブ音が鳴る	C1	温度に何らかの異常を示すセンサー	すぐにご使用をやめ、サポートセンターに連絡をしてください。
	C2		
	C5	本体内部の加熱機能部に内釜がしっかりとセットされていないことによる異常な温度上昇を示すセンサー	内釜を正しい位置にセットしてください。
		内釜の中に液体や食材がないことによる異常な温度上昇を示すセンサー	内釜の中に液体や食材をレシピに従って入れてください。
	C6	内圧に何らかの異常を示すセンサー	すぐにご使用をやめ、サポートセンターに連絡をしてください。
	C6H	内圧が基準より高い状態を示すセンサー	
C6L	内圧が基準より低い状態を示すセンサー		
炊飯したお米が硬すぎる		水が少なすぎませんか？	レシピに従って水分量を入れてください。
		ふたをあげるのが早すぎませんか？	調理プログラムが完了してから約5分間はふたをあげないでください。
炊飯したお米が柔らかすぎる		水が多すぎませんか？	レシピに従って水分量を入れてください。

## 故障かな？と思ったら

症状	確認事項	解決方法
調理プログラム終了後に ピープ音が5回鳴り、LEDディスプレイに「burn」と表示される	オーバーヒートを示す表示です。 本体は温度を下げて、調理するに十分な圧力になっていない可能性があります。	内釜の底にある付着物が熱電動を妨げている可能性があります。 調理プログラムを中止して、内釜の底の付着物を取り除いてください。
不規則にカチカチという音が鳴る	温度変化をする時や内圧が上がる時に鳴る音です。	正常です。
	内釜の底が濡れていませんか？	内釜の底を乾いた布で拭いてください。

## SGマーク PSCマーク取得



PSCマーク

「消費生活用製品安全法」の家庭用品の圧力鍋および圧力がまの安全基準に適合していることを示しています。



対人賠償責任保険付  
製品安全協会

SGマーク

SGマーク制度は、家庭用の圧力鍋および圧力がまの欠陥によって発生した人身事故に対する補償制度です。

Instant Pot® Designed By

Instant Pot® Company  
11 - 300 Earl Grey Dr. Suite 383  
Ottawa, Ontario  
K2T 1C1  
Canada

Instant Pot® 日本正規輸入元



株式会社 シンジートレーディング

〒541-0043 大阪市中央区高麗橋3-3-11  
淀屋橋フレックスタワー4F

☎ 06-6233-3066 Mail : info@instantpot.jp



インスタントポット



Corelle Brands Japan



instantpot\_japan

<http://instantpot.jp/>

Instant Pot®

610-0102-01